

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 5, Haziran 2022

Yayın Kurulu Üyeleri: Aynur Yurtseven, Ece Okşar, Emine Kamçı, Emine Ortakaya, Selvet Bayraktar Tokat, Sultan Çamur Karataş, Şule Sepin İçli

Seslendirenler: Burcu Başaran Yanger, Sultan Çamur Karataş, Zeynep Kılıç.

Montaj: Ali Cengiz, Merve Koç.

Düzeltilmeler: 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/UCemhgfNg5mivFwRrJP09FZQ>

Twitter: Umudun Kadınları Dergi@KadUmudun

<https://twitter.com/KadUmun>

Instagram: umudunkadinlari

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

Facebook hesabı: Umudun Kadınları

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100077440465949>

Facebook sayfası: Umudun Kadınları Dergi

https://www.facebook.com/U mudun-Kad%C4%B1 nlar%C4%B1-Dergi-107662891830597/?ref=page_internal

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

Spotify: Umutcast

Apple: Umutcast

<https://open.spotify.com/show/4dXloiKbJfotbfwzCViJkv?si=AtOlAzdS3Os2LztQjdwtA>

WhatsApp: Şule Sepin İçli: 05323604831

Sultan Çamur Karatas: 05065140294

UMUDUN KADINLARINDA BU AY

HAZIRLAYAN: Emine KAMÇI

Haziran sayımızdan merhaba. Umut taşan yüreklerle birbirinden renkli köşelerimizde yine sizlerle birlikteyiz. Bu yaz mevsiminin bunaltıcı sıcaklarından bir an olsun sizleri dergimizdeki bu renkliliğe çekebilirsek ne mutlu bize.

Şule Sepin İçli 7 ve 23 Haziran’da katıldığı İstanbul sözleşmesi duruşmasında, gerek salon içinde gerekse dışında çok yakından gözlemlediği, deneyimlediği çoğunlukla acı, zaman zaman da gülünç değerlendirmelerini paylaşıyor “İstanbul Sözleşmesi Duruşmasında, Kadınların Çılgılığı” adlı yazısında.

Aynur Yurtseven, otizmlili küçük Hasan’la anne Çiğdem’in yaşam yolculuklarını özetliyor “Bir Ana Bir Oğul” yazısında. Hep beraber okuyalım.

Kalp krizi riski düşük olan erkekler, ölüm riskini azaltan kahve, kemoterapisiz, ameliyatsız kanseri yenenler gibi konular yer alıyor Selvet Bayraktar Tokat’ın sizler için derlemiş olduğu “Bilim Dünyasında Bu Ay” köşemizde.

“Tarihin Kadın Yüzleri” köşemizde, acılarıyla, devrimci yanıyla, sanatçı kişiliğiyle, aşklarıyla dahası, engelli oluşuyla Aynur Yurtseven Frida’yı anlatıyor “Kalbimdeki Frida” adlı yazısında.

Emine Kamçı “Arı Kovanı” köşemizde, Gerçek anlamda arı gibi daldan dala uçan, yaptığı işlerden son derece keyif alan, sevgili Ebru Atilla Sagay’la söyleşiyor.

“Duygularımızı İfade Edebiliyor muyuz?” köşemizde, bu konuda hiç kafa yormamış, bunları sorgulamamış biri için Menekşe Koçak’ın “Sevgileri Yarınlara mı Bıraktık” yazısı çok kapsamlı bir kaynak. Belli ki gerek oğluyla deneyimledikleri gerekse diğer gözlemleri bu yazıya çok şey katmış. Ayrıca Behçet Necatigil’in “Sevgilerde” adlı şiiri de yazılanlara büyük destek sağlamış İyi okumalar.

“Sanatın Kadın Sesleri” köşemizde, Selvet Bayraktar Tokat yine epeyce çalışmış, araştırmış ve birbirinden farklı sanatçıları farklı yönleriyle dergimize taşımış. Jennifer Lopez ‘in kadın cinsiyeti sembolüne yasak konması, Ayşe Kulin’in emek ve onur ödülü, Füsün Turcan’ın gezinin tutsak kadınlarını çizmesi gibi konulara yer vermiş. Ayrıca Aslı Kocaeli’nin “Çocukluğum ve Çocuğum” adlı kitabının ayrıntılarını yine yazarın kendi ağzından işitiyoruz. Merak edenlere öneririz.

Hande Keykubat'ın babalar günüyle ilgili yazısı: Aslına bakarsanız bu yazı, hiç de babalar gününe ait değil. Zaten yazar da bunu belirtiyor. Hande Keykubat, babaya kendi atalarından miras kalan, ona giydirilen iki yanlış algıyı sorguluyor “Babasız Toplumum!” adlı yazısında.

Emine Kamçı “Deneyimlediklerim” köşemizde, daha çok görme engelliler için kızartma yapmanın kolaylıklarına değiniyor “Tavada Kızartma Yapıyor musunuz?” adlı yazısında.

“Dengede Kalmak” Tuba Dünder yepyeni bir ürünü anlatarak köşemize katılıyor. Kadınların regl dönemlerinde kullanmış oldukları tampon ve petlerden çok farklı özellikleri olan menstrual kaptan söz ediyor “Yeniden Kullanılabilir Bir Ürün Menstrual Kap” yazısında. Sağlıkla kalın.

Yayla Boztaş “Alışverişin Dayanılmaz Ağırlığı” yazısında, olayları öyle doğal öyle içten anlatıyor ki adeta kendinizi orada buluyor, masa masa dolaşıp anlatılanlarla iç içe geçiyorsunuz. Dahası da var ama onları da siz keşfedin artık.

Selvet Bayraktar Tokat “Kadının Güncesi” köşemizde, birbirinden ilginç ve farklı kadın haberleriyle yine sizlerle. Ödül alan kadınlar, haklarında yanlış kararlar verilen kadınlar, kıskanç kadınlar, İstanbul Sözleşmesi duruşması direnişi, şüpheli ölümler. Lütfen kaçırmayın.

“Selvi Boylum Al Yazmalım” köşemizde, Buket Başaran Akkaya bu kez de eğlenceli bir öyküyle sesleniyor sizlere. “Öteki Beriki” diyor.

“Yüreğimizden Taşanlar” adlı köşemizde, Fatma Işık Kaya bir şiiriyle geçmişine uzanırken diğer şiirinde içindeki çocuğun kendisini terk etmesine sitem ediyor. ‘İçimdeki Çocuk, Geçmiş’ diye sesleniyor.

“Umut Şarkıları” köşemizde, yeni bir umut aşısıyla bize “Bulutsuzluk Özlemi Ne olursa Olsun; Yaşamaya Mecbursun!” diyor.

Umutla kalın; bizlerle olmanız dileklerimizle.

İSTANBUL SÖZLEŞMESİ DURUŞMASINDA KADINLARIN ÇIĞLIĞI

YAZAN: Şule SEPİN İÇLİ

sulesepin06@gmail.com

7 Haziran ve 23 Haziran günü Danıştay’da yapılan İstanbul Sözleşmesi Duruşmasına katıldım. Her savunma, acıklı olaylar, farklı deneyimlerle doluydu. İki duruşmada da içeri girerken herhangi bir engellenme yaşamadı kadınlar. Tabii 23 Haziran’da, duruşma salonunun dışında basın açıklaması yapacak kadınların ve medya mensuplarının bir araya gelmelerinin polis tarafından engellenmelerini saymazsak.

7 Haziran'da ki duruşmada kızlarını, annelerini, kız kardeşlerini kadın cinayetinde kaybeden aileler vardı. Elllerinde öldürülen kadınların fotoğraflarını tutarak ayağa kalktılar. Hepsi çok hüznüydü. Mahkeme başkanı, ailelerin fenalaşabileceklerini düşünerek önlem almak istedi ve dışarı kolay çıkabilecekleri alan açılmasını sağladı. Biz bu ailelere dokunamazdık, ulaşamazdık. Çünkü aramızda devletin mahkemelere yaptığı baskılar, toplumda artan bilinçsizlik, kadınlara karşı olumsuz değer yargıları, haksız tahrik indiriminden dolayı hak ettiği cezayı almak yerine adeta ödül alan katiller gibi, listeyi daha da uzatabileceğimiz engeller vardı. Bu engelleri kaldırmak için mücadele etmemiz gerektiğini bir kez daha anladık.

Mahkeme başkanı bazı uyarılarda bulundu. Alkışlamamıza bir şey demiyordu. Savunma yapılırken, gülmemeliymişiz, bu yasakmış. Anlatılanlar karşısında ağlamamız yasak değildi anlaşılan. Karşı savunmalar yapılırken, insanın gülmeden oturması mümkün değil. Zaten onları hiç alkışlamadan sessizce dinliyoruz. “Ben anlatacaklarımıyla salonun tümünü ikna edeceğim birazdan,” deyince nasıl turalım kendimizi? Alaylı alaylı gülüyoruz işte.

Salonda bulunan ailelerin yakınlarının nasıl öldürüldüklerini anlattılar. Güldüğü için, rüyasında eşinin kendisini aldattığını gördüğü için, pembe telefon kılıfı taktığı için, boşanmak istediği için öldürülen kadınlar... Bir kadın tam 37 kez koruma istemiş, 12 kez koruma verilmiş, sonuç yine cinayet. Kadın koruma kararı istemiş. Koruma kararının süresi bitmiş. Aynı gün kadının yaşamı da bitmiş. Geride kalan çocuklar ya sevgi evlerine yerleştirilmişlerdi ya da yakın akrabalarının yanında kalıyorlardı. Öldürülen kadınlar anıt sayaca sayı olarak geçiyorlar. Fakat onlar bir sayı değil, bir can, bir insan. Aslında insanlar, çünkü geride bıraktıkları çocukları, anne-babaları, yakınları, arkadaşları hayatları boyunca yaşadıkları travmaların etkilerini taşıyacaklar.

Bir avukat savunmasında, dışarıda gördüğü balonlarla söze başladı. Ben balonlar kullanılarak bir eylem yapıldığını geçirdim aklımdan. İşin aslı öyle değildi tabii. Toplumsal cinsiyet eşitsizliğine vurgu yapıyordu. Duruşmaya çocuklarıyla gelenlerin ellerinde balon varmış. Öyle ya babalar çocuklarıyla gelmek durumunda kalmıyorlar böyle yerlere. Sonra avukat arkadaş yüzünü heyete çevirdi ve yedi kişilik heyette sadece bir kadının olmasının, ne kadar eşitsiz bir çalışma yaşamının olduğunu anlattı.

Kadın cinayetlerinin ve kadına karşı şiddetin giderek arttığını yapılan araştırmalardan biliyoruz ve haberlerden de takip ediyoruz. Şiddetin en az görüldüğü yıl, 2011 yılı. Bu bir rastlantı değil. 2011 yılı, İstanbul sözleşmesinin imzalandığı yıl. Daha sözleşme uygulanmaya başlamamış bile. Demek ki uygulansaydı, şiddet azalacaktı.

Bir diş hekimi, “Sağlık sektöründe kadınlar, erkeklerden daha çok şiddete maruz kalıyorlar. Ben bir diş hekimi olarak şiddet görmekten korktuğum için bir arkadaşım la muayenehane açtım,” dedi.

“Kadınlar boşanmaktan korkuyor. Çünkü eşleri onları öldürmekle tehdit ediyor. Sürekli takip ediliyorlar. İş güvenceleri yok, barınma sorunları var. Boşanan kadınlar da korku içindeler. Evli olmadıkları halde yüzük takıyorlar ya da bir erkeğin güvencesinde gösteriyorlar kendilerini. Kadınlar iş yerlerinde, evlerinde, sokakta öldürölüyorlar. Peki, neresi güvenli bizim için? Bu sözleşmenin aile kurumuna zarar verdiğini söylüyorlar. Eşleri tarafından öldürölün kadınlar dan sonra yıkılan yuvalara, ortada kalan çocuklara ne olacak? Bir kadının üzerindeki yuva yapma ve yaşadığı yıkımlar çok ağır bir yük değil mi?”

Bir konuşmacı, tersinden baktı olaya. Siz hiçbir kadının evli bir erkeğe evlenme teklifi ettiğini, teklifini kabul etmediğinde, erkeği öldürdüğünü duydunuz mu? Duyamazsınız. Ama bir erkek bunları yapıyor. Üstelik Yargıtay, “Kadın evlenmeyi kabul etseydi, ölmeyecekti” diyebiliyor. Duyarlı erkekler, “Biz yürürken bir kadının arkasında kaldığımızı anladığımızda, yanlış anlamasın diye önüne geçiyoruz ya da karşı kaldırıma geçiyoruz” diyorlar.

Peki, İstanbul Sözleşmesi feshedildikten sonra neler olmuş? Kadınları öldürmeyi planlayan erkekler internetten araştırmaya başlamışlar. Hangi araçlarla, nasıl yaparsam bu iş’i, ne kadar az ceza alırım, ne söylersem, nasıl davranırsam haksız tahrik indirimi alırım? diye. Boşanma davasında, davanın açıldığı tarihten itibaren kadına tedbir nafakası bağlandığını biliyoruz. Nafaka bağlanması konusunda da yoğun baskılardan etkilenen hâkimler, ön inceleme kararı vererek, dava açıldıktan altı ay sonra tedbir nafakası bağlamaya başlamışlar. Evden uzaklaştırmada 6284 sayılı yasaya göre kadının beyanı esastır, delil aranmaz. Artık delilleri görmek istiyormuş hâkimler. Dolayısıyla bu kararlar geç alındığı için kadınlar daha çok zor durumda kalıyorlarmış.

Çok çarpıcı bir örnek paylaştı bir avukat. “Kadın evden uzaklaştırma istedi. Erkek de aynı talepte bulununca hâkim duruşma açtı. Biz erkeğin eşine şiddet uyguladığını, duruşma yapılmasının çok tehlikeli olacağını hâkime anlattık. Hâkim, ‘Ben böyle uygun gördüm’ dedi. Duruşma öncesi adam kadına yumruk attı. Duruşmada hâkim bunu öğrendiği halde onları barıştırmaya çalıştı. Barıştırmak hâkimin görevi mi? Onun görevi hukuk kurallarını işletmek.”

“Kadın polisi arıyor ve eşinin kendisini öldüreceğini söylüyor. Polis ev uzak olduğu için gelemeyeceğini bildiriyor. Kadın ne yapması gerektiğini sorunca da kapıyı kilitleyip oturmasını tavsiye ediyor. Oysa terör olayında bir kişiyi yakalamak için bir ordu gidiyor. Bir kadının canı bu kadar mı ucuz?”

Bir avukat savunmasında, yaşadığı şiddeti anlattı. Sonunda gözleri doldu, salondaki herkes ağladı. “Siz yemek istediği gibi olmamış diye eşinizden yumruk yediniz mi hiç? Eşiniz boğazınızı sıktığında, nefes alamadığınız halde çocuklar duymasın diye iğnize ağladınız mı? Doktor eşim 2007 yılında hastalanıp ölmeseydi, şimdi benim adım da anıt sayaca yazılacak, iki çocuğum okuyup meslek sahibi olamayacaktı.”

Diri diri yakarak öldürdüğü halde haksız tahrik indirimi alan katilin, neden haksız tahrik indirimi aldığıнын dosyalarda yazmadığını öğrendik. İzlediği porno filmindeki kadına benzediği için kadını öldürdüğünü söyleyen de haksız tahrik indirimi almış. Katil savunmasında, “İyi ki İstanbul Sözleşmesi kaldırıldı” diyor. Bu kişisel bir söylem değil. Arkasında kadınları yok sayan bir tutum var. Yok sayılan kadınlar, var olma çabası veriyor. Gerçekten anlatılanlar inanılır gibi değil. Tecavüze uğradığı için öz savunma yapmak zorunda kalan, saldırganı öldüren kadına indirim uygulanmıyor ve kadın hala ceza evinde yatıyor. İşlenen suçların ağırlığının karşılaştırılamayacağı durumlarda kadın erkek arasındaki eşitsizlik ne kadar derin!

İstanbul Sözleşmesi uygulansaydı, tecavüze uğrayan kadına tercüman verilecek, kadın durumunu doğru düzgün anlatacak ve belki de öldürülmeyecekti. Cezaların arttırılmasının istenmesi yerine, şiddet uygulayan eğitilecekti. Ortaokul ders kitaplarında, kadının eşine itaat etmesi gerektiği yazmayacak, toplumsal cinsiyet eşitliğini içeren konular yer alacaktı. Şiddet gören kadının yurt dışında yaşama hakkı olacaktı. Boşanma davasında kadın müvekkilini savunan avukat, mahkeme salonunda erkek eşten dayak yemeyecekti. Kadınlar öldürülmekten korkmayacak, daha kolay iş bulabileceklerdi. Kadın şoförler, kadın oldukları için işten çıkarılmayacaktı. Pandemi sürecinde, 29 kişilik kapasitesi olan bir kadın sığınma evi, 60 kişilik bir kapasiteyle hizmet vermeyecek, 500 bin kadın nüfusu olan bir ilde, sadece bir tane kadın sığınma evi olmayacaktı.

Bu sözleşme, kadınların mücadelesiyle yazıldı. 1995 yılında koruma kararı isteyen Nahide Opuz, gereken desteği göremediği için eşi annesini öldürdü. Opuz, olayı Avrupa İnsan Hakları Mahkemesine taşıdı ve Türkiye, kadınları yeterince koruyamadığı için ceza aldı. İstanbul Sözleşmesi bu ihmalden doğdu. 2011 yılında, 246 kabul ve bir çekimser oyla mecliste onaylandı. Meclisin onayladığı bu sözleşme, şimdi bir kişinin kararıyla nasıl feshedilebilir!? Üstelik bu Sözleşmeye milyonlarca kadın destek verirken. Yapılan araştırmalar, yüzde 7 oranında insanın bu sözleşmeye karşı olduğunu gösteriyor. Burada savunulan kadınlar değil, yaşam hakkı.

Mahkeme heyetine şöyle seslendiler: “Sizin vicdanınızdan başka gidecek bir yerimiz yok. Başınızı yastığa koyduğunuzda, bu yaşanan örnekleri, eşinizi, kızınızı, kız kardeşlerinizi düşünün. Toplumun olumsuz değer yargılarına göre değil, hukuk kurallarına göre karar

vermelisiniz. Aksi halde heyette şimdi sadece bir kadın varken, yarın bir kadını bile göremeyeceksiniz. Olumlu bir karar verdiğinizde, adınız tarihe geçecek. Hangi yönde karar verirsiniz verin, sizi unutmayacağız. Baskı altında olduğunuzu biliyoruz. Gerçeklere göre karar vereceğinize inanmak istiyoruz.” dediler.

Duruşma boyunca öldürülen kadınlar hep oradaydı. Onların çığlıklarını duyduk. Adlarını saymak istemiyorum. Çünkü birinin adını unutursam, haksızlık etmekten korkarım. Öldürülen kadınların geride kalan çocukları bir bir geçti önümüzden. Kadınlar verdikleri mücadeleyle ve yaptıkları savunmalarla bize bu duyguları yaşattılar. Anlatılanlar bir ders niteliğindeydi. Edebi değeri olan bir kitap yazdılar duruşma salonunda.

Savcı kararın iptalini istedi. Heyetin kararı da adli tatilden önce açıklanacak. Bu ülkenin savcılarının olduğunu gördüğümüz gibi, hâkimlerimizin de olduğunu görmeyi umut ediyoruz.

24 Haziran 2022

BİR ANA BİR OĞUL

YAZAN: Aynur YURTSEVEN

Durakta otobüs bekliyordum. Yanıma bir anne ve oğul geldi. Selamlaştık, konuşmaya başladık. Sanki birbirimizi yıllardır tanıyor gibiydik. Anne oğlunu tanıttı. “Adı Hasan, otizm engeli var” diye söze başladı. Ben de engelli olduğumu söyleyince, sohbet derinleşti. Engel konusunda o kadar derin sıkıntılarımız var ki ayaküstü bile olsa acil çözümlenmesi gerekli konularda yoğunlaşıyoruz. Telefon numaralarımızı aldık, bir daha buluşmak üzere ayrıldık.

Tekrar buluştuğumuzda, anneye çok mutluyduk. Birbirimizi daha iyi tanıyacaktık. Anne başladı anlatmaya. “Adım Çiğdem. 45 yaşındayım. Dayak yiyerek, ezilerek büyüdüm. Hiperaktif bir çocuktum. Hep ötekileştirildim. Bu yüzden kendimi hep ezik görüyordum. Bunu yenmek için çok çabalıyordum. Toplum dışına itilmişim. Tam kendimi toparladığımda, evlendim. İyi bir evlilikti. Bir oğlumuz oldu. Adını ‘Hasan’ koyduk. Hasan, kendi yaş grubundaki çocuklardan farklıydı. Doktora götürdüğümüzde, ‘Otizmlî’ olduğunu öğrendik. Hasan’ım, bizim bütün dünyamız oldu. Konuşamıyordu. Babasını, babaannesini çok seviyordu. İlk önce babasını, sonra da babaannesini kanserden kaybettik. Hasan’ımın iki sevdiği yok olmuştu. İkimiz için zor dönem başlamıştı.

Bir an önce toparlanıp Hasan’ım için neler yapabileceğimi düşündüm ve araştırdım. Oğlum hayatını mutlu yaşasın, örnek olsun istiyordum. Bu arada buz pateniyle tanıştık. Bütün zorlukların üstesinden geldi. Artık oğlum başarılı bir patenci olmuştu, ödüle doymuyordu.

En güzel günlerimi Hasan'ımla yaşıyorum. Sinemaya, tiyatroya, alış-veriş merkezine birlikte gidiyor, eğleniyor ve çok keyif alıyoruz. Bazen bir anne olarak kendi kendime, 'Eksik kaldığım oluyor mu?' diye soruyorum. Hasan'ı ne kadar anlatsam doyamıyorum.”

Ya sizi Çiğdem anne! Sizi de anlatmaya sayfalar yeter mi? Kendi çocukluğundan beri verdiği mücadelede yolun açık olsun. Oğlunla mücadeleniz, hepimize ışık olsun.

Bir anne ve oğluna 'Umudun Kadınlarından' selam olsun.

21 Haziran 2022

BİLİM DÜNYASINDA BU AY HAZİRAN

HAZIRLAYAN: Selvet BAYRAKTAR TOKAT

selvetbayraktarr@hotmail.com

Merhaba değerli umudun kadınları dergisi dostları... Yine birbirinden farklı bilimsel araştırma haberlerinden oluşan dopdolu bir köşeyle sizlerleleyiz.

Önce başlıklar:

Bilimsel araştırmaya göre sabah sertleşme ile uyanan erkeklerde kalp krizi riski düşük

Her gün bir fincan kahve ölüm riskini yüzde 30 azaltıyor

Mucize gerçek oldu: Kemoterapisiz, ameliyatsız kanseri yendiler

Bilimsel araştırmaya göre sabah sertleşme ile uyanan erkeklerde kalp krizi riski düşük

Belçika'da yapılan ve Age and Ageing isimli dergide yayınlanan araştırma uluslararası kamuoyunda büyük yankı uyandırdı.

Belçika'daki Leuven Katolik Üniversitesi'nde yapılan araştırmada sabah cinsel organı sertleşmiş bir şekilde uyanan erkeklerin kalp krizi ve kalp sağlığı sorunları yaşama riskinin daha düşük olduğu ortaya çıktı.

Araştırmayı yürüten Dr. Leen Antonio, “İktidarsızlık ve sabah ereksiyonu yaşayamamak yüksek ölüm riski ile bağlantılı” dedi.

Uzmanlar sabah erekte halde bir penise sahip olan erkeklerin kalp krizi ya da kalp rahatsızlıklarını yaşama riskinin yüzde 22 daha düşük olduğunu da duyurdu.

Araştırmaya orta yaşlı ve yaşlı 1800 erkek katılırken bir anket düzenlendi. Araştırmayı İngiliz medyasına değerlendiren Dr. Geoff Hackett ise, “Sabah ereksiyonunu kaybetmek damarların ve kalbin doğru çalışmadığını gösteren bir işarettir” dedi. Uzmanlar ayrıca gece saatlerinde erekte olmanın da kan dolaşım sisteminin iyi çalıştığına bir işaret olduğuna dikkat çekti.

Her gün bir fincan kahve ölüm riskini yüzde 30 azaltıyor

Birleşik Krallık'ta sağlık bilgileri üzerine devam eden bir çalışma olan U.K. Biobank bulgularına göre, her gün sade veya bir çay kaşığı şekerle tatlandırılmış kahve içenlerin, yedi yıllık bir süre içinde herhangi bir nedenle ölme olasılığı, kahve içmeyenlere kıyasla yaklaşık yüzde 30 daha az olduğu aktarıldı.

Çin Guangzhou'daki Güney Tıp Üniversitesi'nden ve Annals of Internal Medicine dergisinin ortak yazarlarından Dr. Chen Mao araştırma ile ilgili yaptığı açıklamada, kahvelerinde yapay tatlandırıcılar kullanan kişilerin gördüğü katkının daha az olduğu vurgulandı. Çalışmanın bulgularında, **"Kahve içmek, şeker ekleseniz de eklemesiniz de daha düşük ölüm riskiyle ilişkilendirildi"** ifadelerine yer verildi.

Araştırmada, **"Düzenli olarak orta düzeyde kahve içmenin, herhangi bir nedenden, kanserden ve kalp hastalığından ölme riskinin daha düşük olmasıyla ilişkili olduğu bulundu"** denilirken, **"Kafeinsiz kahve, hazır kahve veya öğütülmüş kahve içip içmediğinize bakılmaksızın, orta düzeyde (1 ila 3 fincan) kahve içmeyle ilişkili daha düşük ölüm riski oluşturuyor"** ifadeleri yer aldı.

Mucize gerçek oldu: Kemoterapisiz, ameliyatsız kanseri yendiler

Son dönemde tüm dünyada kanser üzerine yapılan çalışmalar hız kazanırken, araştırmalardan gelen umut verici sonuçlar bilim dünyasında heyecan yarattı. Bu gelişmelerden en dikkat çeken ise ABD'nin New York kentinde yaşandı. Manhattan'daki Memorial Sloan Kettering Kanser Merkezi'nde 18 kolon kanseri hastası üzerinde denenen yeni bir kanser ilacı yüzde 100 başarı sağladı.

Dünyanın en ölümcül kanserlerinden biri olan kolon kanserine karşı kullanılan ilacın, 18 katılımcının hepsinde başarı gösterdiği ve hepsinin kanseri yendiği açıklandı.

The New York Times'a konuşan MSK Kanser Merkezi'nin deney başkanlarından onkolog Doktor Luis Alberto Diaz Jr., "Bunun kanserle ilgili yapılan araştırmalar içerisinde ilk kez gerçekleştiğine inanıyorum" dedi.

Tedavi sürecinde hastalara altı ay boyunca üç haftada bir Dostarlimab isimli bir ilaç uygulandı.

Çalışmaya katılanlara kemoterapi veya potansiyel olarak bağırsak veya idrar fonksiyon bozukluğuna yol açabilme riski bulunan ameliyatlar önerildi. Ancak tüm hastalar alternatif yöntemler yerine ilaç denemesine başladı.

Süreç sonunda, hastalardan alınan örneklerde tümör izine rastlanmazken, tüm bu ızdırap verici kanser tedavi sürecini de atlatmış oldular.

Memorial Sloan Kettering Kanser Merkezi'nde onkolog olan Dr. Andrea Cercek, New York Times gazetesine yaptığı açıklamada, “Çok fazla mutluluk gözyaşları vardı” dedi.

Çalışmaya katılan ve iyileşen hastalardan Sascha Roth, “Çalışmaya katılmadan önce kemoterapiye ihtiyacım olacağı söylendi. Veya radyasyon ve ameliyat olacaksın dendi. Bununla karşılaştırıldığında, immünoterapi parkta bir yürüyüş gibiydi.” dedi.

Cercek, “hastaların hepsinin iyileşme sürecinde kalıp kalmayacağını, ilacın farklı rektum kanseri türlerinde işe yarayıp yaramayacağını söylemek için çok erken olduğunu, ancak sonuçların büyük bir iyimserlik nedeni oluşturduğunu” söyledi.

Tedaviye katılan ve iyileşen isimlerden Avery Holmes, “Önce öldüğünü sanıyorsun. Ya da en azından rektumunu tamamen kaybedeceğini ve iyileşemeyeceğini... Ve sonra sadece vay! İnanılmaz bir duygu” dedi.

Uzmanlar, çalışmaya katılan 18 hastada altı ile 25 ay sonra yeniden kanser nüksetmesine rastlamadıklarını da açıkladı.

Araştırmacılar, ‘dostarlimab’ın, ‘pembrolizumab’ adı verilen aynı sınıftan bir ilaçla yapılan önceki deneylere dayanarak hastaların tümörlerini küçültmeye veya ortadan kaldırmaya yardımcı olabileceği düşüncesinden hareket etti.

Uzmanlar, bu tedavi yöntemi sayesinde kolon kanserine yakalanan hastaların acılı ve ağrılı bir iyileşme süreci yerine basit ve hayatlarını etkilemeyen bir süreç geçirebileceğini umut ettiklerini açıkladı.

Kuzey Carolina Üniversitesi Lineberger Kapsamlı Kanser Merkezi'nin onkologu Dr. Hanna Sanoff, araştırma ile ilgili yaptığı açıklamada, “İmmünoterapi rektum kanseri için iyileştirici bir tedavi olabilirse, buna uygun hastalar artık tedavi uğruna işlevsel ödönlere razı gelmek zorunda kalmayabilir” dedi.

Şimdilik bizden bu kadar.

Yeni sayımızda sizlerle yeniden buluşabilmek dileğiyle mutlu ve umutlu kalın.

22 Haziran 2022

TARİHİN KADIN YÜZLERİ

KALBİMDEKİ FRİDA

YAZAN: Aynur YURTSEVEN

Ressam Frida Kahlo Calderon 1907 yılında Meksika'nın güneyinde bulunan Coyoacan kentinde dünyaya gelmiştir. Ona sordukları zaman doğum tarihini 7 Temmuz 1910 olarak tanımlamıştır, 1876-1910 yıllarında Meksika Devrimi olmuştur. Bu devrim 20. yüzyılın ilk

büyük devrimi sayılır. Bu dönemde Meksika'yı yöneten Porfirio Diaz'ın diktatörlüğüne karşı savaş verilmiş, Frida'nın toplumsal olaylara duyarlılığı, siyaset ile içli-dışlı olması devrimci kişiliğini de ön planda tutmuştur. Siyasi görüşlerinin ve devrimci kişiliğinin etkisiyle, Meksika Komünist Partisi üyesi olmuş, ölünceye dek bu çalışmalarından vazgeçmemiştir. Frida da doğumunu 1910 olarak duyururken yaşamının yeni modern ve demokratik Meksika'nın doğumu ile başlamış olmasını dilemiştir.

“Bir fahişe olarak doğdum,” diyebilecek kadar cesur, “Bir ressam olarak doğdum,” diyebilecek kadar kendine güvenen Frida, kadınlık, doğum, kürtaj, cinsiyet rollerini ve içindeki duyguları fırçasıyla tuale yansıtmıştır. Henüz beş yaşında bir çocukken babasıyla çıktığı bir gezinti sırasında ayağı ağaç köklerine takılmış, yere düşmüş, bu olaydan sonra geçirdiği çocuk felcinin ardından ona kalan hafif topallayan çelimsiz bir bacakmış, ondan sonra ‘Tahta Bacak’ lakabı takılmış. Kendisi bu acı olayı şu sözlerle anlatıyor: “Düşüşümle, daha sonraları yaşadıklarım arasında ne tür bir bağlantı kurulabilir bilmiyorum ama kesin olan bir şey varsa, o da acının bedenime ilk kez o gün girmiş olduğudur.” Okuldan eve dönerken, bindiği otobüsün tramvayla çarpışması sonucu çok kişinin öldüğü kazada, tramvayın demir çubuklarından birisi Frida'nın sol kalçasından girip leğen kemiğinden çıktı. Kazadan sonra tüm hayatı korseler, hastaneler, doktorlar arasında geçen Frida, omurgası ve sağ bacağında dinmeyen bir acıyla yaşadı hayatı boyunca. Tam 32 kez ameliyat edildi ve çocuk felci nedeniyle sakat olan sağ bacağı kangren yüzünden kesildi. Kazadan sonra hastaneden çıkan Frida, ailesinin teşvikiyle sıkıntı ve acıdan kaçmak için resim yapmaya başladı. Kısa süre sonra yeteneğini herkese kanıtladı. Yaptığı resimleri göstermek için tanıştığı ünlü ressam Diyeo Rivera'ya aşık oldu. Onunla evlendi. Onda aşkı, dostluğu, arkadaşlığı tutkuyla yaşadı. Buna rağmen evlilikleri Diyeo'dan dolayı inişli çıkışlıydı. Diyeo kadınlara düşkünlüğüyle biliniyordu. Bu arada Frida da aşk yaşadı. Bu aşklardan biri de Rus Devriminin önde gelen isimlerinden Lev Troçki oldu.

Sağlık sorunlarının yoğun yaşandığı bu koşullarda bile savaşmış her seferinde kazanmıştır. Yatağa bağımlı olduğu yıllarda pes etmemiş hep kazanmış, hep kazanmıştır. Frida'nın hayatı 2002 yılında ‘Frida’ ismi ile sinemaya aktarıldı. Ben bu filmi izledim. Hem çok beğendim hem de çok etkilendim. 2005 yılında hayatını konu alan ‘The Life And Times Of Frida Kahlo’ adlı bir belgesel film çekildi. Frida Kahlo ‘Aşk ve Acı’ adlı kitap Raunda Jamis tarafından kaleme alındı. Türkçeye de çevrildi.

Pes etmeyen tahta bacaklı Frida, seni okudukça daha çok tanıdım, daha çok sevdim. Seni çantamın üstünde, duvarımdaki resim olarak değil kalbimde taşıyorum. O dönemin kadını, engellisi olmak seni pes ettirmemiş senin yaşam biçiminle bugünlere gelinmiş çok zaman

geçmesine rağmen daha nice uzun yollar gidilecek. Bu yollarda hep düştük düşeceğiz, Fridaları çoğaltarak düştüğümüz yerden kalkacağız sonunda elbet bir gün engelsiz bir dünya yaratacağız.

Hepimize kolay gelsin...

18 Haziran 2022

ARIKOVANI

SÖYLEŞİYİ YAPAN: Emine KAMÇI

KONUK: Ebru ATİLLA SAGAY

Emine Kamçı: Sevgili Umudun Kadınları takipçileri, bu ay köşemizde Ebru Atilla Sagay’la beraberiz. Ebru, Biraz seni tanıyabilir miyiz?

Ebru Atilla Sagay: Çok teşekkür ederim, Emine. Elbette, Kendimi tanıtayım. 1974 Denizli doğumluyum, Üniversite dahi bütün öğrenimimi İzmir’de tamamladım. 11 yıllık bir bale eğitimim var. Ardından ders vermeye başladım. Üniversite öğrenimim boyunca bale öğretmenliği yaptım, İkizlerim doğuncaya kadar sürdürdüm özel ve kamu okullarında. Çocuklarım anaokulu çağına geldiğinde Gıda saklama sektöründe çalışmaya başladım. 6 Sene İyi bir kariyer yapmış olsam da Zirvede bırakmak gibi işi bıraktım. Sadece kadınların çalıştığı bir firmaydı. Kadınlara para kazanmayı, partnerlere karşı maddi ve manevi anlamda güçlü olmayı öğretiyordum. Bunun yeterli olmadığını gördüm, onların ruhlarının özgürleşmesini sağlamak gerektiğini düşünüyordum. Yaklaşık yedi sene sonra “Tiyatro Nienor”u kurdum.

Emine Kamçı: Görme engellilerle tiyatro yaptığını söyledin. Ama biliyoruz ki sadece engellilerle çalışmıyorsun. Bu tiyatro konusunu biraz açalım.

Ebru Atilla Sagay: Ben 2007 yılında Sahne Tozu Tiyatrosu’nda çalışmaya başladım. 2010 yılın da Tiyatro Nienor’u kurdum. Amacım da kadın haklarının görünürlüğüne katkıda bulunmak, toplumun yüklediği roller altında ezilen kadınların sesi olmak, bu yolda projeler üretmekti. Protest ve özgün performanslar yaptım. Hatta ilk oyunun Camille. İngiltere’ye de götürdüm bu oyunu. 2010-2011 sezonunda her cumartesi Camille Günüydü İzmir Fransız Kültür’de. Camille bir Fransız sanatçı. Kurumsal hiçbir ödülü kabul etmiyorum ama Direktörlük Kadın Performans ödülünü almaya gururla gittim seyircinin verdiği bir ödül olduğu için. Çünkü Camille, toplumun dışına itilmiş, değeri ancak yüz yıl sonra anlaşılabilmiş bir kadındı. Onun adına kabul ettim ödülü. İngiltere dönüşü, ‘Çok yaşa Endy worhal’ İstanbul Alternatif Tiyatro Festivali’nde prömiyerini yaptığım bir oyundu. Sonra Ankara Cer Modern’de

bu oyunu performansa çevirdim ve Endiyoloji olarak sahneledim. Ardından Sevim Burak'ın 'Pencere' öyküsünden uyarladığım 'Önemsiz Bir Ölüm' Mekânı sahneye dönüştürdüğüm başarılı bir performans oldu. 'Dişi Kurtlarla Koşan Kadınlar' kitabındaki sözlerin altını çizmeyi yeterli bulmadım ve Çağdaş dansla, sokaktaki kadınların katkılarıyla değişik bir performans ortaya çıktı. Sonra, 'Tanteroz'a' geldi. Amatör kadınlarla başlayan bir yolculuktu ve hâlâ devam ediyor. Niyetim, Foça'daki kadınlarla sürdürmek. Kadın futbol takımına kadar birçok Tanteroz'a'm oldu. Yani dur durak yok bana. Hatta bilim kurgu okuma tiyatrosu yaptım. Doğu Yücel'in 'Üçüncü Türle Aşırı Yakın İlişkiler' 2016 yılıydı. Oyunda ben bir uzaylıydım. Yazarın arkamdan kıkır kıkır güldüğünü duymak bir mutluluktan benim için. Sonra 'O Aşk Değil Nar' diye Gitarist Tuğçe Oğuz'la yaptığımı Kişisel yolculuklardan yola çıkan Dünya'daki kadın şairlerin şiirleri ve kült şarkıların yer aldığı bir performansımız oldu. Sonra ben biraz kavramsal çalışmaya başladım. Otuz yıldır muhtarı olduğu mahallede elinde çantayla dolaşan Fatma Ana'yı tanıdım. Ondan izin alıp onu canlandırdım. Ben Hâlâ onun kızıyım. Kucağına oturtup sever beni. O, Bir şey sorduğumuzda "He, babam" der, oradan yola çıkarak bir performans yaptık. Pandemi sürecinde çok sıkıldığım için 'Şimdi Bir Nefes Al' Video çalışmasını yaptık.

Emine Kamçı: Oraya ilerlemeden önce senin ya da bir arkadaşının bir projesi vardı: Bir kadın rahmi yapmıştınız. Ondan bahseder misin?

Ebru Atilla Sagay: O, Katya adlı plastik sanatçı, heykeltıraş bir arkadaşımın projesiydi. Girdiğimiz yer aslında bir evin odunluğu. Bir kadın vajinasına girmiş hissi yaşatmıştı bize Orada, seninle de dans ettiğimiz bir parti evi projesi vardı. Rafet Arslan'ın projesiydi o da. Sürekli çalan bir müzik vardı, hatırlarsan, çok güzel dans etmiştik. Bu arkadaşlarla ben hep çalışıyorum. En son, Gözde Uskur' la Antalya'da bir Çağdaş sanat merkezinde bir proje gerçekleştirmiştik. Kadınlara hep "Çiçek ol" denir ya... Gökçe'nin 'Çiçek Ol' diye bir kısa filmi vardı. Ben de kendi deneyimlerimden bir fiziksel performans yaptım. 'Kadın Savunma Ağı' ile çalışıyorum, demiştim Virginia Wolf'un 140. doğum yılıydı bu yıl. Bu konuda hiç bir şey yapılmadığını görünce biraz içerledim ve kızları topladım doğum gününü kutlarken performanslarımız oldu. Katılan bütün kadınlar Virginya'nın kendi masasına gelip topluma söylemek istediklerini paylaştılar. Kendi şiirini okuyan oldu slogan atan oldu... Aslı Küçük arkadaşımız Wirginya Wolf'u canlandırdı. Onunu kendi makalesi vardır. Onu okudu. Tarihi Bıçakçı Han'ın doğal ışığında bir geldi, Virginia karşımızdaydı sanki. Çok güzel, başarılı bir performans oldu. Ben de naçizane Feminart Dergisi'nde her ay yazıyorum. Son yazdığım bir yazı var: 'Evdeki Meleği Öldürmenin Pratik Yolları' isimli bir yazı.

Emine Kamçı: Bunu biraz açar mısın?

Ebru Atilla Sagay: Ebru: mesela ben bir sanatçıyım. Turneye gittiğim zaman evdeki bütün işler aksıyor ama erkek bir işle uğraşırken bir seyahate gittiğinde emzirmekten sorumlu değil, yemekten sorumlu değil ama kadın emekçi olsun, sanatçı olsun, ne olursa olsun toplumun kendisine biçtiği rolleri yerine getirmek zorunda. Ben onları özgürleştirme peşindeyim. Aslında kadın bunların hepsini yapabilecek güçte ama bunu ÖNÜNE bir görev gibi koyduğunuz zaman tatsızlaşıyor durum. Motivasyonu kayboluyor. Buna ben, “Evdeki Melek” ismini verdim. Çünkü Wirginia Wolf diyor ki 100-150 yıl öncesinden “Evdeki Melek yüzünden oluyor bütün bunlar.” ve o meleği kovaladığını, öldürdüğünü söylüyor. Cinayet işledim ama kendi hayatımı kazandım.” Diyor. Ben de bunu bir oyun haline getirdim. O meleğin kanatlarını yolmaktan onu klozette boğmaya kadar bir sürü fanteziyle geliştirdim bu oyunu, daha da devamı gelecek.

Emine Kamçı: Biz de mi öyle yapsak acaba?

Ebru Atilla Sagay: Kesinlikle yapmalısın bence ama sen özgür bir kadınsın, senin ihtiyacın yok.

Emine Kamçı: Ebrucuğum, bize çok keyifli, faydalı, insanlara, özellikle kadınlara ışıktutacak şeyler anlattın. Ama bütün bunların ötesinde, Ebru Atila Sagar nasıl bir insandır, neler yapar? Bunları da anlatır mısın?

Ebru Atilla Sagay: Hayattan çok keyif alıyorum ama simülasyon bir keyif değil. Benim dışımdaki gerçekliğin içindeki tabloda gerçek olarak yer almak istiyorum. Kendimi pek çok konuda sorumlu hissediyorum, Su kullanımı, plastik kullanımı, toplu taşıma araçlarında bacaklarını açarak oturan adamdan çocukların eğitim hakkının engellenmesine kadar her konuyla ilgileniyorum. Hiç durmuyorum. Kendime zaman ayırdığımda ise en sevdiğim işi yapıyorum: Okumayı. Aslında yazar değilim ama bu kadar okuyunca insan eline kalem alıp kendi öykülerini yazmaya hevesleniyor. Çok sevdiğim, Şükran Yücel, Asuman Susam, yazar arkadaşlarım, Şanslarım, onlarla vakit geçirmeyi seviyorum. Karavanla Geziyorum, benim gibi şansları olmayan kadınların ayağına gidiyorum... Şunu söyleyeyim: Dünyaya eğlenmek için gelmiş birini arıyorsanız o benim. Hamileliğimde anneliğin zorluklarını anlatırlardı, Ben ikizlerimi büyütürken çok eğlendim, çok mutlu oldum, Birlikte hatalar yaptık, birlikte öğrendik. Şimdi onlar 21 yaşında. Ben küçük çocukları daha bir özlemle seviyorum. Şile’de bir arkadaşım bana sosyal medyadan ulaştı, Bebeğinin görmediğini öğrenmiş, altüst olmuş, hemen atlayıp gittim, benim körlerle tiyatro çalışmamdan dolayı bana bunu anlatmak istemiş. Onun oğlunu benimle paylaşması o kadar hoşuma gitti ki... Benim ona fikir olarak, duygusal olarak desteklerim oluyor. Belli zor dönemler geçiren kadınlara da yardımcı oluyorum. İstihdam

alanında olsun, maddi, manevi her alanda... Her yerde bilgi var. O yüzden bilgi özgürlüğü hiç umurumda değil. Duyguların özgürleşmesine daha önem veriyorum. Kadınlar bir kere duygusal alanda özgürleşirlerse onları hiçbir kurala tabi tutamazsınız. Baskılayamazsınız. Buna yürekten inanıyorum. Bu arada seninle bu alanda bir ortaklığımız var İyi ki tanıştık.

Emine Kamçı: Evet Tiyatro çalışması diye başladık ama Sonradan çok güzel şeyler paylaştık. Bunları duymak bile benim için çok güzel. Çok güzel bir söyleşi oldu. Yine bir yerlerde yollarımız kesişecek, DOST' uz zaten. Sana çok teşekkür ediyoruz bu söyleşi için.

Ebru Atilla Sagay: Ben teşekkür ederim dergi çalışanlarına bu süre için. Vaktin nasıl geçtiğini anlayamadık. Bıraksalar akşama kadar devam edebilirdik.

DUYGULARIMIZI İFADE EDEBİLİYOR MUYUZ?

SEVGİLERİ YARINLARA MI BIRAKTIK?

YAZAN: Menekşe KOÇAK

meneksekck06@gmail.com

SEVGİLERDE

Sevgileri yarınlara bıraktınız

Çekingen, tutuk, saygılı.

Bütün yakınlarınız

Sizi yanlış tanıdı.

☆☆☆

Bitmeyen işler yüzünden

(Siz böyle olsun istemezsiniz)

Bir bakış bile yeterken anlatmaya her şeyi

Kalbinizi dolduran duygular

Kalbinizde kaldı

☆☆☆

Siz geniş zamanlar umuyordunuz

Çirkindi dar vakitlerde bir sevgiyi söylemek.

Yılların telaşla bu kadar çabuk

Gececeği aklınıza gelmedi.

☆☆☆

Gizli bahçenizde

Açan çiçekler vardı

Gecelerde ve yalnız

Vermeye az buldunuz

Yahut hiç vaktiniz olmadı.

Behçet Necatigil, şair duyarlılığıyla sevgimizi ifade etmeyi yarınlara ertelediğimizi belirtir ki bu görüş eğitim ve psikoloji alanındaki pek çok akademisyen tarafından da genellikle kabul görür ve kişisel gelişim kitaplarının temel konularından biridir. Ben de bu şiiri sınıfta öğrencilerimle okuduğumda hep sevgilerimizi ertelemememiz gerektiğini vurguladım yıllarca... Ancak oğlumun otizm olmasıyla başlayan 17 yıllık otizm yolculuğu bana, asıl sorunun sevgilerimizi yarınlara ertelemekten ziyade sevgimizi nasıl ifade edeceğimizi bilememekten kaynaklandığını öğretti.

Oğlumla, eğitim, terapi, uzman üçgeninde koştururken duyguların önemini fark ettim! Oğlum duygularının adını, bu duyguyu doğru biçimde nasıl ifade edeceğini bilmiyordu. Bu sadece oğluma has da değildi; tüm otizmlilere aitti. Bu durum, otizmle ilgili ilk kaynaklardan bazılarında otizmlilerin duyguları olmadığı düşüncesine neden olmuştu. Elbette çok yanlış bir düşünceydi ve bir anne olarak okuduğumda beni çok incitmiş; “Benim oğlumun duyguları var!” diye isyan etmiştim.

Yıllar sonra anladım ki mesele otizmlilerin yaşadığı duygunun adını ve bu duyguyu nasıl ifade edeceğini bilememesiydi yani otizmlili çocuk da seviyordu ama yaşadığı ona huzur, güven ve mutluluk veren hissin adının sevgi olduğunu ve nasıl ifade edeceğini bilmiyordu. Örneğin sevgi duygusunun beden diliyle ifadesi okşama, öpme, sarılmadır ve otizmlilerin çoğu okşamayı, bazıları da öpmeyi bilmez. Dokunma duyusunda sorun yoksa sarılırlar; ancak bu sarılma davranışı çok amaçlıdır korktuklarında, otizmlilerde sık rastlanan bedenlerinde basınç hissetmek istediklerinde ve tabii ki adını bilmeseler de sevmek istediklerinde sarılırlar. Konuşmada sorun yaşadıkları için sevgilerini ‘canım, bir tanem, seni seviyorum’ gibi sevgi sözleriyle de ifade edemezler...

Oğlum da konuşamadığı için sözlerle ifade edemez sevgisini. Öpmeyi bilmezdi, küçüken öğrettim ama “Anneye öpücük” dediğimde öperdi yani bana sevgisini göstermekten ziyade “öp” komutunu yerine getirirdi. Sevgisini ifade için beni öpmeye yeni yeni başladı. Halen okşamayı bilmez ve ben ona okşamayı öğretmediğim için çoğu zaman karşısındaki insanın canını acıttığını fark etmeyecek kadar bastırır ve insanlar canı acıdığı için ondan uzaklaşır yani sevgisini doğru olarak ifade edemediği için dışlanır.

Sevgisini doğru ifade edemediği için can acıtmak, sadece otizme özgü sanıyorsanız çok yanılıyorsunuz. Çevrenize bakın sevdiği için birbirine zarar veren sayısız insan göreceksiniz: Çok sevdiği için öldürenler, çok sevdiği için zarar görür kaygısıyla sevdiğini koruma fanusuna

alarak birey olmasına fırsat vermeyenler, çok sevdiği halde şımarır kaygısıyla sevgisiz çocuk büyütenler, çok sevdiği için çocuğun bir dediğini iki etmeyerek doyumsuz çocuklar yetiştirenler...

Soru şu: İnsanlar, sevgilerini ifade etmeyi yarınlara mı bırakıyor; sevgilerini can acıtmadan nasıl ifade edeceğini mi bilmiyor?

Bana göre oğlum yani özel gereksinimi olan tüm bireyler gibi tüm insanlık da sevgi duygusunu yarınlara bırakmaktan ziyade, can acıtmadan sevenin de sevilenin de mutlu olmasını sağlayacak biçimde sevgilerini ifade etmede sorun yaşıyor.

Öncelikle sevgi duygusunu ifade etmede yaşadığımız sıkıntının nedenini anlamak için beyni anlamak lazım. Beynimizin, böbrek veya kalp gibi diğer organlardan ayrılan özelliği, çevresindeki varlıklarla iletişime girerek zihin yani düşünce ve duygu üretiyor olmasıdır. Bu nedenle eğitim camiasının ilgi alanı zihindir ve zihnimizle ilgili araştırmalar, genellikle düşünce üzerinde yoğunlaştırılmıştır; çünkü düşünce bilgiyi doğurmuş, bilgi gelecek nesillere aktarılacak bilim ve teknolojiyi oluşturmuştur.

Peki, zihnimizin ürettiği duyguların yeri nedir yaşantımızda? Bizi birey yapmak, diğer insanlardan ayırmak yani insanın parmak izi gibi diğer insanlardan huy olarak farklı olmasını sağlamaktır. Sevgi duygusu bizlere bu bireyselliği kazandıran duygulardan biridir ve tüm duyguların temelidir.

İnsanlık düşüncenin ürettiği bilgiyi aktarmak için eğitim sistemleri geliştirirken duygu öğretiminin aile ve insan ilişkilerinin yoğun olduğu köy kasaba hayatında yaşayarak öğrenilmesini yeterli görmüştür. Ancak günümüzde değişen yaşam biçimi maalesef gelişen teknoloji insanların yalnızlaşmasına neden olmuş, iletişim azalmış, iletişim azalınca zamanla sevgi duygusunun ifade edilmesi için gerekli ortamları bulmak güçleşmiştir.

Köy kasaba hayatında çocuğun ahırdaki buzağıyı sevmesi, bahçedeki domatesi sulaması, toplaması emek ve sevgi bağına öğrenmesini sağlar. Annesinin verdiği yemeği hasta olan Ayşe teyzeye götürürken sevginin çevredeki insanların nasıl olduğunu takip ederek yardım etmek olduğunu öğrenir. Sokakta geç saate kadar top koştururken arkadaşlık ilişkisinde sevgi duygusunun nasıl ifade edildiğini öğrenir. Herkesin birbirini tanıdığı kasabasında bir ölümün yani sevileni kaybetmenin tüm kasabaya ait bir yas olduğunu yani ölüm ile sevgi arasındaki bağı fark eder. Büyük şehir yaşamına kıyasla çok daha güvende olduğu kasabasında annesi ona sürekli “Tanımadığın insanlarla konuşma, arabasına binme, verdiği şeyleri yeme” gibi öğütler vermez. Dolayısıyla sevgi ile güven arasındaki bağı, güven olursa sevginin güçleneceğini anlar. Çocuk insan ilişkilerinin yoğun olduğu kırsal yaşamda, sevginin bin bir halini yaşayarak doğal yoldan öğrenir.

Büyük şehirlerde öncelikle güven duygusu azalır. Güvenin azaldığı ortamda sevgi duygusuna kaygı ve korku duygusu eşlik eder ve korunma içgüdüğü sevgiyi bastırır; insanlar sevgisini söylemekten çekinir. Bu nedenle şehir hayatının getirdiği güvensiz ortam ve bir yerlere yetişme telaşı, çocukların sevgi duygusunun ifadesinde doğru örnekleri görmesine ve sevgilerini nasıl ifade edeceklerini öğrenmelerine fazla imkân tanımaz.

Aile ve yakın çevre ise şairin dediği gibi sevgilerini anlatacak geniş zamanlar bekler; dar vakitlerde sevgiyi ifade etmez. Oysa sevgi duygusunu ifade eğitiminde sevginin içimizi coşturduğu anda ifade edilmesinin öğretilmesi esas olmalıdır çünkü zamanında ifade edilmeyen duygu ürkek bir çocuk gibidir; zamanında da elinden tutup kabuğundan çıkarılmazsa zamanla unutulur. Sevginin ertelendiği paylaşılmadığı toplumlar hoyratlaşır; hoyratlığın kol gezdiği ortamda sevgi yeşermez.

Değişen yaşam koşullarının neden olduğu bu kısır döngüden çıkmak için çocuklara sevgilerini nasıl ifade edeceklerini öğretmek gerekir. Bunun eğitim programlarında can acıtmadan insanı mutlu eden sevgi duygusunu tanıyabilmek, sevgi duygusunu doğru ifade edebilmek, sevgi duygusunu hissedildiği anda paylaşabilmek, sevgi duygusunu okşama, öpme, sarılma, özlemle bakma gibi bedenle ifade biçimlerini kavrayabilmek gibi kazanımlara yer vererek çocuklara rehber olmak gerekir.

Aslında şehir yaşamında sevgi paylaşımının azaldığının bizi yönetenler de farkında olduğu için doğum günü, anneler günü, babalar günü, sevgililer günü... Günlerin sayısı artıyor; çünkü bu günlerin özünde sevgi duygusunun paylaşımına ortam hazırlamak var. Ancak insanlara sevgilerini paylaşmaları yani ifade etmeleri için hediye almaları, maddi getirisi olan değişik etkinlikler düzenlemeleri empoze ediliyor ki bu sevgi duygusunun maddiyatla ilişkilendirilmesine neden oluyor, bu da sevginin en yanlış ifade biçimini yaygınlaştırıyor ve toplumda kabulünü sağlıyor.

Oysa sevgi dolu bir bakış ile de sevgi duygusunu ifade edeceğimizi, sevgi duygusunun keyifle geçen bir sohbetle de yaşanacağını, koruyarak özenerek saygı duyarak da sevebileceğimizi çocuklarımıza öğretmeliyiz. Zira sevgi duygusu için bugün söylemek, yarın söylemek hediye eşliğinde söylemek gibi bir çalışma takvimi hazırlamak doğru değildir. Anneler gününde annemize en yoğun sevgi duygusunu hissetmeyi planlamak ve bu sevgiyi yoğun olarak planlanan gün ve saatte yaşamak mümkün değildir. Sevgi duygusu gel dediğimizde gelen git dediğimizde giden emir erimiz değil; elde etmek için emek verdiğimiz nazlı bir prenestir. Ona sürekli sahip olmak için özen göstermek gerekir. Elbette anneler gününde annemize hediyesini alır, hâlini hatırlar sorarız ama kendimizi yalnız hissettiğimiz

anda annemizin kucağında yaşadığımız sevgi ve güven duygusunu, anneler günü hediyesini verdiğimiz anda yaşayamayız.

Bu nedenle sevgiyi özel günlerde ifadeye toplumu sevk etmek yerine sevgi duygusunu yaşadığımız anda ifade etmenin önemi üzerinde durmalıyız. Çocuklara da yaşandığı anda sevgiyi öğretmeliyiz; çünkü sevgi gönül işidir; gönlün de zamanla, parayla işi yoktur. Gönülde sevginin hissedildiği an vardır; bu an çok kıymetlidir. Bu anlar şairin dediği gibi gizli bahçemizde açan çiçeklerdir. Bu çiçekleri soldurmadan paylaşarak çoğaltmazsak huzura ve mutluluğa veda ederiz. Gelecek sayımızda teknolojinin ışıltılı dünyasının sevgiyi ifade etmedeki etkisi üzerine söyleşmek umuduyla; her daim sevgiyle kalmanız ve sevginizi çoğaltmanız dileğiyle hoşça kalın.

SANATIN KADIN SESLERİ HAZİRAN

HAZIRLAYAN: Selvet BAYRAKTAR TOKAT

selvetbayraktarr@hotmail.com

Merhaba değerli umudun kadınları takipçileri. Yine birbirinden farklı sanat ve kadına dair haberlerle sizlerleyiz.

Önce Başlıklar

Fusun Turcan, Gezi'nin tutsak kadınlarını çizdi

Jennifer Lopez'in kadın cinsiyet sembolüne yasak

Ayşe Kulin'e onur ve emek ödülü

Kitap önerisi: Aslı Kocaeli: Çocukluğum Ve Çocuğum

Fusun Turcan, Gezi'nin tutsak kadınlarını çizdi

İllüstratör Fusun Turcan, Gezi davasında 18 yıl hapis cezasına mahkum edilen kadınların resimlerini çizdi.

Çizimler Çiğdem Mater'e özgürlük hesabından "50 gün oldu #ÇiğdemMater, #MücellaYapıcı, #MineÖzerden 50 gündür Bakırköy Cezaevi'ndeler" mesajıyla paylaşıldı.

Mücella Yapıcı, Çiğdem Mater, Mine Özerden Gezi davasında 18 yıl hapis cezasına mahkûm edilerek Bakırköy Cezaevi'ne gönderilmişti.

Jennifer Lopez'in kadın cinsiyet sembolüne yasak

Dünyaca ünlü şarkıcı Jennifer Lopez'in kadını güçlendirmek için düzenlenen Super Bowl şovu sırasında, kadın cinsiyet sembolünü kullanmasının yasaklandığı belirlendi.

Jennifer Lopez ve **İngiliz yönetmen Hamish Hamilton** arasındaki konuşma, Lopez'in **Netflix**'te yayınlanan 'Halftime' isimli belgeselinde ortaya çıktı.

İngiliz yönetmen Hamish Hamilton, Lopez'in dünya çapında 200 milyondan fazla kişinin izlediği performansında, 'tartışmalı' kadın cinsiyet sembolünü, kapsayıcı olmadığını düşündüğü için kullanmamasını istedi. Sembolizmin çok açık olduğuna atıfta bulunan Hamilton, "Muhtemelen şimdi kavgacı olacağım ama performans içinde kimlik siyasetiyle ilgili olan şeyler düşünüldüğünde 'çekişmeli' olan tek şey, kadın cinsiyet sembolü. Bence bu, bazı insanlar tarafından 'ayrıcalıklı' görülebilir. Bunun arkasındaki anlamı anlıyorum ama sahnede söylediklerin o sembolün orada olmasından çok daha güçlü" ifadelerini kullandı.

Jennifer Lopez de, Hamilton'ın kafeslerde performans sergileyen çocuk dansçıların yer aldığı bir sahne gösterisi düzenlemeyi onaylarken sembolün yasaklanmasını istemesine şaşırdığını ifade etti.

Miami'deki Hard Rock Stadyumu'nda gerçekleşen **Super Bowl** gösterisinin teması, Lopez'in özgüvenli bir imajı yansıtmak ve **kadınları güçlendirmek** için hazırladığı şarkı ve dans şovlarından oluşuyordu. Şehrin Latin kültürünü yansıtmayı amaçlayan canlı performansta çoğu kadın 130 dansçı yer aldı.

Ayşe Kulin'e onur ve emek ödülü

İstanbul'un Anadolu yakasındaki Kartal İlçe Belediyesi tarafından bu yıl ikincisi düzenlenen Kartal Kitap Fuarı, edebiyat ve sanat dünyasının ünlü kalemlerini ağırlamaya bu sene de devam etti. Etkinliğin ikinci gününde, ünlü yazar Ayşe Kulin, onur ve emek ödülünü, Kartal Belediye Başkanı Gökhan Yüksel'in elinden aldı.

Ödül töreninden önce, gerçekleşen söyleşide kısa bir konuşma yapan sevilen yazar, Covid-19 pandemisinden dolayı uzun süre fuarlara katılamadığını, bu yüzden Kartal Belediyesi tarafından organize edilen kitap fuarına davet edilmesinden dolayı yaşadığı mutluluğu ifade etti. Kulin, Srebrenitsa katliamıyla alakalı kaleme aldığı 'Sevdalinka' isimli kitabından sonra Avrupa ülkelerine olan kızgınlığından dolayı hiçbir zaman Avrupa ülkelerine seyahat etmediğini söyledi.

Söyleşinin sonunda, ünlü yazara onur ve emek ödülünü takdim eden Kartal Belediye Başkanı Gökhan Yüksel, "Kıymetli yazarımıza böyle bir fuarda bizleri yalnız bırakmadığı için sonsuz teşekkürlerimizi sunuyoruz. Kartal'ı, İstanbul'un kültür sanat merkezi yapma yolunda emin adımlarla ilerliyoruz. Diliyoruz ki tüm yazarlarımız özgürce eserlerini kaleme almaya devam edebilsin" ifadelerini kullandı.

Yazar Ayşe Kulin ise, onur ve emek ödülünü almaktan dolayı yaşadığı mutluluğu ifade ederek, ödülü hayatı boyunca saklayacağını belirtti.

Kitap önerisi: Aslı Kocaeli: Çocukluğum Ve Çocuğum

Yeni çıkan kitaplardan biriyle sizlerleyiz. Sosyal medyada annelik deneyimlerini paylaştığından dolayı tanınan Aslı Kocaeli'nin 2. Kitabı Çocukluğum ve Çocuğumla tanıştırmak istiyoruz sizleri. Kûsurat yayınlarından çıkan kitap 165 sayfadan oluşan tür olarak anlatı kitabıdır. Yeni bir kitap olduğundan dolayı seslendirilmiş hali henüz yok. Ben bu köşeyi hazırlarken yeni çıkan kitaplara baktım ve bu eser bende merak yarattı.

Aslı Kocaeli, anne olduktan sonra âdeta kendi sihirli değneğini ve pelerinini bularak çocukluğuna bugünün gözüyle bakıyor, kabuk tutmuş yaraları iyileştirmeye niyet ediyor. “Büyüğüm ben anne olacak kadar, küçüğüm ben anne diye ağlayacak kadar,” diyor ve o zamanlar anlamadığı, içine kapandığı, mutsuz hissettiği tüm anların başını bir anne şefkatiyle okşuyor. Çocukluğum ve Çocuğum da sıkı sıkı sarıldığı çocukluğu ve kendi çocuğu, el ele tutuşup huzur dolu bir yolculuğa çıkıyor. Milliyet gazetesine verdiği röportajda: hüzünlü ve huzurlu diyebileceğimiz duygu geçişleri arasından bir kitap. Tam olarak hüzünlü diyemeyiz belki çünkü çocukluğumda yaşadığım kalp kırıklıklarının sonucunda çocuğumun neye ihtiyacı olduğunu anlayabilmek bana huzur veriyor diye tanımlıyor hislerini yazar.

“Kitap yayınlandıktan sonra hem hüzünlendim hem huzur buldum. Hatta beni hiçbir zaman terk etmeyen ve bende ebedi olan çocukluğum da rahatladı diye tanımlıyor kendi ruh halini.

Çocuğum benden ayrı biri. Çocukluk meselelerimiz benzer olsa da, kendime her zaman hikâyelerimizin farklı olduğunu hatırlatmaya çalışıyorum. Onun kendi mücadelesi, kendi istekleri, kendi ihtiyaçları olacak. Benim, çocukluğumdan alıntılama çalıştıklarımın temelinde ‘bir çocuğun nasıl sevilme istediği’ ve ‘hayatı nasıl gördüğü’ sorularının cevapları var. Çünkü sanıyorum ki hikâyeler değişkenlik gösterse de, bunlar sabit kalıyor. Evet, bence hislerimizin temeli çocukluktan geliyor; hangi konularda ne hissedeceğimizin, hatta münferit olaylarda bir şeyler hissedip hissedemeyeceğimizin bilgisi bile ebeveynlerimizden geliyor. Sonra biz büyüdükçe onların üzerinde çalışmaya başlıyoruz. Bazılarımızın bu konuda sınavı daha kolay oluyor, bazılarımız hislerini çözümlemek için çok uğraşıyor. Gerçek hislerimizi bulmaya çalışarak da içimizdeki o katıksız saf kendimizi görmeye çalışıyoruz. Diye bitiriyor sözlerini.

Şimdilik bizden bu kadar...

Gelecek sayımızda görüşmek üzere sevgiyle ve umutla kalın.

22 Haziran 2022

BABASIZ TOPLUMUM...

YAZAN: Hande KEYKUBAT

hkeykubat@gmail.com

Solcu bir söylemle ne kadar yadsısak da, bugün kapitalizmin tüm dünyaya bir şekilde dayatmayı başardığı, artık toplumda manevi anlamda da bir karşılığı olan babalar günü...

Bununla birlikte, benim bu yazıyı yazmamın esas nedeni babalar günü değil. Uzun zamandır aklımda dönenip duran bu yazının doğumu, geçen cuma akşamı yaşadığım bir hadiseyle gerçekleşti. Kâğıda dökmek ise bugüne denk geldi... Yaşadığım hadise şuydu: Hafta sonunu sıkıcı ve yorucu bir üniversite sınavının birbirinden sevimsiz ve adaletsiz oturumlarıyla geçirecek bir genç kıızı olan baba bir arkadaşım, eşi, yani kızının annesi sorumluluk sahibi ve toparlayıcı bir tavır sergileyip erkenden eve giderken, şehir dışından gelen arkadaşlarıyla buluşup geç saatlere kadar takılmayı seçmişti... Sınav stresi yaşadığını iyi bildiği kızını yalnızca annesinin ilgi ve şefkatine bırakmış, kendisi ise sınavdan bir akşam önce evde olup kızını destekleyen, onun yanında olduğunu gösteren bir tavır sergilemeyi tercih etmemişti.

Bu anlattıklarımınla o babayı yargılamıyorum elbette. Onun kızını sevmediğini de iddia etmiyorum. Haksızlık olur bu her şeyden önce, çünkü kızının istikbali için maddi manevi hiçbir şeyden kaçınmadığını yakından biliyorum. Peki, neden böyle davranmıştı o baba o gün? Neden en azından anne kadar sorumluluk almamıştı? İşte bunu sorgulamak istiyorum...

Bana kalırsa toplumda babalık hususunda temel olarak iki tip yanlış algı var. Bu yanlış algıların oluşmasında teker teker babaları suçlamak adaletsizliktir kuşkusuz. Bu yanlış algılar babadan babaya, hatta ailenin ve sülalenin kadın fertlerinden erkek çocuklarına aktarıla gelmekte. Birinci tip yanlış algı, -Baba çocuğun üretim operasyonunda yer almaktan ve çocuk kötü bir şey yaptığında kulağını bükmekten başka pek bir şey yapmaz- algısıdır.

Bu algının egemen olduğu ailelerde aslında çocuğun fiilen bir babası yoktur. Baba çocuğu kucaklamaz, giydirmez, altını almaz, tutup okula götürmez, çocuğun acı ya da tatlı anlarını paylaşmaz, onu çarşıya götürmez, götürse de yalnızca maddi olarak destekler o kadar. Çocuğun bir sevgilisi olduğunda bunu en son baba duyar, çünkü bu durum babaya söylenmemelidir. Karne notları iyi olduğunda yalnızca bir -aferin-le yetinilir. Çocuğun yetiştirilmesi süreçlerini tek başına üstlenen anne zamanla çocukla yüz göz olduğunda ve çocuk artık annenin telkinlerine uymadığında, durum baba denen o uzak, soğuk figüre iletilir ve o figür, despot yargıç ve infaz memuru vasfına bürünüp, parmak sallamak, şiddet uygulamak, bağırıp çağırmak ya da anneyi suçlamak şeklinde yöntemleri uygular. Öyle ya, o ne biçim annedir ki çocuğunu bu şekilde itaatsiz ve şımarık yetiştirmiştir! Ya da mesela, anne göz kulak olamadığı için çocuk sigaraya başlamıştır! Ben lisedeyken bir arkadaşımız okulumuzun rehber öğretmene "Ben

babamı 20 yıldır neredeyse hiç görmedim" demişti. Adam daha çocuk uyanmadan işe gidip, o uyuduktan sonra eve dönüyormuş. Rehber öğretmenimiz bu bilgiyi aktarırken arkadaşımızın ismini vermemişi elbette. Bu yanlış algı nedeniyle baba yalnızca karşısına alıp azarlayan, hizaya çeken, despot ve soğuk bir figür olarak görülür. Cumhurbaşkanımız için "ne babacan adam yahu, ne de güzel azarlıyor!" diye sözüm ona övgüyle bahseden arkadaşlarım olmuştu ve hiç tereddütsüz karşı çıkmıştım buna. Yine bu yanlış algı nedeniyledir ki, erkekler eşlerine karşı anlayışsız ve soğuk tavırlar sergilerler. Eşleri de teslimiyetle bu algıya boyun eğler. Çünkü uzak ve soğuk baba figürüyle büyümüş kız çocuğu da erkek çocuğu da eş olma ya da çocuk yetiştirme hususunda farklı bir yöntemle kolaylıkla ayak uyduramaz...

İkinci tip yanlış algı ise babanın kızından bilinçli şekilde uzak durması ya da uzak tutulması gerektiği şeklindeki algıdır. Feodal kökenlerimize dayandığını düşündüğüm bu algıda erkek çocuk, erkek egemen bir toplumda babanın veliahdıdır. Bu yüzden onun giyim kuşamından, oyuncaklarından, hobilerinden vb. hep baba sorumludur. Çocuğu yetiştirmek yine annenin görevidir elbette. Bu kaçınılmaz zaten, ama baba, onun sosyal çevrede ortaya koyacağı kimliği inşa etmekten birinci derecede sorumlu görür kendini. Oysaki elinin hamuruyla oturup sadece bebeğiyle oynaması, annesiyle yemek yapıp komşu günlerine gitmesi, okuyacaksa da masa başı bir işte çalışarak parasını kazanıp akşamüstü evine gidip kocasına, çocuğuna hizmet etmesi gereken kızının sorumluluğu o tür babalara göre tamamen anneye ait olmalıdır. Erkek çocuğuna tamamen sahip çıkan baba, kızına karşı yalnızca 'cezalandırıcı' rol üstlenir. Babasında bulamadığı şefkati ve yol göstericiliği yanlış erkeklerde arayan kız çocuklarının tökezleyip savrulduğu durumlara çok tanık olmuşuzdur.

Lise yıllarımda üniversite sınavına hazırlanan gençleri okulların ve dershanelerin toplayıp götürdüğü pedagog konferanslarından birinde duymuştum sanırım. Pedagog, "Bir çiçeği sadece sularsanız çürür, sadece güneşe bırakırsanız kurur" demişti. Çocukların üretim operasyonlarında olduğu gibi yetiştirilmelerinde de annenin ve babanın kimi zaman benzer kimi zaman farklı rolleri, çocuğun ruhunun ihtiyaç duyduğu tüm gıdaları alarak büyümesini sağlar. Anneler çocuklarını emzirip avuturken, giydirip yedirirken, uyutup uyandırırken, babalar da gerektiğinde bu rolleri kendi tarzında, kendi şefkatiyle üstlenebilmelidir. Babalar kızlarıyla uzay yapbozu tamamlamalı ya da bir araba sürmelidir. Annelerle oğulları birlikte yemek yapmalı ya da sofrayı kurmalıdır. Babalar kızlarına çok güzel, çok değerli olduklarını, onları çok sevdiklerini hiç tereddüt etmeden söylemelidir. Babalar çocuklarına kız olsun erkek olsun sarılmaktan, onlarla göz teması kurmaktan, onlara deneyimlerini anlatmaktan, onların deneyimlerini dinleyip bu konularda onlarla konuşmaktan çekinmemeli, yılmamalıdır. Çocuklarıyla ruhsal bir bağ kurmayı başarmış babaların gerektiğinde ortaya koyacağı otorite

bir tavrın, çocuk açısından anlamı çok daha büyük olacaktır. Çocuk artık o otoriteye, salt korktuğu ve cezalandırılacağı için değil saygıyla ve anlayarak uyacaktır. Babasının yanlış yaptığını düşündüğünde bunu ona iletmekten de çekinmeyecektir.

Tüm ebeveynler evlatlarından önce göçüp gitmek isterler, çünkü kendi parçaları olan yavrularını kaybetmek, onlar için dünyanın en büyük, en geri dönüşümsüz acısıdır. Çocuğunu yetiştirip bu dünyaya faydalı bireyler olarak bırakırken annelik ve babalık rolünü kusursuz ya da en az kusurla yerine getirmiş ebeveynler ise, bu dünyadan ayrılırlar bile asla ölmezler, çünkü onların sevgisi, samimiyeti, dürüstlüğü, ilkeleri çocuklarında yaşamaya devam eder. Özsaygılı, özgüvenli, sağlam nesiller yetiştirmenin yegâne yolu, çocukları doğurup doyurmanın yeterli olmadığını bilerek sorumluluk sahibi bir ebeveynlik sergilemekten, ödülde de cezada da çocuğun her zaman yanında yer alan bir takım arkadaşı olduğunu hissettirmekten, onlarla onların anlayabileceği şekilde fiziksel ve ruhsal temas kurmaktan utanmayan bir yaklaşım benimsemekten, onlara sevildiklerini her zaman hissettirmekten geçer...

Çiçeklerimizin yeterli düzeyde güneşe de suya da her zaman kavuşabilmesi dileklerimle...

20 Haziran 2022

DENEYİMLEDİKLERİM

HAZIRLAYAN: Emine KAMÇI

eminekamci@hotmail.com

TAVADA KIZARTMA YAPIYOR MUSUNUZ ?

Tavada kızartma yaparken, biz görme engellileri en çok uğraştıran işlemlerden biri, patates, biber, kabak, patlıcan gibi sebzelerin kızardıktan sonra bir bir toplanmasıdır. Önceleri tavada fazlaca bulunduğu için, onları kevgirle kolayca toplamak olası. Oysa son kalanları almak, hepimizin de bildiği gibi oldukça zor olmaktadır. Bu nedenle sizlere önerim, yağdaki tüm sebzeler kızarınca, tavayı altında büyükçe bir kap bulunan geniş delikli süzgeç veya bir kızartma sepetine dökün ve sonra da kaba süzülen yağı yeniden tavaya boşaltarak, bu işlemi tüm sebzeleri bitirinceye kadar yineleyin.

FIRINA VERMEDEN ÖNCE POĞAÇALARIN ÜZERİNE KARIŞIM SÜRERKEN ZORLANIYOR MUSUNUZ?

Eğer bir fırçanız yoksa bu işi temiz bir kâğıt peçeteyle yapabilirsiniz. Yumurta sarısı yağ karışımını poğaçalara sürmeden önce, bunları tepsiye sayarak ve sıralı yerleştirin ki sürme işini

yaparken, yerini tespit ederken, kolaylık olsun. Hem böylece sürülenler ve sürülmeyenler karışmamış olacaktır.

Bir tost makinesinde tost yaparken' de, ekmeğin üzerine eşit şekilde yağ sürmek istiyorsanız, yine peçeteden yararlanabilirsiniz.

DENGEDE KALMAK

YENİDEN KULLANILABİLİR BİR ÜRÜN MENSTRUAL KAP

YAZAN: Tuğba DÜNDAR

tugbadndr@gmail.com

Hepimiz kadın olarak yaklaşık 35-40 yıl boyunca her ay, ortalama 5 gün regl oluyoruz. Regl günlerimizde kanamalarımız için ped, bez ya da tampon gibi ürünler kullanmak durumundayız. Ancak bu tarz ürünlere hem ekonomik durumumuz hem de bilginiz ölçüsünde ulaşabiliyoruz. Çoğumuz ped, bez ve tamponu duymuş, hatta bilgi sahibi bile olmuşuzdur. Ben sizlere ülkemizde son yıllarda kullanımı artan menstrual kaptan bahsetmek istiyorum.

Menstrual kap, regl kanını içerisinde toplayan, hazne (vajina) içine yerleştirilen ve yeniden kullanılabilen bir menstrual hijyen ürünüdür. Şekil olarak kabaca huniye benzer. Huniden tek farkı menstrual kabın alt ucunun kapalı olmasıdır. Genellikle tıbbi amaçlı kullanılan lateksten yapılır. Bir kere satın aldıktan sonra yaklaşık olarak 10 yıl boyunca kullanılabilir. Regl kanamamızın miktarına göre 12 saate kadar boşaltılmadan hazne içerisinde kalabilir. Menstrual kap, dünya çapında pek çok farklı firma tarafından üretilmektedir. Ülkemizde de bazı eczanelerde, internetteki büyük alış-veriş sitelerinde ya da kapların firmalarının kendi web sitelerinde satışı mevcuttur. Her firmanın farklı boylarda menstrual kapları olmakla birlikte, genellikle normal doğum yapmış olup olmamanız ve regl kanamanızın miktarı kabınızın boyutunu belirleyebilmeniz için yeterlidir. Yine de satın alacağınız menstrual kabın firmasının web sitesindeki boyut seçimi önerilerini de kontrol etmekte fayda var. Menstrual kap, birçok farklı renk seçeneği ile bulunabilmekte. Renkli kapların üretilmesinde, yiyecekler için güvenli olduğu onaylanan boyalar kullanılmaktadır. Ayrıca kapların çoğu vegandır. Kap, nasıl kullanılır dersiniz kısaca; regl döneminin başında ve sonunda 5 dk kaynatıp ya da temizleme jeli ile temizleyip, hazne içine yerleştirip dolduğunda çıkarıp, durulayıp tekrar yerleştirmekten ibarettir.

Menstrual kabı kabaca tanıdıktan sonra, kapların olumlu yönlerinden bahsedecek olursak, maliyet etkin bir yöntem olduğunu söyleyebiliriz. Kap, ped ya da tamponlar gibi tek kullanımlık

olmadığı için sadece bir sefer ücret ödemiş oluyoruz. Ayrıca yeniden kullanılabilir bir ürün olması, çevre kirliliğinin de önüne geçmiş oluyor. Bunu kabaca şöyle bir örnekle açıklayabiliriz: bir kadının her ay ortalama 5 gün regl olduğunu kabul edelim. Sağlığı için bir günde en az 5-6 ped değiştirmesi gerekecek. Bu da bir regl döneminde yaklaşık 25 adet pedi kullanması ve çöpe atması anlamına geliyor. Bu kadar pedin hem maliyeti hem de atık kısmını kafanızda lütfen bir canlandırın. Ayrıca pedlerdeki kanın, eğer kan yoluyla bulaşan bir hastalığımız varsa regl kanı ile de başkalarına bulaşabileceği de aklınızda olsun. Hepimiz regl dönemlerimizde evimizin dışındaki ortamlarda ped gibi ürünleri değiştirmek zorunda kalabiliyoruz. Dış ortamlardaki tuvaletlerde maalesef, su, sabun, peçete ve taşmamış bir çöp kovasını aynı anda bulmak oldukça zor oluyor. Bu nedenle de pedimizi değiştirmeyi erteleyebiliyoruz. Menstrual kap, 12 saate kadar boşaltılmadan kullanılabildiği için evimizin dışında tuvalet arama ihtiyacımızı da ortadan kaldırıyor. Ayrıca tuvalete idrarımızı ya da gaitamızı yapmak için girdiğimizde, tuvalette herhangi bir kandamı da bırakmıyoruz.

Ancak bu ürünün de huysuz yanları yok mu dersenez, elbette var. Mesela bazı kadınlar menstrual kabin yerleştirme ve çıkarma işlemine ilk 3 ay sonrasında alışabilmiş oluyor. Bu süreç içerisinde bazen regl kanının sızabildiği de görülebiliyor. Yine eğer rahim içi araç yani spiral kullanıyorsanız menstrual kabı kullanmadan önce bir kadın sağlığı uzmanına danışmanızda fayda var. Ayrıca temizlik kurallarına uymak da oldukça önemli.

Her menstrual hijyen ürününün sevdiğimiz ve sevmediğimiz yönleri var. Hatta birimiz için olumlu olan bir yön, diğerimiz için olumsuz olabilir. Bu nedenle regl döneminde kullanılabilen ürünlerin hepsi hakkında bilgi sahibi olmak oldukça önemli. Tabii ki ürünü kullanan kişilerin yorumlarını ve deneyimlerini de ciddiye almamız gerekir. Ancak unutmayın ki en iyi yorum kişinin kendi yorumudur.

Sağlıkla kalın.

24 Haziran 2022

ALIŞVERİŞ MERKEZİNİN DAYANILMAZ AĞIRLIĞI!

YAZAN: Yayla BOZTAŞ KARSAN

yaylaboztas@yahoo.com

‘Dedemin Adamları’ na bilet aldım. Filmin başlama saatini bekliyorum. Bütün gelen giden, yiye içen, konuşan gülen insanların karşısında yalnızım.

Bir insan seli devamlı deviniyor. Gürültüleri önlerinde gelen yeni yetmeler. Tazecik, özenli, kimisi b y m       özentili... Ne e içinde önümden r zg rda u u an yapraklar gibi geçiyorlar.

Orta ya ı epeyce geçmiş ama kendilerine orta ya lılı ı yakla tırmayan birkaç kadın ünlü bir k ftecinin kocaman masasına oturmuş, arkadaşlarını bekliyorlar. Bakımlı olmaya  zenmi , kendilerini be enmek, be endirmek için ne gerekirse yapmış -çoğu sarı ın- kadınlar; kısa aralarla gelip arkadaşlarına katılıyor. Hepsisi g l c k içinde, sevecen çok mutlu kucakla ıyorlar. Hıznrlı ım tutuyor, şimdi tutkuyla kucakla an bu insanlar acaba birbirinden ayrılınca neler geçirir usundan. Kıskaçlık, çekememe kirletir mi sevgilerini? Diye düşünmeden edemiyorum.

Hemen yan  aprazımdaki masada genç bir  ift. Tam görüş a ımda. Tavırlarından, konuşma sırasındaki tutukluklarından ilk kez bulu tukları izlenimini ediniyorum. Kız mahcup gibi ama değil. Delikanlı daha tutuk. Hem  l  l  hem de kızı güldürmeye çalışır bir hali var. Kızın mimiklerinde kendini olduğundan farklı gösteren bir tavır ulaşıyor beynime. Sanki bu masum g r n   n altında biraz bilmi lik var gibi... Gene de birbirlerinden çekinerek konuşan,  er evelelenmi  bir birliktelik.

Çok genç,  ık, bakımlı yalnız genç anneler. Elinden tuttukları güzel giyimli çocuklarıyla sahneme giriyorlar. Çocukların elinde pahalı, marka oyuncaklar. Annelerindeki güven ve rahat para harcama, ister istemez  u an yanlarında olmayan, işyerindeki babayı d   r yor aklıma. Bu saatte çocuğuyla buraya gelebilen anne; iyi kazanan bir erkeğin iyi harcayan, herhangi bir i te çalışmayan, e idir diye düşünmeden edemiyorum. Belki de zamanında çocuklarımla, böylesine rahat gezip onların istediklerini alamayan, çalışan anne günlerine gidiyor d   ncelerim. Yanılmı  olma payımı bir kenarda saklamayı da ihmal etmiyorum, kıskan lı ımdan utanmamak için.

Bazı masalarda anne, baba,  ocuk yemek yiyorlar. Hemen yanımdakinde oldu a rahatsız edici sorunlu bir durum var. Masanın merkezi  ocuk. Elindeki tablette gözü... O küçük ekranında oynarken annesi ağzına yemek veriyor. Annenin gözü yemek taşıyan  atalda,  ocu unki oyunda... G z n  oyunundan hiç ayırmadan ağzına konan lokmayı sanki yalnızca bir refleksle  i niyor. Yüzünde hiçbir ifade yok. Zevk almak, be enmek iştah duymak asla yok. Babaya bakıyorum, sakın yemeğini yiyor. Bu yapılanı onaylamamasını istiyorum. O da tepkisiz. Ortadaki yanlışın tek ayırımında olan ben miyim?   te konunun can alıcı en dramatik anı. Baba teneke kutudaki i e e in pipetini yüzünü oyundan ayırmayan çocuğun dudaklarının arasına sokmaya  alı ıyor. Yaşasın  ocukta mimik var, pipetten sıvı çekmek için emme hareketi

yapıyor... Hiç konuşmasız, tatsız tuzsuz bir birliktelik... Çocuklarını gezdiren anneler daha sevimli mi ne?

Yaşlı bir karı koca. Böyle bir yere ilk kez geldikleri, hareketlerinden, çevreye yabansı bakışlarından, kadının başörtüsünden, adamın köylü kasketinden belli. Ne güzel; adam, yıllardır kendine yemek pişiren, yıpranmış, yorgun karısını belki de kuru fasulye, pilav yediği kasaba aşçısından sonra ilk kez almış böyle bir yere getirmiş. Onlara bakarken yüreğinden geçen sıcacık duygular içimi ısıtıyor, görmüyorlar, ama bakışımı önüme aldığında, mutlu, yürek dolusu gülümsüyorum.

Masanın birinde bir delikanlı gencecik bir kızın elini tutmuş ama o el delikanlının elinin yanında durmak istemiyor gibi. O buranın eli değil, başka bir yerlerden gelmiş, burada olmaması gerektiğini düşünen birinin eli. Parmaklar çekingen, bir kurtulsa kaçıp gidecek gibi. Masalarımız çok yakın, başını iyice kıza eğen delikanlının “Neden? Neden yanımda hiç gülmeden böyle duruyorsun?” dediğini duyuyorum. Kızın yüzünde aşırı bir ürkeklik, neredeyse bir korku var. Bu incecik, ezik kıızı; rahat, öz güvenli, neşeli ve umursamaz yaşlılarıyla kıyaslamadan edemiyorum.

Yiyeceğin her çeşidi; Köfte, pizza, pide, tavuk, balık, mantı, tatlı, pasta, kahve, yazmakla bitmeyecek çeşitlilik. Şık giysilerle dolu ıslıl ıslıl vitrinler. Özenli dekorlar, yazılar, reklamlar, panolar, yanıp sönen rengârenk ışıklar. Gündüz ama gece, ya da gece ama gündüz. Zaman algımı yitiriyorum neredeyse.

Buradaki insanların, yemek, tüketmek, satın almak dışında düşündüğü hiçbir şey yok. Tek amaç tüketmek, yalnızca tüketmek... Hiç kimsenin, dayatılanı yapmaktan başka kendiliğinden bir şey yapma düşüncesi yok. Hepsi kendilerine sunulanlardan payına düşeni alma yarışında. Ben de mi öyleyim?

Elektronik eşya mağazasından ses yayıcılarla kampanya müjdesinin çığırkanlığını yapan delikanlının sesi kısa aralarla insanları mağazaya çağırıyor. Yemek artıklarına koşan karıncalar gibi bir insan seli sese yöneliyor.

Gözlerimi kapayıp hiçbir şey düşünmemeye çalışıyorum. Tek bir sözcüğünü anlamadığım bir gürültüyle kuşatılmışım. Anamlı bir tümce duymak için duyularımı zorluyorum.

Gürültülü ritminden başka bir duyum bırakmayan, ruhuma ulaşamayan müzik, yan masadaki orta yaşlı bir türlü geçememiş sarışın kadınların kahkahaları, çocuk çığlıkları, işliğine

müşteri çekmek için devamlı aynı tümceleri yineleyen papyonlu garsonların yapmacık, “Buyurun efendim’leri” Sahi neden garsonlar hep papyon takar?

Filmin başlama saatine az kaldı. Sonunda sinema salonuna giriyorum. Duygularımı eşeleyecek olumlu dürtülerle; girdiğim zamankinden farklı çıkarsam ne mutlu bana...

KADININ GÜNCESİ HAZİRAN

HAZIRLAYAN: Selvet BAYRAKTAR TOKAT

selvetbayraktarr@hotmail.com

Yepyeni bir kadının güncesini sizlerle yeniden buluşturmanın heyecanıyla haberlerimize başlıyoruz.

Önce başlıklar

Sümeyye Boyacı'dan altın, Sevilay Öztürk'ten gümüş madalya

Umutun kadınları dergisi duvar gazetesinde

Öz Savunma Atölyesi'ne katılan Kartallı kadınlar sertifikalarını aldı

Adaletten yine utandıran karar: Pınar Gültekin'in katiline tahrik indirimi

İstanbul Sözleşmesi davasında 3. duruşma: Danıştay savcısı, 'Cumhurbaşkanı Sözleşmeyi feshedemez' dedi

Kadınların beğendiği kocasını kışkandı, uyurken cinsel organını kesti

“Çocuklarımı taciz ediyordu” demişti: Katar Prensi'nin eski eşinin şüpheli ölümü

Sümeyye Boyacı' dan altın, Sevilay Öztürk'ten gümüş madalya

Portekiz'de düzenlenen Para Yüzme Dünya Şampiyonası'nda Milli sporcular Sümeyye Boyacı altın, Sevilay Öztürk ise gümüş madalya kazandı.

Milli sporcu Sümeyye Boyacı, para yüzmede dünya şampiyonu oldu.

Türkiye Bedensel Engelliler Spor Federasyonu'ndan yapılan açıklamaya göre Portekiz'in Madeira Adası'nda devam eden Para Yüzme Dünya Şampiyonası'nda, Sümeyye Boyacı 50 metre sırtüstü kategorisinde 41.58 saniyelik derecesi ile altın madalya kazandı.

Şampiyonada 50 metre sırtüstünde mücadele eden milli sporcu Sevilay Öztürk ise 44.45 saniyelik derecesiyle gümüş madalya aldı.

Umutun kadınları dergisi Duvar Gazetesinde

Yayınlamaya başladığımız günden beri basın ilgisini çekmeye başlayan dergimize bu defa da Duvar Gazetesi yer verdi. Gazete yazarlarından Nuray Pehlivan Yayın Kurulu üyemiz Sultan Çamur Karataş ile bir söyleşi yaptı. Dergimizi çıkarma fikrinin nasıl doğduğuyla başlayan röportaj ilkelerimizin ve amaçlarımızın ayrıntılı bir şekilde anlatılmasıyla devam etti.

Dergimizde yer alan köşelerle ilgili kısa ve öz içerikli bilgiler de okuyuculara verildi. Biz de bu değerli söyleşi de emeği geçen arkadaşımıza yayın kurulu adına teşekkür ediyoruz.

<https://www.duvar.com.tr/yaili-sesli-aylik-dergi-umudun-kadinlari-haber,1567755>

Öz Savunma Atölyesi'ne katılan Kartallı kadınlar sertifikalarını aldı

Kartal Belediyesi Kadın ve Aile Hizmetleri Müdürlüğü ve Mor Dayanışma iş birliğiyle kadınlar için gerçekleştirilen 'Öz Savunma Atölyesi' ilk mezunlarını verdi.

Kartal Belediyesi ve Mor Dayanışma iş birliği ile son yıllarda artan kadına yönelik şiddete ve kadın cinayetlerine hem dikkat çekmek hem de kadınların herhangi bir saldırı ya da şiddet durumu ile karşılaştıklarında kendilerini koruyabilmeleri için düzenlenen Öz Savunma Atölyesi'nin sertifika töreni gerçekleştirildi.

Krav Maga eğitmeni Meltem Yalçın'ın pek çok önemli bilginin yanı sıra; öz savunma tekniklerini de uygulamalı olarak gösterdiği 5 haftalık atölyede kadınlara; "Öz savunma nedir? Şiddet türleri nelerdir? Kırılganlığı aşmak, Özgüven çalışması, Ev içi şiddet ve öz savunma pratiği, Toplu taşımada şiddet ve öz savunma pratiği, sokakta, kamusal alanda şiddet ve öz savunma pratiği" başlıklarını içeren teorik ve pratik eğitimler verildi.

5 hafta boyunca cuma günleri eğitim alan kadınlara sertifikalarını, Kartal Belediyesi Başkan Yardımcısı İmam Aydın ile Kartal Belediyesi Kadın ve Aile Hizmetleri Müdürü Enif Yavuz Dıpşar verdi.

Kartal Belediyesi Uğur Mumcu Kültür Merkezi'nde hayata geçirilen Öz Savunma Atölyesi'nin sertifika töreninde konuşan Başkan Yardımcısı İmam Aydın, kadına yönelik şiddetin artarak devam ettiğini belirterek kadınların mağdur durumdan çıkması için yapılan bu çalışmayı desteklediğini söyledi. Kartal Belediyesi olarak kadınların yanında olduklarını ifade eden Aydın, atölyede emeği geçen herkese teşekkür etti.

Adaletten yine utandıran karar: Pınar Gültekin'in katiline tahrik indirimi

Muğla'da üniversite öğrencisi Pınar Gültekin'i öldürdüğü gerekçesiyle tutuklanan sanık Cemal Metin Avcı hakkında 13. duruşmada karar verildi. Davanın 13. duruşması Muğla 3. ağır ceza mahkemesinde görüldü.

Suçta iştirakle yargılanan kardeşi Mertcan Avcı için de aynı ceza talep edildi. Daha önceki duruşmalarda Avcı'nın annesi, babası, iş ortağı ve eski eşine 'suç delillerini yok etme, gizleme veya değiştirme' iddiaları yöneltmişti. 13'üncü duruşmada 6 sanık son sözlerini söyledi.

Sanık Cemal Metin Avcı, müebbet hapis cezasına çarptırıldı. Cemal Metin Avcı isimli erkeğe verilen müebbet hapis cezası haksız tahrikle 23 yıla indirildi. Katil 14 buçuk yıl hapis yatacak!

Mahkeme suç delillerini Cemal Metin Avcı ile birlikte gizleyerek yok ettikleri öne sürülen tutuksuz sanık kardeşi Mertcan Avcı, annesi Ayten Avcı, babası Selim Avcı, boşandığı eşi Eda Karagün ve ortağı Şükrü Gökhan Orhan'ın ise beraatına karar verdi.

Kadını ve haklarını koruyan İstanbul Sözleşmesi'ni bir gece yarısı kararıyla fesheden AKP hükümetinin Adalet Bakanı Bekir Bozdağ, geçtiğimiz aylarda yaptığı açıklamada kadına yönelik suçlara ilişkin davalarda 'iyi hal indirimi' yapılmasının toplum vicdanını yaraladığını ve infiale yol açtığını söylemişti.

Bakan Bozdağ, AKP iktidarı boyunca birçok davada tercih edilen söz konusu 'tahrik ve takdir indiriminin kendisini de yaraladığını sözlerine eklemişti.

İstanbul Sözleşmesi davasında 3. duruşma: Danıştay savcısı, 'Cumhurbaşkanı sözleşmeyi feshedemez' dedi

AKP'li Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan'ın bir gecede aldığı İstanbul Sözleşmesi'nden çekilme kararına karşı kadınlar sözleşmeden vazgeçmiyor. Danıştay 10. Dairesi, İstanbul Sözleşmesi'nden çekilme kararının iptali için açılan davaları esastan görmeye devam ediyor.

Duruşmada Türkiye Gazeteciler Sendikası İstanbul Şube Başkanı ve LGBTİ Komisyonu'ndan Banu Tuna, İstanbul Sözleşmesi'ni savunduklarını söyleyerek şunları kaydetti:

“Bir kişinin kararıyla sözleşmeden çıktığımız günden bugüne 500 kadın öldürüldü. 500 sayısı çok kolay söyleniyor ama burada 500 kadın daha olabilirdi. Bu, bir cins kırımdır. 'İstanbul Sözleşmesi'ne gerek yok. Kadınları koruyan başka kanunlar var' deniyor. İstanbul Sözleşmesi bir akittir. İstanbul Sözleşmesi, yaşam hakkımızın güvencesidir. Biz hem kadınız hem gazeteciyiz. Ülkede hem kadınlık hem de gazetecilik tehdit altında. Her gün tecavüze uğrayan, şiddet gören hemcinslerimizin haberini yapmak istemiyoruz. Bir gün sıranın bize gelmesinden korkuyoruz. Genç meslektaşlarımıza kadına yönelik şiddet haberi nasıl yazılır öğretmek istemiyoruz. Öldürülen kadınların haberini yapmak istemediğimiz için İstanbul Sözleşmesi'nden vazgeçmiyoruz.”

Avukat Hülya Gülbahar ise savunmasında, "Kadına karşı şiddetin sistemselsel, politik ve hukuksal olduğunu anlatmaya çalışıyoruz. Cumhurbaşkanı'nın savunmanı sürekli olarak 'fesih' kelimesinden bahsediyor. Savunman sürekli İngilizce ve Fransızca kelimelerle yabancı dil kültürünün iyi olduğunu göstermeye çalışıyor. Kendisini ayıplıyorum. Çünkü biz de o kadar

İngilizce biliyoruz. Neden kavram kargaşası yaratılıyor, uzatılıyor? Anayasa'nın 90. Maddesi çok açık. Çok taraflı sözleşmelerde fesih olamaz. Savunman sürekli Venedik Komisyonu'nun raporundan bahsediyor. Rapordan belli kısımlar alınarak yanıltıcı ifadeler üretiliyorlar. Biz raporu okuduk. Biz özet çıkarttık, heyete sunacağız. Venedik Komisyonu'nun hazırladığı raporda Türkiye'nin çekilme kararıyla ilgili 'Örneği görülmemiş çıkış' ifadesi kullanılmış. Rapor bazı konularda yetersiz olsa da bizim bütün argümanlarımızı destekliyor" ifadelerini kullandı.

Duruşmada söz alan TİP Sözcüsü ve İstanbul Milletvekili Sera Kadıgil'in "Bir yüzükle yola çıktım ben' diyen ve bugün karun kadar zengin olan Erdoğan hala siyasi İslamcı olduğunu bir grup yobaza ispatlamak için bir gecede bu sözleşmeden çıktı" sözlerine Mahkeme Başkanı; "Sayın vekilim, lütfen Sayın Cumhurbaşkanımızın şahsına yönelik bir cümle kullanmayalım" diyerek karşı çıkınca Kadıgil "O bize sürük diyor ama" ifadeleriyle yanıt verdi. Kadıgil'in sözleri duruşma salonunda büyük alkış aldı.

Daha sonra Danıştay 10. Daire Savcısı Nazlı Yanıkdemir ise feshin Anayasaya aykırı olduğunu belirtti. Yanıkdemir, "İptali için Anayasa Mahkemesi'ne başvurulmalıdır" diye görüş bildirdi. Yanıkdemir, Anayasa Mahkemesi'ne gönderilmemesi halinde yapılması gerekene ilişkin "Bir işlem hangi usule uygulanarak tesis edilmişse aynı usule uyularak feshedilmesi gerekmektedir. TBMM'nin uygun bulma kanunu ile yürürlüğe giren bir anlaşmanın feshi ancak TBMM'nin uygun bulma kanunuyla kaldırılması kararı ve Cumhurbaşkanının uygun bulmasıyla yürürlükten kaldırılacaktır. Sadece Cumhurbaşkanı kararı ile feshedilemez" dedi. Yanıkdemir, dosyanın iptal talebiyle Anayasa Mahkemesi'ne gönderilmesini aksi takdirde iptal edilmesini istedi.

Kadınların beğendiği kocasını kıskandı, uyurken cinsel organını kesti

Vietnam'da kan donduran bir kıskançlık vakası yaşandı. Kıskançlık krizine giren kadın kocasının uyurken cinsel organını kesti. Kadın cinsel organı kesmesi ile büyük bir korku ve paniğe kapıldı.

Kocasının cinsel organını kesen kadın daha sonra organ parçasını da alarak kocasını hastaneye götürdü. 4 saat süren ameliyat sonrası kesilen organ yerine tekrar dikildi. Ameliyatı yapan Dr. Tuan, olayın üzerinden birkaç saat geçtiğini, kesilen kısımdaki kanın pıhtılaştığını ve bu nedenle ameliyatın çok zorlu geçtiğini söyledi.

Cinsel organının yerine dikildikten sonra enfeksiyon olmaması için azami bir çaba sarf ettiklerini söyleyen Doktor Tuan, ameliyattan sonra kontrole gelen hastanın durumunun iyi olduğunu, organın yerine kaydığını ve hastanın şu an için en azından acı çekmeden rahat bir

şekilde yürüyebildiğini belirtti. Polis olay ile ilgili soruşturma başlatırken kadının tutuklanıp tutuklanmadığı hakkında açıklama yapılmadı.

'Çocuklarımı taciz ediyordu' demişti: Katar Prensi'nin eski eşinin şüpheli ölümü

Katar Emirinin amcası Abdülaziz bin Halife Al Sani'nin eski eşi Kasia Gallanio “Eski kocam çocuklarıma uygunsuz dokunuyordu.” İdeasından sonra İspanya'nın Marbella kentinde ölü bulundu...

2004 yılında tanışan ve 3 çocuk sahibi olduktan sonra sancılı bir boşanma süreci geçiren Polonya asıllı Gallanio'nun aşırı dozda uyuşturucu alarak yaşamını yitirmesi sonrasında gözler milyarder Katar prensine çevrildi.

Gallanio'nun açıklamaları sonrasında ölü bulunduğunu açıklayan yetkililer genç kadının bedeninde hiçbir fiziksel yara ve iz olmadığını duyurdu.

Marbella'da evindeki yatakta ölü bulunan Gallanio ölmeden önce sosyal medyayı aktif bir biçimde kullanıyordu. Gallanio'nun Katar Prensi'nin çocuklarını taciz ettiğine yönelik iddialarını ise Katarlı yetkililer yalanlamıştı.

İspanya'nın çok okunan gazetelerinden El Pais Gallanio'nun en küçük kızının annesine ulaşamaması sonrasında İspanya polisiyle temasa geçtiğini ve bu şekilde 45 yaşındaki Gallanio'nun cansız bedenine ulaşıldığını aktardı.

Fransız Le Parisien gazetesi ise, Paris Mahkemesinin 19 Mayıs'ta Gallanio'nun nafaka taleplerini reddettiğini, genç kadının birkaç aydır yaşadıklarından dolayı sinir krizleri geçirdiğini ve bu yüzden hastanede tedavi gördüğünü aktardı

Gelecek sayımızda yepyeni bir kadının güncesiyle beraber olmak dileği ile veda ediyoruz.

Umutla kalın

22 Haziran 2022

SELVİ BOYLUM AL YAZMALIM

ÖYKÜ

ÖTEKİ BERİKİ

YAZAN: Buket BAŞARAN AKKAYA

bakkaya35@hotmail.com

Fincandaki son yudumu alıp hışımla kalktı masadan.

“Ne zaman bir araya gelsek kırıp döküyorsun... Şamar oğlanına döndüm ama yeter artık!”

Kapı yüzüne pattt diye kapandı. Ne olduğunu anlayamadı... ‘A’ diyecek oldu, Beriki çoktan asansöre binmişti bile.

Tekir, Öteki’ ni sakinleştirmek istercesine ayaklarına sürtünüp miyavladı. Öteki, “Çekil başımdan!” diye azarladı hayvanı. Masadaki fincanları sudan geçirip makineye yerleştirdi. Aklı az önce kapıyı yüzüne çarpan Beriki’ deydi. Hani birlikte gideceklerdi Büyük Hanım’a bayram ziyaretine?

“Ne oldu yine şimdi? Ben ne dedim ki?” Sinir oluyordu işte, sinir! Ne zaman bir araya gelseler içindeki canavar devleşiyor, ona hâkim olamıyordu.

Düşüncelerinden sıyrılıp dışarı attı kendini. Tekir bakakaldı ardından. Pencerenin önüne koşup kırmızı mindere zıpladı. Buradan daha rahat görebiliyordu caddeyi. Şu camdaki sineklik de olmasa...

Asansörü beklemeden merdiveni üçer beşer inerken bir yandan da çantasını karıştırıyor, unuttuğu bir şey var mı diye kontrol ediyordu. Aceleden elini çantaya attıkça içindekiler yere dökülüyor, o söylenerek düşeni alıp tekrar çantasına tıktırıyor. Bahçe kapısına geldiğinde istemsiz yukarı kaldırdı başını. Tekir cama yapışmış sokağı seyrediyordu. “İyi ki sinekliği yaptırdık Tekir Efendi” dedi yukarıya bakarken. “Yoksa pat yerdesin valla!”

Tekir yakaladı bu bakışları. Kuyruğunun ucunu minik dairelerle mindere vururken ince bir miyavla uğurladı sahibesini.

Beriki durakta otobüs bekliyordu. Öteki koşarak yanına gitti. “Küs müyüz?”

Beriki yüzünü mağrur bir edayla ters yöne çevirdi. Öteki, “Uzatma ama seni kırmak istemedim” dedi özür dilercesine. Ardından da “Hoş, her dediğime alınırsın ya!” diye geçirdi içinden. Kardeşi hislerini yüzünden yakalayacak diye ödü kopuyordu. Eğer içinden geçirdiklerini yüzüne bir söylese, şöyle düpedüz, içinden geldiği gibi... Düşünmek bile istemedi sonucunu. “Hadi ama uzatma! Bak otobüs geliyor” dedi en sevecen hâliyle. Beriki yanıtlamadı. Kuyrukta yerlerini aldılar.

Otobüs durakta durdu. İçi her zamanki gibi balık istifiydi. Ter kokusuna mazot kokusu karışınca içerisi dayanılmaz olmuştu. Yine de binebildikleri için şanslıydılar. Son yolcunun kapıyla bütünleşmesi şoförün gaz pedalına dokunmasıyla aynı anda oldu. Otobüs kalkmadı da uçtu sanki. Beriki abonman kartını makineye okuturken, “Çok hızlı kullanıyorsunuz, biraz daha sakin olabilirsiniz” dedi. “İşimi mi öğretecen bana baayan?” diye karşılık verdi şoför, b’nin yanındaki a’yı uzatarak. “Yanaşın beyler, hanım teyze kapıyla akraba oldu.” Bu cümleyle hırsını almıştı Beriki’ den. Beriki uzatmadı konuyu. Her yolcu gibi arka sıralara doğru ilerleme çabasına dâhil oldu.

Otobüs yaylana kıvrıla, aksıra tıksıra yoluna devam etti. “Bir sonraki durak Öğretmen Evi” dedi mekanik ses. Durakta inecek yolcular kıpırdanmaya başladı. Oturanlar inmek için koridora yığılırken ayaktakiler koltuk kapıp hiç değilse oturarak gidebilmenin telaşındaydılar. Öteki, boşalan koltuğu kaparken cam kenarını Beriki’ ye ayırdı. Beriki, “Sağ ol” dedi buz gibi. Otobüsten inene dek tek kelime konuşmadılar.

“Yaptı yapacağını, şimdi gönlümü almaya çalışıyor. Ne varmış üstümde başımda? Ben bilmez miyim giyinip kuşanmayı? Gel gör ki... Küçükken de böyleydi, saman alevi gibi hırçın, birden tutuşuverir. Olgun olmak hep bana düştü. Öyle de gidiyor. Hıh, arabanın ön tekerleği işte... Of, bugüne kadar kendime verdiklerimden daha fazlasını hak ediyorum ama yapamıyorum. Hep başkaları için yaşamak zorunda kaldım. Bazen düşünüyorum da kendime karşı hiç adil olamadım.”

“Hâlâ suçumu bilmiyorum, iyi mi? Ben evde ne dedim de alındı ki? Allah’ım ya, bu kadın ne zaman öğrenecek giyinmeyi? Giyinmiyor da örtünüyor sanki. Offf, seni anlamıyorum! Bugüne kadar kendine verdiklerinden daha fazlasını hak ediyormuş ama yapamıyormuş! Yapamaz tabii! Öncelikleri hep başkalarına! En son ne zaman kendin için bir şey yaptın ha? Ne zaman kendine özen göstereceksin? Oğlun, kocan, sokaktaki adam, hepsi senden öndeler. Peki ya sen, sen neredesin?”

“Artık birileri de benim için bir şey yapsa diyorum ya! Yoruldum, çok yoruldum. Aslında izin veren benim. Bana kötülük olsun diye yapmıyorlar tabii ama bencil davranıyorlar. Saçıma süpürge ettim de kimselere yaranamadım. Kendime ne zaman sıra gelecek? Bu yaşıma geldim hâlâ idare ediyorum. İdare et oğlan okuyor, İdare et borçlar bitsin... İyi de beni kim idare edecek?

Küçükken bir büyüsem şöyle yapacağım derdik... Biz büyüdük anlıyor musun, yaşılanıyoruz bile ve sen hâlâ bunun farkında değilsin!

İkizler demeleri hoşuma giderdi. Biz özeldik. Hep aynı giyinmek isterdim. Sen istemezdin, dikkat çekermişiz.

Adımızı söylemezlerdi anımsıyor musun? İkizler aşağı, ikizler yukarı... İkizler değil benim adım diye bağırasım gelirdi. Hele doğum günlerinde sırf âdet yerini bulsun diye ikimize alınan tek bir hediye... Sen istemezdin ama ben hep farklı giyinmek isterdim. Çünkü çok dikkat çekerdik. Çoğu zaman sirkteki maymuna benzetirdim bizi.”

“Hayret yahu, nasılda benziyorlar...”

“İkiz gibi...”

“Akıllım onlar ikiz zati, he he he bak, o kolunu kaldırdı... Aaa öteki de...”

Su damlası kadar birbirine benzemelerine karşın biri diğerine ötekiydi. Kimine göre Beriki sıcakkanlı, sevecen, Öteki kendini beğenmiş, ukala... Kimine göre de Öteki silik soluk renksiz, Beriki kanlı canlı rengârenk...

İkizleri ayırmanın herkese göre bir yolu vardı.

“Bir sonraki durak Çamkıran” dedi mekanik ses. Öteki, “Bu durak mıydı?” diye sordu. Beriki, gözlerini yumup başını bir aşağı bir yukarı salladı. “Hadi o hâlde” dedi Öteki. “Kapıya yanaşalım.”

Otobüsten inmeleri zor olmadı. Hatta tadını çıkara çıkara indiler. Öteki, “Bir şeyler alsaydık bari” dedi. “Elimiz boş mu gideceğiz?” Beriki cadde üstündeki çiçekçiye gösterdi. “Ben çiçek alacağım.” Birlikte çiçekçiye girdiler. Öteki bir buket sepeti seçti, Beriki bir demet papatyaya uzattı elini. “Şunu jelatinler misiniz lütfen?” dedi ikisi aynı anda. Parasını ödeyip çıktılar. Birinin elinde çiçek buketi, diğerinde papatyalar... “Sahi” dedi Öteki, “Sen bana neden öfkkelendin?” “Şaka mı yapıyorsun?” dedi Beriki, kapıdaki zile basarken.

Evin küçük kızı açtı kapıyı.

“Anane bak, ikizler geldi...”

YÜREĞİMİZDEN TAŞANLAR

ŞİİR

İÇİMDEKİ ÇOCUK

GEÇMİŞ

YAZAN: Fatma Işık KAYA (Fadime)

fadime.62@gmail.com

İÇİMDEKİ ÇOCUK

Çok mutluydum seninle.

En kederli anlarımda, bitiverirdin yanımda.

Güldüğünde güller açardı yüzünde pembe pembe.

Şen kahkahanla umut tohumları ekerdin yüreğime.

Sonra

Onları yeşertirdik sevgiyle.

Daima rengârenk balonlar, oyuncaklar vardı ellerinde.

Misketlerin, şekerlerin eksik olmazdı ceplerinde.

Ne güzel oyunlar oynardık birlikte.

Saçların karanfil kokardı mis gibi.

Bakışlarında engin denizlerin sonsuz maviliği.

Acılara, pisliklere, ihanetlere inat yitirmedin masumiyetini.

İçimdeki çocuk neden terk ettin beni?

İnsan çekip, giderken bir haber verir dimi?

HER EL'İN ÖZ EVLADI, TÜRK DÜNYASI GIZIYAM!

GEÇMİŞ

Geçmiş girilmez bir ülke derdin.

Oysa o ülkenin pasaportu hep cebinde.

Orada yuvası yüreğinde çırpınan aşk güvercininin.

Sen kokuyor ve hiç solmuyor orada sarı güller de.

Dilinde hep o ülkenin yöresel melodileri.

En çok değer verdiklerin o ülkenin sakinleri.

Anladım ki bir tanem, oturma iznini uzatmak için

Giriş, çıkış yapmalısın yılın bazı günleri.

22-Eylül-2013-Pazar

YAŞAMAYA MECBURSUN

https://www.youtube.com/watch?v=woR_tdkAi5s

Bugün canın çok sıkkın

Her şey sana zor geliyor

Olabilir

Bugün aşkın bitmiş

O seni terkedip gitmiş

Olabilir

Sanki sen hiç bilmediğin

Bir kaos içindesin

Kim bilir?

Günlerin getirdiği

Senin yitirdiklerin

Sanki hiç umut yok

Çok yorgunsun

Ne olursa olsun

Yaşamaya mecbursun

Ne olursa olsun

Yaşamaya mecbursun

Bugün duyduğun haberler

Sana utanç veriyor

Olabilir

Bugün din ve ırk uğruna

Cinayet işleniyor

Olabilir
Mostar Köprüsü çökmüş
Neretva ne kadar üzgün
Kim bilir?
Günlerin getirdiği
Açlık ve gözyaşı
İnsan hep umut eder
Biliyorsun bunu
Ne olursa olsun
Yaşamaya mecbursun
Ne olursa olsun
Yaşamaya mecbursun
Ne olursa olsun
Yaşamaya mecbursun
Ne olursa olsun
Yaşamaya mecbursun
Ne olursa olsun
Yaşamaya mecbursun
Ne olursa olsun
Yaşamaya mecbursun
Kaynak: Musixmatch

Besteciler: Mehmet Nejat Yavasogullari

Yaşamaya Mecbursun şarkı sözleri © Median Music