

UMUDUN KADINLARINDA BU AY

HAZIRLAYAN: Şule SEPİN İÇLİ

sulesepin06@gmail.com

Sonbaharın en güzel eylül ayından hepinize kocaman bir merhaba. Dayanışmaktan ve birbirimize umut aşılamaktan başka yolumuz yok. Başlayalım umut dolu yazılarımıza.

Gazze’de yaşananlar ve ülkelerin geç kalan desteği içimizi yakıyor. Emine Ortakaya, duygulu ve gerçekleri gözler önüne seren anlatımıyla dile getiriyor Gazze’nin içinde bulunduğu durumu, “Aç Kalırsan Tahsil Yap” yazısında.

Selvet Bayraktar Tokat, hazırladığı ‘Kadının Güncesi’ köşemizde, Nepal’de mücadeleye değen kadın aklını, gururla adını duyuran kadın voleybolcularımızı, İran’da kadınların motosiklet kullanmasının müjdesini paylaşarak umudumuzu tazeliyor. Downn Sendromlu çocuğa uygulanan şiddete karşı kadınların karşı duruşunu, Gazze’de görme engelli bir genç kızın çığlığını duyurarak hak ihlallerine dikkat çekiyor.

Kadın cinayetleri gündemden düşmüyor ve giderek artıyor. Şule Sepin İçli, bu artışın nedenlerini anlatıyor, ‘Kadın Cinayetlerinin Artışı Planlı’ yazısında.

Filiz Gülmez, yaptığı derin araştırmaların sonucunda, kadına şiddet konusunda derli toplu bilgiler paylaşıyor, ‘Dengede Kalmak’ köşemizde, ‘Duygusal Şiddet’ yazısıyla.

Ayrımcılığa karşı mücadele ederken, ayrımcılık örneklerinin yaşanmamasını istiyoruz. Ne yazık ki bu örnekler azalmıyor ve bizleri çok yıpratıyor. Yeni yazarımız Gizem Alakaya bankanın uyguladığı ayrımcılığa karşı nasıl mücadele ettiğini anlatıyor ‘Tom Bank Deneyimim’ yazısında.

Menekşe Koçak, ‘Duygularımızı İfade Edebiliyor Muyuz’ köşemizde, yerel yönetimlere yeni bir model öneriyor, Yerel Yönetimlerde Engelli Bireylere Yönelik Hizmet Modeli Önerisi’ yazısında. Umarız yerel yönetimler bu öneriye kulak verir.

Merve Demir Döven, çocuğu madde bağımlısı olmadan, olduğunda ve olduktan sonra ailelere öyle yararlanılabilir bilgileri derleyip paylaşmış ki ‘Madde Bağımlılığı Ve Aile’ yazısını okuyunca ne demek istediğimiz anlam bulacak.

Kadınlar öyle kolay karışmamışlar sanat dünyasına. Erkek adını kullanmak zorunda kalan, erkek kıyafeti giymek zorunda olan kadınlar... Nalan Yılmaz, geniş bir biçimde araştırdığı ‘George Sand’ yazısını, ‘Tarihin Kadın Yüzleri’ köşemize taşımış.

Emine Kamçı, okuduğu bir kitaptan öğrendiklerini, bugünkü koşullarla birleştiriyor ve umut aşılamayacağı da unutmuyor, ‘Yıldız Gezgini Üzerine’ yazısında.

Dedikodu yaptığınızı kendinize itiraf edebiliyor musunuz? Su içme konusunda bilgilerinizi tazelemek ister misiniz? Hangi yaş grubu daha mutsuz? Bu soruların yanıtı, Selvet Bayraktar Tokat’ın hazırladığı ‘Bilim Dünyasında Bu Ay’ köşemizde.

Eylül ayında yaşananlar üzerine ne çok şiir yazılmış ve şarkı bestelenmiştir? Eylül ayı bu kadar mı ayrıntılı ve güzel anlatılır? Ebru Bozcuk, ‘Bir Küçük Eylül Meselesi’ dese de yazısı aklımıza gelmeyen güzel ayrıntılarla dolu.

‘Arı Kovanı’ köşemizde, Şule Sepin İçli, yazarımız Menekşe Koçak ile söyleşmiş. Söyleşinin ayrıntıları, ‘Memleket Bizim İçin Bir Hapishane’ yazısında.

“Çaydanlıkla ilgili ne yazılabilir ki” deyip geçmeyelim. Bakın Ergül Altan, çay demlemeden çıkarak nasıl anlatmış bir kadını, ‘Gülsüm’ün Çaydanlığı’ yazısında.

‘Sanatın Kadın Sesleri’ köşemiz, sanatta üretken olan kadınlara karşı hak ihlalleriyle dolu. Kadınların sanat özgürlüğüne dil uzatmaya başladılar. Anta Toros’un kaybından dolayı çok üzgünüz. Bu haberleri Selvet Bayraktar Tokat hazırladı sizler için.

Geçen sayımızda söyleşi yaptığımız Fatma Akay, sözünü tuttu ve dergimize yazdı. Sorunlar karşısında birlikte olmanın yararlarını anlatıyor, ‘Hikayelerimiz Aynı, Mücadelemiz Ortak’ yazısında.

‘Bugün Ne Yiyelim’ köşemizde, Rahime Söylemez Çetin, bizler için ‘Simit Poğaça’ yapmış.

Aramıza yeni katılan Gülsümün Cambazoğlu, Mardin’i anlatıyor, deneyimlerini katarak, ‘Mardin Nazlı Bir Aşık’ yazısında.

‘Selvi Boylum Al Yazmalı’ köşemizde, aramıza deneyimli bir öykü yazarı katıldı. Ayşen Göreleli. ‘Bay Gizem’ öyküsünün sonu oldukça ilginç.

Ayşe Gülçin İlhan, şiirsel anlatımıyla bizlerle, ‘Sıra Arkadaşı’ yazısıyla.

Bugünlerde ne çok arar olduk gerçek sevgiyi! Kavgadan, baskıdan uzak bir yaşam bizi beklese ne kadar güzel olacak. Yayla Boztaş, çok sevdiği hayvanlardan yola çıkarak anlatıyor sevgi gereksinimimizi, ‘Sevmekle Başlayacak Her Şey’ yazısında.

Nimet Özgizep, bayram anılarıyla buluşturuyor bizi, ‘Günlükler Pondik 3’ yazısında.

Üretken yazarımız Filiz Gülmez, ‘Babam’ şiiriyle katılıyor, ‘Yüreğimizden Taşanlar’ köşemize.

‘Umut Şarkıları’ köşemizde, Murat Kekilli’nin dediği gibi, biz de ‘Yıkılasın İsrail’ diyoruz. Yıkılсын İsrail, Filistin’e barış gelsin. Bu dileğimizle, duyarlılığımızı yitirmeden, umutla sesimizi yükseltelim.

28 Eylül 2025

AÇ KALIRSAN TAHSİL YAP

YAZAN: Emine ORTAKAYA

e_mine_ortakaya@hotmail.com

Siz hiç ölümü taa ensenizde hissettiniz mi, ölümle burun buruna geldiniz mi hiç? Ben şahsen geldim... Bir rahatsızlığım için hastanede yatarken. Doktorların ve hemşirelerin başıma biri gidip biri gelirken, baş ucumda beni bekleyen annem abdest alıp ‘Yasin’ okurken, verilen onca kana rağmen kan değerlerim sürekli düşüp tansiyonum da zıp oraya, zıp buraya’ inip çıkarken somut olarak ölümü içimde, taa iliklerimde hissettim. “Birazdan burada bir cenaze yatıyor olabilir,” dedim kendi kendime.

Neyse ki sabaha karşı gelen bir doktor, ‘Hastanın durumu iyiye gidiyor,’ dediğinde annemin nasıl da belli etmemeye çalışarak ağladığını hatırlıyorum. ‘Yiyecek ekmeğim, içecek suyum varmış’

ki, Allah bana bu ömrü bahsetti; gerçi 1 buçuk yıl sonra kardeşimi aldı, içim daha da çok yandı adeta benim yerime bu hayattan gittiğini düşündüm hep kardeşimin.

Yaşam değerlidir; ben artık bunu duyumsamış biri olarak biliyorum. Kaldı ki, bunu bilmek için ille de ölümle pençeleşmek gerekmez. İnsanın duyguları bilinciyle de birleşerek yaşamın üstün ve her istendiğinde ele geçmez bir olgu olduğunu fark eder yani yaşama öncelik tanımak evrensel bir değerdir. Savaşlar, salgın hastalıklar, doğal afetler... toplu ölümlere neden olur, sakatlıklar da cabası sanki dünyada çok ihtiyaçmış gibi.

Bu günlerde dergimizin Youtube Sayfasında da yer almış olan 19 yaşındaki Filistinli görme engelli bir genç kızla yapılan röportajı dinlediniz. Babası da görme engelli olan genç kız gıdaya, suya, sağlığa ve temizlik ürünlerine erişemediklerini, babası da görmediği için yardım yapılan o güvensiz alanlara dahi gidemediklerini anlatıyor. İki yıl içinde İsrail-Filistin savaşında yaklaşık 65 bin ölü, 160 bin kadar da yaralı Filistinli olduğu söyleniyor. Bu ölenlerin otuz bin kadarı kadın ve çocuk. Bunların 5 bin kadarı dış dünyadan zaten azar azar gelebilen gıdaya ve öteki yardım malzemelerine erişmeye çalışırken öldürülmüş. Yani İsrail hem sözüm ona ‘Yardım Kanalları’nı açıyor, hem de yardım almaya gidenlerin üstüne bomba yağdırıyor... Yani ölüm makinası İsrail, yardım meselesini adeta eline geçirdiği bir Filistinlileri öldürme, yok etme fırsatı olarak değerlendiriyor. Bütün yer şekillerinin değiştiği ve bombardımanın yapıldığı bir “Gıda Yardım Alanı’na” Roaa ve babası gibi engelliler nasıl erişsin? Zaten Roaa o kadar umutsuz ki; ne yaparlarsa yapsınlar, nasıl önlem alırlarsa alsınlar sonunda ölüm olacağını biliyor. Sakın ‘Allah korusun’ demeyin! Bu iş o boyutu çoktan aştı ve dünya liderleri sadece bunu seyredip “kınıyor”. Zaten başını Amerika’nın, (ABD) çektiği, devamında da İngiltere, Fransa ve Almanya’nın olduğu ülkeler bırakın kınamayı İsrail’e patlayıcı mühimmat sağlıyorlar ve İsrail’in ‘Kendini savunma Hakkı’ndan söz edebiliyorlardı. Şu geçtiğimiz günlerde yani Filistin halkının 65 bininin ölmesi, 160 bininin de yaralanmasından sonra ABD’nin dışındaki saydığım ülkeler biraz kamu oylarındaki tepkileri dindirebilmek için ‘Filistin Devleti’ni tanıyacaklarını’ ilan ettiler ve hemen kendi ülkelerinde birer Filistin Büyük Elçiliği kuracaklarını söylediler (Sanki ortada bir Filistin Devleti kalmış gibi)... Kimilerine göre bu umut verici, ileri bir tutum.

Peki, bu yıkım nasıl düzelecek, bu ülke nasıl ayağa kalkacak? Bu yaralıların çoğu sakat kalacak ve ülkenin çalışma çağına olup ülkesinin kalkınmasına destek olabilecek halkının çoğu ya öldü ya da sakatlandı... İsrail’in ‘ Hamas’ın oralarda saklandığı’ gerekçesiyle bütün sivil alanları; okul, Hastane, Vb. vurduğunu, yok ettiğini biliyoruz. Tıpkı bir zamanlar Hitler Almanyası’nda Yahudiler katledildikçe galeyana gelip zevkten dört köşe olan Almanlar gibi İsrail’in her bir öldürdüğü Filistinli de bazı Yahudileri zevklendiriyor fakat bu durumu İsrail halkının bütününe mal

edemeyiz. Orada da Netanyahu'nun savaş politikasına karşı çıkan halktan ve askeri pilotlardan insanlar var.

İsrail gibi Ortadoğu'nun kalbine saplanmış olan 'Hançer'in, bu arada boş durmayıp sırtını batıya dayayarak İran, Lübnan, gibi ülkelere Hatta Yemen gibi zaten yarı canlı bir ülkeye de saldırıp devlet erkânı düzeyinde kayıplar verdirdiğini ve dahası başka yapacağını ima ettiği şerhleri de biliyoruz, farkındayız. Amerika'nın, dünyanın başına getirdiği en büyük felakettir İsrail.

Roaa gibiler yani halktan arda kalanlar ne mi yapıyor? Açlar, karınlarını doyuramıyor, giyinemiyor, yıkanamıyorlar fakat size iyi bir haber okuma çağında olanlar online olarak 'Öğrenimlerini sürdürmeye' çalışıyorlar. Roaa da online olarak üniversitede İngiliz Dili ve Edebiyatı okuyor. Buradan da Filistin'de iyi kötü bir elektrik tertibatının işlemekte olduğunu anlıyoruz fakat ev-yuva yok, akran etkileşimi yok, komşular yok... Herkes ya bir yerlere dağılmış, başının çaresine bakmaya çalışıyor ya da zaten hayatta değil.

İyiliğin bu şer'i def etmesini çok istiyorum, hem de çok. Biliyorum ki İsrail halkının içinde bile ve tüm dünyada bunu isteyen çok insan var. Öyleyse ne yapmalı? İyiliğin, yaşam hakkının galip gelmesi için en az şer odakları kadar inatçı, kararlı, dik durmalı insanlık. Roaalar'ın aç, sakat kalarak tahsil yapmasını değil, "Sağlam kafa sağlam vücutta olur," şiarıyla hareket edip Filistin halkının bir an önce sıradan, normal hayatına geri dönmesi için dünya liderlerine baskı yapmalıyız ve bunun için kafa yorup olabilecek bütün araçları kullanmaktan çekinmemeliyiz. Örneğin İspanya ve İrlanda; Eğer İsrail katılırsa 'Eurovizyon' Şarkı Yarışması'ndan çekileceğini ilan etti. Ağzımıza aldığımız lokmaları boğazımıza takılmadan, hak ederek yiyebilmek için güçlü bir şekilde ayağa kalkıp sivil direnişler örgütlemeli, örgütlenmiş olanlarına destek vermeliyiz.

Kurtuluş yok tek ülkede, ya tüm ülkelerde ya hiçbir yerde.

23.09.2025

KADININ GÜNÜCESİ EYLÜL

HAZIRLAYAN: Selvet BAYRAKTAR TOKAT

selvetbayraktarr@hotmail.com

Merhabalar, değerli Umudun Kadınları Dergisi dostları. Kadına ve mücadelesine dair haberlerden oluşan bir köşe hazırladık sizlere. Güzel haberler de var elbette ama ne yazık ki istediğimiz kadar değil. Önce başlıklar:

- Türkiye Sizinle Gurur Duyuyor: Kadın Voleybolcularımız, Dünya İkincisi!
- Down Sendromlu Çocuğu Darbeden Öğretmen, Özel Eğitim Bölüm Başkanı Oldu!

- Gazze'de Yaşayan Görme Engelli Roaa Abuhelal İçin Çağrı: Abuhelal Ailesinin Güvenli Bir Yere Ulaştırılması İçin Destek Talep Ediyoruz
- Bakanlığın Yeni Uygulamasına Tepki Yağdı: Kreş Yok 'Komşu Anne' Var!
- Porsuk Çayı'nın Turist Gezi Botları Kadınlara Emanet
- İran'da Kadınlara Motosiklet İzni Gündemde
- Nepal'deki 'Z Kuşağı' İsyanının Ardından İlk Kadın Başbakan Görevi Devraldı
- O Ezber Resmen Bozuluyor: Erkekler Eşlerin Soyadını Alacak.

Türkiye Sizinle Gurur Duyuyor: kadın Voleybolcularımız, Dünya İkincisi!

A Milli Kadın Voleybol Takımı, FIVB Kadınlar Dünya Voleybol Şampiyonası'nın finalinde İtalya ile karşı karşıya geldi.

Final karşılaşmasını Kadın Voleybolcularımız, 3-2 kaybetti.

Bu sonuçla birlikte kadın Voleybolcularımız, tarihimizde ilk kez çıktığımız Kadınlar Dünya Voleybol Şampiyonası finalini 2. olarak tamamladı ve gümüş madalya kazandı.

Ayrıca A Milli Takım'ın kaptanı Eda Erdem, turnuvanın en iyi orta oyuncusu seçildi.

Melissa Vargas ise en iyi pasör çaprazı seçildi. Vargas, ayrıca FIVB Kadınlar Dünya Şampiyonası'nı 'En çok sayı kaydeden oyuncu' olarak bitirdi.

A Milli Kadın Voleybol Takımı kaptanı Eda Erdem, FIVB Dünya Şampiyonası finalinde İtalya'ya 3-2 kaybedilen maç sonrası açıklamalarda bulundu. Deneyimli kaptan, "İçim buruk değil. Buralarda kaybetmeden kazanmayı öğrenemiyorsunuz. Ben gerçekten takım arkadaşlarımla gurur duyuyorum. Çok büyük bir başarı kazandığımızın farkındayız ve üzgün değiliz. Adım adım ilerleyeceğiz. Biz buralarda yeniyiz. Bir sonraki turnuvayı düşüneceğiz artık" dedi. Eda Erdem, sözlerini "Takım arkadaşlarımla hepsini çok seviyorum ve herkesin eline, emeğine sağlık" diyerek sürdürdü.

Biz de Umudun Kadınları Dergisi yayın kurulu olarak A Milli Kadın Voleybol takımımızı tebrik ediyoruz.

Down Sendromlu Çocuğu Darbeden Öğretmen, Özel Eğitim Bölüm Başkanı Oldu!

Ankara MEB Kahramankazan Özel Eğitim Uygulama Okulu'nda eğitim gören 16 yaşındaki Berat Ü., okuldan vücudunda morluklarla eve geldi. Öğretmeni Mücahit Mert Hepgümüş, anne Seray Cengiz'e çocuğun arkadaşlarıyla kavga ettiğini, dudağının yaralandığını söyledi. Anne ikna olmadı, okula başvurdu. Yöneticiler de benzer yanıt verince anne, vücudu ve yüzü moraran Berat için darp raporu alarak savcılığa başvurdu. Soruşturma kapsamında incelenen kamera görüntülerinde, öğretmenin Berat'ı yerde sürüklediği ve darp ettiği anlaşıldı.

Açılan dava sonucu öğretmen Mücahit Mert Hepgümüş'ün beden veya ruh bakımından kendisini savunamayacak durumda bulunan kişiye karşı basit yaralama suçundan dava açıldı. Tutuklanan öğretmen 45 gün sonra serbest bırakıldı. Bir Gün Gazetesinin aktardığına göre, Kahramankazan 2. Asliye Ceza Mahkemesi'ndeki yargılama sonunda öğretmene önce 360 gün hapis cezası verildi. Ancak ceza, "takdir" indirimiyle 12 bin lira adli para cezasına çevrildi. Sanığın duruşmadaki tutum ve davranışları nedeniyle hâkim "takdir indirimi" yaparak hükmün açıklanmasını da geri bıraktı. Savcılık ve aile karara itirazda bulundu. Dava üst mahkemeye taşındı.

Sanık öğretmen ise daha sonra Sincan Rehberlik Araştırma Merkezi'nde "özel eğitim hizmetleri bölüm başkanı" olarak görevlendirildi. Türkiye Down Sendromu Derneği, ceza alan Hepgümüş'ün, Sincan RAM Özel Eğitim Bölüm Başkanı olarak atanmasını protesto etmek için Ankara Valiliği önünde bir araya geldi.

Türkiye Down Sendromu Derneği Başkan Yardımcısı Fulya Ekmen, Şunları Kaydetti:

"Burada down sendromlu öğrencisini feci şekilde döven, bu yüzden yargılanan ve ceza alan Mücahit Mert Hepgümüş'ün Sincan RAM Özel Eğitim Bölüm Başkanı olarak görevlendirilmesini protesto etmek üzere toplandık. Kalbimizdeki acıyı, öfkeyi, düş kırıklığımızın derecesini tarif etmem mümkün değil. Öğrencisini döven bir sözde öğretmenin tekrar eğitim sistemi içerisinde özel gereksinimli öğrencilerin hayatlarını etkileyecek bir göreve getirilmesi akıl alır gibi değil. Dayakçı bir öğretmenin eğitimle ilgili tüm faaliyetlerinin engellenmesi, hiçbir eğitim kurumunda çalışamaması ve öğretmenlik mesleğinden men edilmesi gerekirken adeta bu şekilde ödüllendirilmesi en hafif tabiriyle utanç vericidir. Bu görevlendirmeyi bir hata olarak kabul etmiyoruz. Bu görevlendirmeye engelli çocuk ebeveynleri sırtımızdan bıçaklandık, kalbimizden vurulduk ve değersizleştirildik. Çünkü bu görevlendirmeyi yapan kişiler ve kurumlar şu mesajı vermiştir: 'Biz çocuklarınızı değil, dayakçı öğretmenleri koruyacağız, kollayacağız. Siz ne yaparsanız yapın, kanun, adalet sizin yanınızda olsa da biz gerekirse arka kapılardan dayakçı öğretmenleri sistemde tutacağız ve ödüllendireceğiz'. Cevabımız bu mesaj kadar açık ve serttir. Biz özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynler çok sabırlı, merhametli ve mücadeleciyizdir. Bize bu mesajı verenler bilsinler ki çocuklarımızın hakkını korumayan, onları dayakçı öğretmenlerle, şiddetle baş başa bırakanlara karşı asla sabırlı, asla merhametli olmayacağız. Ve onlara karşı mücadelemizi yılmadan devam ettireceğiz. Bu olay ilk değildir ama son olması için Mücahit Mert Hepgümüş'ün tüm öğrencilerle ilgili her türlü eğitim, öğretmenlik ve rehberlik görevlerinden derhal alınmasını, bu görevlendirmeyi gerçekleştiren ilgili kişi ve kurumlar hakkında gerekli idari ve cezai soruşturmanın başlatılmasını, görevlendirme süreci ve alınan kararlar hakkında kamuoyunun bilgilendirilmesini ve resmî açıklama yapılmasını talep ediyoruz. Şiddet gören down sendromlu çocuğun annesi Seray Cengiz ise şunları kaydetti:

"Şu anda duygularımı size buradan ifade etmem çok zor. Ben Berat'ın annesiyim. Oğlum defalarca bu öğretmen tarafından darp edildi. Olay yargı aşamasına taşındı ama maalesef para cezasıyla serbest bırakıldı. Gündemdeki olay beni gerçekten derinden yaraladı. Ben sadece Berat'ın sesini duyurmak için burada değilim. Tüm özel gereksinimli çocuklar için buradayım. Bugün bu başımıza geldi, yarın diğer çocuklarımızın başına gelmesin. Biz örgütlenmezsek sesimizi duyuramayacağız. Bu şahsın arkasındaki kim, neden ve hangi vicdanla bu kararı aldı? Şahıs Rehberlik ve Araştırma Merkezi (RAM) bölüm başkanı olarak takdir ödülü aldı. Biz devletimizden, yargıdan, bu öğretmenin cezalandırılmasını beklerken böyle bir senaryoyla karşı karşıya kaldık. Buradan sesleniyorum, lütfen kim bu kararı aldıysa alınan bu karar geri çekilsin. Böyle kritik bir görevde öğrencisine şiddet uygulayan, özellikle özel gereksinimli bir çocuğa şiddet uygulayan bir şahsın bırakın bu görevi, öğretmenlik görevini bile yapmaması gerekir."

Basın açıklamasından sonra toplanan kalabalık, Hepgümüş'ün atama kararının geri alınmasına ilişkin imza toplayarak Ankara Valiliği'ne sundu.

Biz de Umudun Kadınları Dergisi yayın kurulu olarak bu takdir indirimlerini, bu saçmalık dolu atamayı kınıyoruz ve adaletiniz batsın demekten alamıyoruz kendimizi.

Gazze'de Yaşayan Görme Engelli Roaa Abuhelal İçin Çağrı: Abuhelal Ailesinin Güvenli Bir Yere Ulaştırılması İçin Destek Talep Ediyoruz

Sakarya Caddesi'nde toplanan farklı engelli örgüt temsilcileri, "Katil İsrail Gazze'den elini çek. Gazzeli görme engelli genç kızın çığlığını duyun" pankartı açtı, "Vicdanı olan herkes Gazze için ses versin", "Filistin halkı yalnız değildir" ve "İnsanlık Roaa'nın çığlığına ses ver" gibi dövizler taşıdı.

Grup adına basın açıklaması yapan Ayrımcılıkla Mücadele ve Eşitlik Derneği Başkanı Turhan İçli, İsrail'in son 2 yıldır Gazze'de sürdürdüğü saldırılarda on binlerce kişinin hayatını kaybettiğini, on binlercesinin de sakat kaldığını söyledi.

İsrail hükümetinin Gazze halkını aç bırakarak teslim almaya, onları yerlerinden etmeye ve bölgeyi insansızlaştırmaya çalışarak acımasız soykırım uyguladığını vurgulayan İçli, bunun insanlık adına utanç verici bir tablo olduğunu belirtti.

Geçen günlerde Gazze'den bir çığlığın kendilerine ulaştığını aktaran İçli, çığlığın sahibinin görme engelli Roaa Abuhelal olduğunu söyledi.

Abuhelal ve ailesinin Gazze'de sığınaklarda mahsur kaldığını anlatan İçli, "Bu aile, Gazze'de ölüm ve açlık tehlikesiyle burun buruna yaşama tutunmaya, hayatta kalmaya çalışıyor. Suya, gıdaya, zorunlu gereksinimlere erişim yok. Yani Gazze'de olup bitenler sadece ağır insan hakları ihlalleri değil. Aynı zamanda evrensel tüketici hakları ihlal ediliyor. Roaa'nın ve ailesinin temel bir isteği var. Bu cehennemden kurtulup güvenli yere ulaşabilmek." diye konuştu.

İçli, BM Engelli Hakları Sözleşmesi'nin 11. maddesine göre, silahlı çatışma ve risk durumlarında özellikle engellilerin korunması ve güvenlik altına alınmasının hükümetlerin yükümlülüğünde olduğunu ifade ederek, "Biz de BM Engelli Hakları Sözleşmesi'ne imza atmış ve yürürlüğe koymuş bir ülke olarak buna duyarlı olmak, bu görevi yapmak zorundayız. Hükümetimize ve ilgili kurumlara sesleniyoruz. Roaa'nın çılgınlığına kulak verin, ulusal ve uluslararası mekanizmaları harekete geçirin. Roaa ve ailesinin bu cehennemden kurtarılması için acil destek talep ediyoruz." dedi.

Umudun Kadınları Dergisi olarak bu konuya duyarsız kalmadık ve Roaa Abuhelal ile söyleşi yaptık. Bu söyleşiyi, Umudun Kadınları Dergisi Youtube kanalımızı ziyaret ederek izleyebilirsiniz.

Bakanlığın Yeni Uygulamasına Tepki Yağdı: Kreş Yok 'Komşu Anne' Var!

"Aile Yılı" kapsamında çocuklu kadınlar başta olmak üzere birçok vatandaş için uygulamalar geliştireceğini söyleyen Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, "Komşu Anne" hizmetinin pilot çalışmalarına başladı.

Proje, ailelerdeki özel kreş maliyet yükünü hafifletip maliyeti azaltacak bir model olarak pazarlandı.

Söz konusu projeye göre bakıcılar, Millî Eğitim Bakanlığı halk eğitim merkezlerinde çocuk bakım eğitimi almış kişiler arasından seçilip bakanlık tarafından verilecek erken çocukluk dönemi ve ilk yardım eğitimlerinden geçecek.

Beş gün sürecek eğitimlerin sonunda bakıcılar sertifikalı "nitelikli çocuk bakıcısı" olacak. Proje kapsamında, bakıcılar en fazla beş çocuğa kendi ev ortamlarında hizmet verebilecek.

Bu uygulama kafalarda ciddi oranda soru işaretleri oluşturdu. Çocuklarına bilmedikleri bir evde bakılması fikrinin güvensizlik yarattığını vurgulayan ebeveynler, bu durumun çocuk istismarı ve şiddet oranlarına da zemin hazırlayacağını söyledi. Nefes gazetesine konuşan Türkiye Kadın Dernekleri Federasyonu Başkanı Canan Güllü de uygulamanın büyük sakıncalar barındırdığını anlattı. Tarikatlara ve cemaatlara alan açacağını düşündüğünü belirten Canan Güllü, eğitim seviyesi, pedagojik bilgisi ve toplumsal algısı belirsiz bakıcıların, erken çocukluk dönemi için büyük risk taşıdığını ifade etti ve "Bu proje kurda kuzu emanet etmektir" dedi.

Avrupa'daki örneklerden yola çıkarak hazırlanan uygulamanın Türkiye'deki denetim eksikliği nedeniyle başarılı olmayacağını söyleyen Güllü, "Hollanda'daki 'Komşu Anne' olarak adlandırılan bakım hizmeti, sıradan bir birey değil, devlet tarafından eğitilmiş, denetlenmiş, sorumlulukları tanımlanmış ve sürekli kontrol edilen profesyonel bir bakım sağlayıcıdır. Türkiye'de önerilen model ise bu altyapıdan tamamen yoksun" diye konuştu.

Porsuk Çayı'nın Turist Gezi Botları Kadınlara Emanet

Türkiye'nin Venedik'i olarak anılan Eskişehir'de yerli ve yabancı turistlerin ilgi gösterdiği Porsuk Çayı'nda, gezi botlarında kadın kaptanlar görev alıyor. Eskişehir Büyükşehir Belediyesi bünyesindeki kadın personelden Sabriye Erbil ve Ebru Metin, İstanbul Liman Müdürlüğü'nde aldıkları eğitimlerin ardından bot kaptanlığı ehliyeti aldı. Kente dönen 2 kadın kaptan, 16 kişilik gezi botlarının kaptanlığını yapmaya başladı.

Yerli ve yabancı turistlerin ilgisini çeken kaptanlardan Ebru Metin, kadın bot kaptanı olarak göreve başlamasının ardından destek gördüğünü ifade ederek, "Kadınların her alanda başarılı olabileceğine inanıyorum. Bot kaptanlığı yapmaya başladığımdan bu yana çok destek görüyorum" dedi.

İran'da Kadınlara Motosiklet İzni Gündemde

İran Cumhurbaşkanı Yardımcısı Zehra Behruzazer, hükümetin, kadınlara motosiklet kullanma izni verilmesi üzerinde çalıştığını söyledi.

İran devlet televizyonuna konuşan Behruzazer, kabine toplantısı sonrası konuya ilişkin bilgi verdi.

Behruzazer, "Kadınların motosiklet kullanması konusu, hükümetin başından beri dikkat ettiği konulardan biriydi ve çeşitli açılardan incelendi" dedi.

Konuya ilişkin hukuki istişarelerin de yapıldığını aktaran İranlı yetkili, "Sonuç olarak, hükümetin vardığı genel kanaat, bu alanda yeterli yasa ve yönetmeliğe sahip olduğumuz ve bu işi ilerletebileceğimiz yönündedir" ifadelerini kullandı.

Sorunu ivedilikle çözmek için ilgili kurumlar arasında ilk koordinasyonların yapıldığına işaret eden Behruzazer şunları kaydetti:

"Bu, doğal bir haktır. Pilot ve tır şoförü kadınlarımız var. Tarihimizde kadınların at sürdüğünü ve kadınların toplu taşıma araçlarını kullandığını biliyoruz. Motosiklet de onlara benzer bir araçtır ve toplumda yeni ortaya çıkan bir ihtiyaçtır. Bu ihtiyacı dikkate almalı ve bunun için çözüm bulmalıyız."

İran yönetiminin, 2022 yılındaki Mahsa Emmini protestoları ile son dönemde artan İsrail-ABD baskıları sonrasında "devlet ve halk uzlaşısı" adına toplumsal baskıları azaltmaya yönelik adımlar attığı gözleniyor.

Nepal'deki 'Z Kuşağı' İsyanının Ardından İlk Kadın Başbakan Görevi Devraldı

Nepal, bir hafta süren kanlı Z Kuşağı protestoları sonrasında yeni bir döneme girdi. Başkent Katmandu'da, eski Yüksek Mahkeme Başkanı Sushila Karki, yemin ederek ülkenin ilk kadın başbakanı oldu.

Bu gelişme, Başbakan K. P. Sharma Oli'nin istifası ve parlamentonun feshedilmesiyle sonuçlanan sokak gösterilerinin hemen ardından geldi. 73 yaşındaki Sushila Karki, Nepal halkına

yabancı bir isim değil. **2016-2017** yıllarında ülkenin tek kadın Yüksek Mahkeme Başkanı olarak görev yapan Karki, özellikle yolsuzluk karşıtı duruşuyla tanınmıştı.

Parlamentodaki muhaliflerin görevden alma girişimlerinden güçlenerek çıkan Karki, 'dürüst yargıç' imajını pekiştirmişti.

Karki şimdi, güven kaybı yaşayan siyasi sınıfın ardından öfkeyle dolu bir toplumu yönetmek zorunda. Genç kuşak, 'şeffaflık ve hesap verebilirlik', 'ekonomik fırsatlar' ve 'özgürlüklerin korunması' gibi somut adımlar görmek istiyor. Karki'nin en kritik sınavı, Mart 2026'da düzenlenecek erken seçimlere kadar geçiş hükümetini yönetmek olacak. Ancak bu kısa sürede bile ifade özgürlüğünü koruması, yolsuzluğa karşı mücadele başlatması ve gençlere umut verecek ekonomik adımlar atması gerekiyor.

Ezber O Resmen Bozuluyor: Erkekler Eşlerin Soyadını Alacak

Güney Afrika Anayasa Mahkemesi, yalnızca kadınlara tanınan evlilik sonrası eşinin soyadını alma hakkının erkeklere tanınmamasını Anayasa'ya aykırı buldu. Mahkeme, bu durumun cinsiyet eşitliği ilkesini ihlal ettiğine hükmetti. Yüksek Mahkeme, "1992 tarihli Doğum ve Ölüm Kayıt Yasası" kapsamında erkeklerin soyadı değişikliği konusunda karşılaştığı kısıtlamaların hukuki bir temele dayanmadığını ve ayrımcılık oluşturduğunu belirtti. Alınan kararla birlikte artık Güney Afrika'da evli erkekler, evlilik sırasında eşlerinin soyadını doğrudan alabilecek ya da dilerlerse çift soyadı kullanabilecek. Daha önce sadece kadınlara tanınan bu hak, artık cinsiyet fark etmeksizin tüm bireyler için geçerli olacak. Mahkeme tarafından yapılan açıklamada, ilgili yasa maddelerinin Anayasa'daki eşitlik ve ayrımcılık yasağı ilkeleriyle bağdaşmadığı ifade edildi.

"Cinsiyete dayalı bu farklı muamele, erkek bireylerin kimlik tercihlerini özgürce belirleme hakkını engellemekte ve Anayasa'nın eşitlik ilkesini ihlal etmektedir." Güney Afrika'nın bu kararı, benzer ayrımcı yasal düzenlemelere sahip ülkeler açısından da örnek teşkil edebilir. Kararın, toplumsal cinsiyet eşitliği konusunda uluslararası hukukta tartışma yaratan alanlara ışık tutması bekleniyor.

Gelecek sayımızda kadınların umudunu artıracak pozitif içerikli haberlerle buluşa bilmek dileğiyle sevgiyle kalın.

19.09.2025

KADIN CİNAYETLERİNİN ARTIŞI PLANLI

YAZAN: Şule SEPİN İÇLİ

sulesepin06@gmail.com

Yaklaşık 6 yaşındayken, babamın beni arkadaş ortamına götürdüğü bir gün, bir adam bana çikolata uzattı. Biraz utangaç bir tavırla sevinerek aldım elinden. Tam yiyecektim ki çocuk merakıyla ne iş yaptığımı sordum. Ceza evinden çıktığını söyledi. Suçunun ne olduğunu sorunca, gururla, “Ben bacımı vurdum” demesin mi? Çikolatayı adama uzattım ve çocuk aklımla, “Sen kötü bir adamsın. İnsan hiç bacısını öldürür mü?” dedim.

Şimdi düşünüyorum bu gurur nereden geliyor? Aradan yıllar geçmiş, sanki şimdi olsa yine yapacaktım gibi bir tavırdı bu. Tıpkı eşini yaraladıktan sonra ceza evine giren bir erkeğin, çıkınca eşini öldüreceğini söylemesi gibi.

Adları beynimize kazınan öldürülen kadınlardan Emine Bulut’un taziye ziyaretinden dönerken, bir lokantada mola verdik. İşini canla başla yapan kadın, konuşmalarımıza kulak kesilmiş olmalı ki “Eşimin çıkmasına 5 ay kaldı. Benim de sonum Emine Bulut gibi olur diye çok korkuyorum. En rahat günlerim bu günler” dedi. Kadınları yaraladıklarında ya ceza evinden çıkınca yarım kalan işmiş gibi eşlerini öldürüyorlar ya da öldürüp mahkemede saygılı davranarak indirim alıp kısa süre hapis yatıp çıkıyorlar. Adaletin olmadığı bir yerde, vicdan sorgulaması da olmuyor anlaşılan.

Ceza evlerinde benzer davranışları yapanların yanında daha çok bileniyorlar. Adeta kötülük yapmak için eğitim alıyorlar. Kendi davranışlarına değil, öldürdükleri ya da yaraladıkları kadınlara kızıyorlar. Kim bilir o ne yaptı ki öldürüldü gibi yaşama hakkının ihlal edildiği bir hikâye var ya, ta kendisi.

Kadınları öldürmek o kadar kolay oldu ki evlilik ilişkisinde ya da sevgiliyken, en ufak bir tartışmada, “Öldürürüm, birkaç sene yatar çıkarım” sözlerini pek çok kişiden duyuyoruz. Olumsuzluklar daha çabuk öğreniliyor ve kolayı seçmek, zor durumlarla uğraşmaktan daha cezbedici sanki. Kötülük, bulaşıcı bir hastalık gibi çabuk yayılıyor. Zamanında aşı yapılmazsa, gereken önlemler alınmazsa, kötülükler şimdi olduğu gibi yayılıp gider. Kadın cinayetlerinin failleri için “Bunlar psikolojik olarak normal değiller, hastalar” demek, sorundan kaçmak. Toplum hastalanıyor, travmatik bir toplum olduk. Bizim haberimiz var bundan ama yetkililerin hiç mi haberi yok?

Artık sadece kadınlar öldürülmüyor. Çocuklar da öldürülüyor. Öldürme türleri de hemen öğreniliyor. Silah, bıçak, boğma, yakma, daha neler neler... ölüm bahaneleri de hazır. Kendisi ölmek istedi, intihar etti gibi saçma sapan uydurmalar. Yani şüpheli ölümler.

2000’li yıllarda kadın cinayetleri şeklinde bir tanımlama yoktu. 2008 yılında, bir yıl içerisinde 66 kadın öldürülmüş. 2016 yılından sonra kadın cinayetleriyle ilgili anıt sayaç işlemeye başladı. Aradan çeyrek asır geçmiş. Bu cinayetlerin yaşanmaması gerekirken, neden artıyor o halde? 2025 yılında, ağustos ayının sonuna kadar öldürülen kadın sayısı, 263.

Cumhurbaşkanının açıklamalarına baktığımızda, kadın cinayetleriyle ilgili özel olarak yapılmış bir açıklama, bir önlem yok. İstanbul Sözleşmesinden bir gecede çıkılması, üç çocuk doğurmanın yararları, eş bulma stratejileriyle ilgili tavsiyeler, kürtaşı Uludere cinayetine benzetmeler var. Şiddeti önlemek için gerekenin yapılacağını söylemiş. Sayılar ortada. Önceden uzak yerlerden duyardık kadın cinayetlerini. Şimdi yanı başımıza kadar geldi. Uzunun bize dokunmayacağını kimse iddia edemez. Sokaklar, silah ve bıçak taşıyanlarla dolu. Üstelik söylendiği gibi sadece eğitim düzeyi düşük erkekler öldürmüyor kadınları. Üniversite mezunları, kariyer yapmış insanlar da kadın cinayetlerinde yerlerini almış durumda.

Diyanet İşleri Başkanlığının açıklamaları, merhamet duygusunu temel alıyor. Camilere giden binlerce insana, Cuma hutbelerinde kadının miras hakkına göz dikme, giyim kuşam konuları anlatılıyor. Neden kadın cinayetleriyle ilgili tek bir açıklama yok camilerde? Kendilerini din adamı zannedenler, hamile kadının sokağa çıkmasının sakıncalarını, kadının kahkaha atmasının zararlarını, 6 yaşındaki çocukla evlenilebileceğini anlatıyorlar. Bunları söyleyenlere hiçbir yaptırım uygulanmıyor. Çünkü planlı yapılan işler bunlar.

Emine Bulut'un annesi, "Bu ülkede kadının canından ucuz başka bir şey yok" demişti. Ne kadar anlam dolu bir söz bu. Kadınların güçlenmesini istemiyorlar. Çünkü Cumhuriyet rejimini değiştirmek kadınlar üzerinden yapılabilir. O da nasıl olur? Kadını zayıflatarak daha sonra da zayıf halkaya çökerek.

2000'li yıllarda kadın cinayetleri tanımlamasının olmaması bir rastlantı değil. O dönem Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Genel Müdürlüğü ile bir protokol yapılmıştı. Kadınlara grup eğitimleri veriliyordu. Haklarını öğrenen kadınlar, haklarını aramaya, bilinçlenmeye başladılar. Aile eğitimleri yapıyordu bu protokol kapsamında. Babalarla toplantılar düzenleniyordu. Daha sonra protokolü iptal ettiler. Evlere giderek birebir eğitim verilsin uygulamasını getirdiler. Eğitimlerin içini boşaltmak tam da böyle bir durum. Artık insanlar kısa süreli eğitimlere bile gitmek istemiyorlar. Çünkü bu eğitimler, yaptık oldu tarzı eğitimler.

Asıl neden, kadınların güçlenmesinden duydukları rahatsızlık. Eğitimler olmayınca, kol kırılacak ve yen içinde kalacak. Biz kadınlar kollarımızın kırılmasını istemiyoruz. O kollar üretmemiz için bize lazım. Kadının İnsan Hakları Eğitimine katılan bir kadınla basın yoluyla bir söyleşi yapıyor. Kadın, bir yere giderken eşinden izin almadığını söyleyince, kopuyor kıyamet. Vay efendim, aile ilişkileri bozuluyormuş, boşanmalar artıyormuş.

Kadın cinayetlerinin bazı bahaneleri var. Bunlardan birisi, boşanmak istedikleri için. Boşanmanın geleneklerimize aykırı olduğunu düşünenler, pompalıyorlar boşanmayla ilgili yanlış bilgileri. Ailesiz kalırmış çocuklar, aile çok önemliymiş. Öyle bir hale getirdiler ki kadının boşanması, erkek için kıyamet koparma nedeni.

Bu yıl aile yılı. İstiyorlar ki kadınlar okumasın, çalışmasın, evlerden çıkmasın, çocuk doğursun, şiddet görüp kaderine razı olsun. Bunun adı da aile. Öyle bir aile ki işine gelmeyince amiyane bir tabirle, "Siktir ol git" diyerek evden kovdukları eşleriyle sözüm ona mesut mutlu yürütülen ilişkiler... Adamlar aile içinde olmaz hakaretleri ederler ceza almazlar, sokakta ana-avrat düz giderler, yine ceza almazlar. Ama bir siyasi tartışmada "Çirkinleşme" diyen Ekrem İmamoğlu'na dava açılır, ceza verilmek istenir.

Cemaatler, tarikatlar yetkilileri ele geçirmişler ve kadınlara savaş açmış durumdalar. Kıyafetimize, nafakaya, her şeyimize dil uzatabiliyorlar. Kadın cinayetlerine sessiz kalıyorlar ki kadınlar korksun, boşanmasınlar, seslerini çıkarmasınlar.

Korkarsak ve susarsak, daha çok üzerimize gelecekler. Kadın cinayetleriyle ilgili, başta Kadın Cinayetlerini Durduracağız Platformu, Türkiye Kadın Dernekleri Federasyonu olmak üzere yüzlerce kadın örgütünün sayısız açıklamaları ve eylemleri var. Öldürülen kadınların cenazelerini sırtlayıp gömüyorlar, duruşmalara katılıyorlar, öldürülen kadınların fotoğraflarını sergileyerek kadın cinayetlerine karşı tepkilerini ortaya koyuyorlar. O kadar hak ihlali ve kadınlarla ilgili geriye giden uygulamalar var ki hangi konuda eylem yapacağımızı şaşırtıyoruz. Yine de yılmadan mücadele etmeyi sürdürüyorlar. Ellerinden geldiğince yarış halinde yağırdıkları hak ihlallerine karşı direniyorlar.

Seslerini duyamadığımız kadınlara ulaşmalıyız. Artık ayağa kalkma zamanı geldi. Köklü bir değişim olmadan, bu gerici anlayışı başımızdan def etmemiz mümkün değil. Bu nedenle evlerde iş yaparak, çocuk bakarak bir yere varamayız. Sokaklar bizi bekliyor. Sesimizi birlikte daha güçlü duyuralım ki öldürülen kadınlara can olalım, birbirimize can katalım. Doğurganlığımızın, üretkenliğimizin bize kattığı güçle varlığımızı göstermeliyiz.

Mücadelemizi ve umudumuzu büyüteceğiz. Pes etmeyeceğiz. Teslim olmayacağız bu gerici anlayışa. Kadınların yaşam hakkı ellerinden alınamaz.

23 Eylül 2025

DENGED KALMAK

Duygusal (Psikolojik) Şiddet

YAZAN: Filiz GÜLMEZ

Fdemir48@yahoo.com

Birine karşı sistemli bir şekilde psikolojik baskı uygulamak, onu duygusal olarak sömürmek, aşağılamak, kontrol etmek veya cezalandırmak amacıyla toplumdaki soyutlamak ve izole etmek için uygulanan her türlü hareket duygusal şiddet olarak kabul edilmektedir. Ne yazık ki kadınların ve çocukların hedef olduğu şiddet olayları son yıllarda büyük boyutlara ulaştı. Hepsinde de duygusal tacizin olduğu bir gerçek. Sürekli eleştiri, suçlama, tehdit ve zorbalık davranışlarını kapsayan bu durumda aşağılama, utandırma gibi ince taktikler vardır. Bunu insanlar, karşısındaki kişileri kontrol etmek ve onların üzerinde egemenlik kurmak için kullanırlar.

Duygusal şiddeti uygulayan kişilerin öyküsünde çocukluk travmaları ve herhangi bir tacizin mağduru oldukları bilgisi vardır. Bu şekilde yetişenler, kişisel sorunlarıyla sağlıklı baş etme yöntemlerini öğrenmemişlerdir; sağlıklı ilişkinin nasıl kurulacağını da bilmezler. Onun yerine sürekli öfkeli, korku dolu, güçsüz ve canı yanmış hissederek ilişkide bulundukları kişiye de bu duyguları yansıtırlar. Duygusal şiddet uygulayan kişilerin narsistik kişilik bozukluğu, sınırda (boderline) kişilik bozukluğu, anti-sosyal kişilik bozukluğu gibi tanı alma olasılıkları oldukça yüksektir.

Aile içi şiddet denildiği zaman kadının yediği dayak düşünülüyor. Oysa şiddet sadece fiziksel örselenmeyle değil, sözel ve duygusal olarak da ciddi birer sorun olarak karşımıza çıkıyor. Yüksek sesle bağırarak, iğneleyici sözler söylemek, kendini kötü hissettiren laf ve cümleleri kullanmak sözel şiddet olarak tanımlanıyor. Her şeyden önce kadınların özgüvenlerini yok etmeyi amaçlayan çok etkin bir saldırı yöntemi olarak kullanılıyor. Ne yazık ki kadınlarımızın çoğu maruz kaldıkları sözel ve duygusal şiddetle yüzleşmek bile istemiyorlar.

Aile içerisinde önce sözlü başlayan tartışmaların daha sonra dayağa dönüştüğünü kaydeden Psikolog Knudsen, “Her evlilikte ve ilişkide tartışmalar olur ancak her tartışmanın bir haddi, sınırı

ve ölçüsü olmalıdır. Bu tartışmalar bağırma, iğneleme boyutuna vardığı zaman sözel şiddet başlıyor. Önceleri küçük tartışmalarla başlayan anlaşmazlıklar, zaman içinde kavgalara dönüşürken erkeğin eşine ya da sevgilisine bağırması, gururunu incitmesi, kendi gibi düşünüp davranmaya zorlaması, hakaret etmesi duygusal şiddetin başlangıcını oluşturuyor. Başlangıçta kadın şiddete maruz kaldığını düşünmezken ilişkinin içinde pasif ve ürkek bir konuma geliyor. Birdenbire çığırından çıkan ve bağırma başlatan eşini daha da öfkeliendirmemek için susmayı seçiyor” diyor.

Kadınların ekonomik bağımlılıktan kurtulması durumunda şiddetin en aza indiğini dile getiren Knudsen bu konuda şunları söylüyor: “Şiddete uğrayan her üç kadından ikisine, aynı zamanda ekonomik şiddet de uygulanıyor. Kadının çalışmasına izin vermeyip veya maddi imkânı daha geniş olduğu hâlde, kadına çok kısıtlı para vermek, çalışan kadının kazandığı paranın tümünü elinden almak, evle ilgili tüm maddi bilgileri eşinden saklamak, mal ve mülklerin sadece kendi üzerinde olmasını sağlamak gibi davranışları ekonomik şiddetin yöntemleri olarak sayabiliriz. Duygusal şiddet dışarıdan görünen yaralara sebep olmuyor belki ama iç dünyamızda iyileşmesi zor yaralar bırakabiliyor; kişilerde ruh sağlığına zarar veriyor, güven eksikliğine ve kendilerini sevmemeye başlamalarına sebep oluyor.

Aile içi şiddet görenlerde sürekli korku içinde yaşamak, kendini değersiz hissetmek, depresyon, bağımlılık, utanç, uyku ve beslenme bozuklukları, sosyal ilişkilerin bozulması gibi duygusal/psikolojik rahatsızlıklarla beraber ender de olsa intihar eylemlerine de rastlamak mümkün. İyileşme süreci için atılması gereken ilk adım yanlışın farkına varmak ve bu yanlış ilişkiden kurtulmaktır”.

Şiddetin yarattığı korku aile bireyleri üzerinde yıkıcı etki yaratır. Evde yaşanan şiddet daha çok kadını ve çocuğu etkiler, tüm aile üyelerinde de duygusal yıkıma neden olur. Belirttiğim davranışların yanı sıra bireylere kendisiyle ilgili konularda bile söz hakkı tanımamak, onları sürekli edilgen kişi konumuna sokarak incitmek de duygusal şiddetle ilgilidir.

Norveçli oyun yazarı Henrik Ibsen’in 1879 yılında kaleme aldığı ‘Nora: Bir Bebek Evi’ adlı oyun buna örnek verilebilir. Nora hayatı boyunca kendisi için düşünmek zorunda kalmamış çünkü hep başkaları onun adına düşünmüş. Önce babası, sonra da kocası Helmer daima onun yerine kararlar almışlar. Helmer ciddi işlerle uğraşıp kariyerini yükseltirken Nora’ya düşen ise bir yandan kadınca görevlerini yerine getirirken bir yandan da neşe saçmaktır. Kocasının tehlikeli bir hastalık geçirdiği süreçte tanıdıklarından aldığı borç başına bela olur. Erkek egemen toplumun getirdiği yasalar, gelenekler kadının kocasının izni olmadan borç alamayacağı yönündedir. Nora borcu, o sıralarda ölen babasının imzasını taklit ederek almıştır. Bütün bunlar kocası Helmer’in kabullenemeyeceği hatalardır. O, Nora’dan önce kendi şerefini düşünmektedir. Helmer’in bu suçu üstlenip kendini feda edeceğinden emindir Nora, fakat sonuç hiç de düşündüğü gibi olmaz. Gerçeği

öğrenen eşi, umduğu gibi davranmaz ve onun çocuklarına yaklaşmasını yasaklar. Bu olay ona gerçeklerle yüzleşme olanağı sağlar. Arkasından gelen şantajcının diğer mektubu, ortada bir sorunun kalmadığını gösterse de Nora'nın bir kere gözü açılmıştır. Kadın ya da anneden önce insan olduğunun ayırımına vararak kendini gerçekleştirme yolunda kocasını ve çocuklarını terk eder.

Yazar bu oyunla, erkek egemen bir toplumda erkeğin kadını kendi eşyası, oyuncacı gibi algıladığını anlatırken aynı zamanda kadınların da kendi ayakları üzerinde duran, güçlü ve savaşımcı olmaları gerektiğini vurgulamıştır.

Aile içi şiddet, oluşturduğu sosyal ve hukuki sonuçları nedeniyle insanlığın karşı karşıya olduğu ciddi bir sorundur. Olayın ciddiyetini ifade etmek için gerek ulusal gerekse uluslararası metinlerde kadına ve diğer aile bireylerine karşı işlenen ve şiddet içeren davranışların aynı zamanda bir insan hakları ihlali olduğu vurgulanmaktadır. Bu bağlamda aile içi şiddetin insan hakları ihlali olduğu göz önünde bulundurularak bunu uygulayanlara ve mağdurlarına bu açıdan bakılması gerekir.

Aile içi kadına yönelik şiddetin nedenlerini şu şekilde sıralayabiliriz:

- Psikolojik nedenler
- Medyanın etkisi
- Kaliteli bir iletişimin kurulmaması (Nora'daki gibi)
- Maddi sorunlar
- Eşler arasında sevgi ve saygının yetersiz olması
- Göçler
- Töreler, gelenek-görenekler
- Cinsiyet ayrımcılığı
- Eğitim eksikliği
- Kültür farklılıkları
- Eşlerin erken yaşta evlenmeye zorlanması
- Toplumda yanlış olduğu bilinen fakat uygulanan birçok inanç
- Kötü alışkanlıklar (sigara, alkol, madde bağımlılığı)

Psikolojik sonuçları değerlendirirken birçok kadın için yetişkinlikteki şiddetin ilk travma olmadığı, geçmişten de gelen çoğul travmalar (çocukluk çağındaki ihmal ve istismarlar gibi) söz konusu olduğu göz önünde bulundurulmalıdır. Uzun süren duygusal şiddetin sonunda, kişide depresyon, kaygı, travma sonrası stres bozukluğu gibi rahatsızlıklar ortaya çıkabilir. Duygusal şiddete uğrayan insanları çoğu kez ilk görüşte tanımak mümkündür. Dalgın gözleri kolayca ıslanır, hafif sesle konuşurlar, konuşmalarını bölen sessiz boşluklar vardır; oturdukları yere yerleşmezler, adeta ilişirler... Genellikle iyi kalpli, nazik ve nitelikli insanlar olmalarına karşın çoğunun

özgüvenleri zayıftır. Yaşadıklarını tanımlamakta zorlanırlar. Yaşadıkları da zaten tanımlanması zor şeylerdir.

Fiziksel şiddetten farklı olarak, yüz yerine kalbin darbe aldığı, kemikler yerine duyguların kırıldığı, beyin yerine benliğin sarsıntı geçirdiği bir şiddet türüdür. Kötü olansa, bu şiddet türünün sonuçlarının, fiziksel şiddette olduğu gibi kolayca görülebilir, tanımlanabilir ve suç kabul edilip cezalandırılabilir olmayışıdır.

Duygusal şiddet, “ayıp, yasak, günah” gibi, toplumda yerleşik değerlerden beslendiği için, çoğunluk tarafından kolayca onaylanıp kabul görmektedir.

Anne-babadan, diğer aile büyüklerinden, kardeşlerden, sevgiliden, eşten, çocuklardan, yöneticilerden ve arkadaşlardan gelebilir.

Aynı zamanda insanın kendine güvenini, saygısını, değerini yavaş yavaş kemiren bir beyin yıkama süreci olarak da tanımlanabilir.

Ne kadar zeki, başarılı, çekici, becerikli olursa olsun, mağdur kendisini “yetersiz, aptal, beceriksiz, suçlu, günahkâr, kirlenmiş” gibi hisseder.

Kadına yönelik şiddetin ortadan kaldırılmasına yönelik çalışmalar yapılmalıdır:

Tüm dünya ülkelerinde, aynı zamanda ülkemizde de farklı yöntem ve boyutlarda çalışmalar devam etmektedir. Şiddete maruz kalan veya risk altındaki kadınların yapabileceklerine değinilmesi gerekirse;

- Aile içindeki iletişim eksikleri giderilmelidir.

- Kadınlar şiddet uygulayan eşleriyle sakin bir şekilde konuşarak sorunlarını çözmeye çalışmalıdırlar.

- Eğer kendileri bu konuşmayı gerçekleştiremiyorlar ise, birlikte bir uzmandan yardım almaları gerekir.

- Ailede kötü alışkanlıklar var ve şiddet genellikle bu sebeple meydana geliyor ise, bunu engellemek için gerekli kurum ve kuruluşlardan yardım, destek alınmalıdır.

- Kadınların şiddete karşı çıkma çabaları içinde ilişkiden uzaklaşma, hastaneye, kliniğe, sığınma evine başvurma, adli makamlara şikâyet etme ve boşanma girişiminde bulunmanın önemli bir yer tuttuğunu bilmesi gerekmektedir.

- Aile içi şiddete uğrayan ve her yönden çöküntü yaşayan kadının ilk planda polis, savcılık, adliye gibi resmi mercilerle yüz yüze gelmeksizin doğrudan müracaat ederek ilgili tüm işlemlerini bir arada yürütebileceği, yasal değerlendirme ile birlikte, konusunda duyarlı ve özel eğitilmiş ekiplerin yer aldığı ilk müracaat birimlerinin oluşturulması gerekmektedir. Böylece aile içi şiddetin davalara gerçekçi bir şekilde yansımaları sağlanarak, şiddete maruz kalan kadının nafaka, tazminat gibi her türlü haklarının korunması da teminat altına alınmış olacaktır.

- Hukuki veya cezai bir müracaatta bulunmak istemese de psikolojik desteğe ihtiyacı olan mağdur kadınlara devlet ücretsiz danışma merkezleri kurmalı ve kayıtları gizli tutulmalı.

- Toplumun eğitim düzeyinin yükseltilmesi için gerekli düzenlemeler yapılmalı ve eğitimin önündeki her türlü engel kaldırılmalı.

- Maddi durumun bozukluğu önemli bir etken olduğundan ekonomik durumu kötü olan ailelere devlet destek olmalı.

- Suçların cezasız kalması kadına ve çocuklara yönelik şiddeti artırdığından bu suçlar ciddi bir şekilde takip edilerek suçlular cezalandırılmalı.

- Televizyonlarda şiddet içeren ve ahlaki yozlaşmaya sebep olan yayınlar engellenmeli.

- Şiddet içerikli internet oyunları engellenmeli.

- Sığınma evlerinin fiziki şartları iyileştirilmeli, sayıları artırılmalı.

- Şiddet mağduru kadınlara talepleri hâlinde iş bulunmalı.

YARARLANILAN KAYNAKLAR

1.Karakaya, Sevinç. İlişkinizde Duygusal Şiddet Gördüğünüzü nasıl anlarsınız?

2.<https://interaktifdanismanlik.com/iliskinizde-duygusal-siddet-gordugunuzu-nasil-anlarsiniz.html>

3.<http://www.kigem.com/psikolojik-siddetin-sonuclari>.

TOM BANK DENEYİMİM

YAZAN: Gizem ALAKAYA

gizemalakaya@gmail.com

Herkese

merhaba

arkadaşlar,

Tom Bank Hadi uygulaması üzerinden hesap açmak istedim. Ancak banka tarafından bana uygulanan ayrımcı bir tutumla karşılaştım.

Peki kim bu Tom Bank?

Katılım Bankası A.Ş. ya da bilinen adıyla TOM Bank, Türkiye’de faaliyet gösteren dijital bir katılım bankasıdır. Turgut Aydın Holding bünyesinde kurulmuş olan banka, Bankacılık Düzenleme ve Denetleme Kurumu (BDDK) tarafından 2023 yılında lisans almış ve aynı yıl faaliyetlerine başlamıştır.

Tom Bank, 2020 yılında Turgut Aydın Holding hissedarları tarafından finans şirketi olarak kurulmuş, sonrasında bankaya dönüşmüştür. Turgut Aydın Holding; A101, English Home, Memorial Sağlık Grubu gibi farklı sektörlerdeki şirketleriyle tanınmaktadır.

Benim yaşadığım süreç

Öncelikle Apple Store üzerinden bankanın uygulaması Hadi'yi indirdim ve hesap açma sürecine başladım. Küçük de olsa etiketlenmemiş bir düğmeden hesap oluşturma formunu doldurdum ve görüntülü görüşme aşamasına geldim. Müşteri temsilcisi kimlik seri numaram ve doğum tarihim gibi genel bilgileri istedi. Buraya kadar her şey normaldi. Ancak sonrasında kimliğimdeki ay yıldıza dokunmamı talep etti. Bu aşamada annemden destek almak istedim. Fakat görevli, herhangi bir kanun veya yönetmelik göstermeden “Üçüncü kişiden yardım alamazsınız” diyerek işlemi sürdüremeyeceğini söyledi. Defalarca “Dayandığınız yönetmelik nedir?” diye sormama rağmen banka politikalarımız dışında bir yanıt alamadım. Banka politikaları BDDK’nın yönetmeliklerinden daha üstün olamaz. yönetmelikler açık: Görme engelliler banka hesap açılışlarında gerektiğinde üçüncü kişiden destek alabilir. Bununla ilgili düzenlemelere Resmî Gazete üzerinden ulaşılabilir. İlgili bağlantıları da bu yazının sonuna ekleyeceğim. Sonuç olarak hesabım açılmadı ve ben mücadeleye başladım.

Mücadele süreci

Önce sosyal medyada paylaşım yaparak destek topladım. Ardından Bianet’e ulaşım konuyu haberleştirmelerini istedim; sağ olsunlar, bu süreçte yanımda oldular. Aynı zamanda Şikâyet Var üzerinden de şikâyet oluşturdum. Fakat şikâyetim yayınlanmadan önce markadan bir adım gelmeyeceğini bildiğim için beklemeye başladım. Bu süreçte üyesi olduğum Engelsiz Erişim Derneği de konuyla ilgili basın açıklaması yayınladı. Körüz Biz Derneği tarafından Tom Bank’ın yılın Gostil adayları arasında yer alması sağlandı. Şikâyet Var’daki şikâyetim 18.09.2025 tarihinde saat 18.54’te yayınlanacaktı. Sonrasında 19.18’e, ardından da 22.18’e ertelendi. En sonunda ise “Kontrol süreciniz uzamıştır” denilerek bekletildi. Yani yine bir tür sansürle karşılaştım. 19.09.2025 Cuma günü BDDK’ye başvuruda bulundum. Tam o sırada Şikâyet Var şikâyetimi yayına aldı. Öğleden sonra ise Tom Bank yetkilileri beni arayıp özür diledi. “Yeni bankayız, böyle şeyler olabilir” diyerek evime saha ekibi yönlendirmek istediklerini söylediler. Ben de uygun bir zaman verdim.

Evime gelene kadar geçen süreçte iki defa daha arandım. İlkinde “Bir refakatçiniz olacak mı?” diye sordular. “Hayır” dedim. İkincisinde, “Sizin işinizi kolaylaştırmak için bir refakatçi bulundurmanızı rica ediyoruz” dediler. Böyle bir şeyin mümkün olamayacağını ve bu talebin yasal olmadığını anlattım.

Evime gelen ekip

Eve iki personel geldi. Ancak ne BDDK kanunlarından ne de ilgili yönetmeliklerden haberleri vardı. Biri kendisini Avrupa yakasının operasyon sorumlusu olarak tanıttı. Kullandıkları tabletin şifresini yanlış girerek kilitlediler. Sonra telefonla birilerini aradılar. İşlem yapamayınca tablet değiştirmek zorunda kaldılar.

15 dakika sürecek denilen işlemler çok uzayınca süreçte yaşananları ne kadar biliyorlar diye merak edip sordum. Başta haberdar olmadıklarını söyleseler de süreci anlatıp işlem sonuçlanmazsa dava yoluna kadar gidebileceğimi ifade ettiğimde, “Zaten dava açmayın diye buraya kadar geldik” diyerek aslında her şeyin ne kadar farkında olduklarını göstermiş oldular. Evde annem vardı. Ben telefonda herhangi bir şekilde kimsenin benim refakatçim şahidim vs. olmayacağını belirttiğim için geldiklerinde böyle bir talepleri olmadı. Ama “Vasınız anneniz mi?” diye saçma bir soru yönelttiler. “Sizin vasınız var mı ki benim olsun?” dedim. Kendi mezuniyetimi ve çalıştığım kurumu söyleyerek bu soruların çok anlamsız olduğunu anlatmaya çalıştım.

Hesap açma sırasında bir mail göndermemi istediler. Gönderdiğim maile inanmayıp telefonumu alarak kendileri “Başka adrese yolluyorum” dedikleri halde aynı adrese mail attılar. Açıkça güvenilirmez ve ayrımcı bir yaklaşım sergilediler. Sonuçta gelen ekip hesabımı yine açamadı. Durumu anlattım. Kimliğimi ve başvurumun reddedildiğine dair mail göndermemi istediler. Banka görevlisi evimden yaklaşık saat 21.00 gibi ayrıldı. Görevliler gittikten ve defalarca mail attıktan sonra saat 22.00 civarı hesabım açıldı.

Sonuç

Görenlerin 10 dakikada yaptığı işlemi ben 5 günde tamamlayabildim. Yorucu, yıpratıcı ve ayrımcılıkla dolu bir süreç yaşadım. İlerleyen zamanda bankanın başka körlere nasıl muamele yaptığının takipçisi olacağım. Umarım böyle kurumlar bir gün bizi anlar ve böyle yıpratıcı süreçlerle muhatap olmayız.

Teşekkürlerim:

Mücadele yalnız başına yürütülebilecek bir şey değil. Saçma sapan bir olayla gereksiz yere yıpranırken insanın çoğu zaman uğraşmayası geliyor. Birileri destek olduğunda bu uğraş daha bir anlam kazanıyor. Bu süreçte yanımda yer alan Engelsiz Erişim Derneği’ne, Körüz Biz’e, Bianed’e, bana kanalında yer veren Emre Taşgın’a, siz Umudun Kadınları Dergisi’ne ve ben sıkılmışken, “Peşini bırakmayacağız” diye beni sürekli yüreklendiren, olayın duyulması ve mücadelenin yürütülmesi için çok çaba sarf eden Ömer Göktaş’a ne kadar teşekkür etsem az.

Yönetmelikler:

<https://mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=38568&MevzuatTur=7&MevzuatTertip=5>

DUYGULARIMIZI İFADE EDEBİLİYOR MUYUZ?
YEREL YÖNETİMLERDE ENGELLİ BİREYLERE YÖNELİK HİZMET MODELİ
ÖNERİSİ

YAZAN: Menekşe KOÇAK

meneksekck06@gmail.com

Merhabalar, sizlere “Kağnı Kamyonu Yendi” yazı serisiyle engelli bireylerin sorunlarını bir kez de ben dile getirmiştım. Ancak çözüm için “Sorunu yaşayan, çözümü en iyi bilendir.” gerçeğinden hareketle bizlerin çok yetersiz olan mevcut sisteme alternatif sistemler geliştirmesi gerektiğine inanıyorum. Bu nedenle engelli sorunlarının çözümünü içeren alternatif sistem önerilerimi paylaşacağım yeni bir yazı dizisine başlıyorum. Sizlerden ricam, olumlu veya olumsuz geri dönüşler vererek farklı sistem arayışlarına katkı vermenizdir. Zira hepimiz sahada mevcut sistemin bizlerin sorunlarını çözmekten çok uzak olduğunu biliyoruz. Şimdi bize düşen alternatif sistemler geliştirerek pilot uygulamalar için ortam hazırlamaktır.

YEREL YÖNETİMLER ENGELLİ DESTEK SİSTEMİ 1
GİRİŞ

Ülkemizde engelli bireylere yönelik hizmetler, çoğu zaman ayrıştıracı ve yetersiz kalmaktadır. Belediyelerin sınırlı kaynakları nedeniyle açılan birkaç engelli merkezi, binlerce engelli bireyin yalnızca çok küçük bir kısmına ulaşabilmektedir. Bu nedenle kapsayıcı, bütünleştirici ve sürdürülebilir yeni bir hizmet modeli ihtiyacı doğmuştur. İşte bu ihtiyaca cevap vermek üzere Engelli Destek Sistemi geliştirilmiş ve EDES olarak kısaltılmıştır.

MEVCUT DURUM VE SORUNLAR

Belediyelerin engelli bireylere yönelik hizmetlerinin Büyükşehir Belediyeleri Engelli Hizmetler Birimi Yönetmeliği’nde belirtilen amaç ve ilkeler doğrultusunda verilmesi gerekir.

“Bu Yönetmeliğin amacı; büyükşehir belediyesi ve mücavir alanları içerisinde yaşayan engellilerin, toplum hayatına katılımını kolaylaştıracak ve toplumsal fırsatlardan engelli olmayan diğer bireyler gibi eşit faydalanmalarını sağlamak üzere; büyükşehir belediyelerinde engellilerle ilgili bilgilendirme, bilinçlendirme, yönlendirme, danışmanlık, bakım, sosyal ve mesleki rehabilitasyon hizmetleri verecek olan engelli hizmet birimlerinin kuruluş, işleyiş ve görevleri ile bu birimde çalışan personelin, yetki, sorumluluk ve görevlerine ilişkin usul ve esaslarını düzenlemektir.”

Görüldüğü gibi Yönetmelik, engellileri toplumsal hayata katmak için geliştirilmiştir. Ancak sahada; engelli bireyleri ayırtırmaya dayalı hizmet anlayışı vardır. Bu nedenle çok sayıda engelli lokali, mola evi ve bakımevinin yapılmasına ihtiyaç vardır.

Yüzlerce personel yetiştirilmesi ve istihdam edilmesi gerekir.

Ayırtırarak hizmet vermek çok maliyetli olduğu için belediyeler, engelli bireylerin %1 'ine bile tam anlamıyla ulaşamaz.

Belediyelerin desteğine dezavantajlı grupların tümünün ihtiyacı var. Bu dezavantajlı gruplar içinde en maliyetli grup engelli bireylerdir; çünkü eğitimleri ve bakımları ömür boyu sürer.

ÜLKEMİZDE ENGELLİ BİREY SAYISI

Ülkemizde belediyeler, sınırları içinde yaşayan engelli bireylerin sayısı ve ihtiyaçlarıyla ilgili verilere sahip değildir. Hizmetlerini bireysel başvurular ve STK'ların talebi doğrultusunda planlamaktadır.

TÜİK'in 2021 yılında tahmine dayalı saha araştırmasında, ülkemizde 5.841 180 engelli birey olduğu belirtilmiştir. Nisan 2023 yılına ait Ulusal Veri Sisteminde ise 2.511.950 bireyin kaydı vardır. Bu veriler bize engelli bireylerin yarıdan fazlasının Ulusal Veri Sisteminde kayıtlı olmadığını göstermektedir.

Ülkemizde genellikle engelli bireylerin bakımını yakınları üstlenmektedir. Yerel yönetimler de devlette aile kaybı sonrasında engelli bireylerin sorumluluğunu almak zorunda kalacaktır.

Ayrıca 1975'de 5000'de 1 çocukta görülen otizm tanılı birey sayısının; 2025'de 31 çocuktan 1'inde görülmesi hizmet bekleyen engelli bireylerin hızla artacağını gösterir.

EDES'İN TEMEL ÖZELLİĞİ

Türkiye genelinde ayrı merkezlerde hizmet alan engelli bireyler, toplumdan tecrit edilir. EDES'in, temel hedefi engelli bireyi toplumla bütünleştirmek için kapsayıcı uygulamaları hayata geçirmektir.

EDES'de belediyelere ait tüm sosyal tesislerde, Engelli Destek Birimi rehber personelleri, engelli bireylerin diğer insanlarla birlikte hizmet alması için rehberlik eder ve gerekli tedbirleri alır. Yoğun davranış sorunları olan bireyleri, Engelli Tedavi ve Rehabilitasyon Merkezlerine yönlendirerek rehabilitasyonunu sağlar.

EDES'in YAPISAL ÖZELLİĞİ

Engelli Destek Sistemini kurmak için belediyelerin engelliler şubesinde üç yeni birim oluşturulur ve pilot uygulamalar ile sistem test edilerek yaygınlaştırılır.

- 1.Engelli Veri Birimi
2. Engelli Destek Birimleri
- 3.Engelli Tedavi ve Rehabilitasyon Birimi

1.ENGELLİ VERİ BİRİMİ

Mevcut sistemde belediyelerde, engelli bireylere verilen hizmetle ilgili genellikle geri dönüş alınmaz, hizmetin kalitesi ölçülmez; EDES’de ise engelli bireylerle ilgili veri tabanı oluşturmak için Engelli Veri Birimi kurulur. Bu birimde, engelli bireylerin takibi yapılır ve geri dönütlerle sistem yenilenmeye açık biçimde yapılandırılır.

Mesela EDES’de sosyal tesislerde verilecek rehabilitasyon hizmetlerinin planlanması için;

- Toplumun engelli bireye bakış açısını EDES uygulamasından önce ve sonra ölçen anketler,
- Engel gruplarına göre hazırlanan kurumun hizmet kalitesini ölçen anketler,
- Engelli bireylerin özel ihtiyaçlarını tespit eden anketler,
- Kurumdan yararlanan engelli bireylerin takibini yapan formlar,
- Sosyal uyumunu ölçen anketler.....hazırlanır.

Bu anketler doğrultusunda hizmet planlaması yapılır, eksiklikler giderilir. Başarılı uygulamalar yaygınlaştırılır.

Belediye sınırları içinde yaşayan engelli bireyler, sosyal ve ekonomik durumları, ihtiyaçları belirlenerek hizmet haritası oluşturur.

Teknolojinin olanaklarından yararlanarak engelli bireyin karşılaşılabileceğiniz olası riskleri, diğer insanların verebileceği sert tepkileri hesaba katarak eylem planları için veri toplar.

ENGELLİ DESTEK BİRİMİ

EDES’de hedef, sadece engellilere hizmet veren kurumların sayısını en aza indirmek ve belediyenin tüm tesislerinden engelli bireylerin hizmet alacağı bir yapı kurmaktır. Bunun için Engelli Destek Birimi kurulmuştur.

Engelli Destek Biriminin görevleri;

- Belediye personellerine hizmet içi eğitim vermek,
- Engellilere yönelik kapsayıcı projeleri hayata geçirmek,
- Pilot uygulamalarla sistemi test etmek ve yaygınlaşması için yol haritası belirlemek,
- Rehber personel yetiştirmek ve kurumlara göndermektir.

Rehber Personellerin Görevleri;

- Sosyal tesisten yararlanacak engelli bireylere ve ailelerine rehber olmak ,
- Tesis görevlilerine rehberlik etmek,
- Sosyal tesisten hizmet alan diğer insanlara engelli bireylerle ilgili bilgilendirme yaparak

Sosyal uyumu kolaylaştırmak,

- Engelli bireyin, tesise uyum sağlaması için eğitim planı hazırlamak ve uygulamak,
- Tüm sosyal etkinliklere engelli bireylerin katılımı için tedbirler almak,

- Engelli Veri Biriminin hazırladığı formların kurum tarafından doldurulmasını sağlayarak veri tabanı oluşturmak.

3.ENGELLİ TEDAVİ VE REHABİLİTASYON BİRİMİ

Ülkemizde doğru müdahale edilmediği için yoğun davranış sorunları nedeniyle evden çıkamayan engelli bireylerin sayısı oldukça fazladır. Engelli Tedavi ve Rehabilitasyon Biriminin görevi mümkün olduğunca bu engellileri yaşama katmaktır.

Engelli Tedavi ve Rehabilitasyon Birimi kontrolünde açılan merkezlerde tıbbi destek, terapi ve özel eğitim ile davranış sorunları kontrol altına alınarak bireyin uyum becerisi geliştirilir.

Engelli Tedavi ve Rehabilitasyon Merkezlerinde;

- Servis hizmeti ve aileye psikolojik destek de verilir,
- Engelli bireylerin özelliklerini içeren formları, terapi ve eğitim uygulamalarıyla ilgili takip çizelgeleri vb. dokümanları hazırlanarak veri tabanı ve kurumsal hafıza oluşturulur.
- Kurumların eğitim süreci takip edilerek başarılı merkezlerle bilgi alışverişinde bulunulur.
- Engelli lokalleri, engelsiz yaşam merkezleri gibi kurumlarından uygun olanlar Engelli Tedavi Merkezine çevrilir.

EDES NEDEN GEREKLİDİR?

EDES gereklidir çünkü engelli hizmetinde karşımıza çıkarılan para yok gerekçesini ortadan kaldırır. EDES’de engelli birey veya yakını, hizmet almak istediği sosyal tesise baş vuruda bulunur. Tesis Engelli Destek Birimine bilgi verir ve rehber personel eşliğinde engelli bireye tesise uyum sağlaması için destek verilir.

Rehber personel yetiştirmek engelli birey için bina açmak, donatmak, bu merkezlerde engelli istihdam etmekten çok daha az maliyetlidir. EDES’de belediyeye ait her tesis engelli bireye hizmet verme potansiyeline sahiptir. Rehber personeller öncülüğünde eksiklikler giderilir ve hizmet başlar.

Belediyeler, belli sosyal tesislerde engelli bireyleri toplamakta ve bu tesise engelli bireyi ulaştırmak için servis hizmeti vermektedir. EDES’de engelli birey ikametini en yakın tesisten hizmet alabileceği için ulaşım bedeli olmayacak veya çok azalacaktır.

EDES gereklidir çünkü Engelli Hizmetler Birimi Yönetmeliği’nin 6.maddesinde engellilere verilen hizmetin ilkelerini yerine getirecek biçimde yapılandırılmıştır.

6.Maddenin a fıkrasında;

Hizmetlerin temel insan haklarına saygılı ve insan onuruna yakışır olması hedeflenmiştir.

EDES’i insan onuruna uygun hizmet sunarak engelli bireye istediği yerde hizmet alması için olanak sağlar yani mevcut sistemin yetişmiş personel ve kaynak yok gibi engelleri ortadan kaldırır.

6.Maddenin b fıkrasında;

Hizmetlerin toplumsal bütünleşmeyi sağlayıcı olması hedeflenmiştir.

EDES’de ayrıştırma olmadığı için toplumsal bütünleşme sağlanır yani insanlar takı tasarım kursunda birlikte olduğu engelli sokakta gördüğünde ne yapması gerektiğini bilir. Engelli bireylerin yaşam hakkına saygılı olmayı öğrenir.

6.Maddenin c fıkrasında;

Hizmetlerde katılımcı ve paylaşımcılığın esas alınması hedeflenmiştir.

EDES kapsayıcı ve bütünleştirici eğitim ortamları hazırladığı için katılımcı ve paylaşımcı ortamlar hazırlar.

6.Maddenin ç fıkrasında;

Hizmetlerin fırsat eşitliğine dayalı olması hedeflenmiştir.

EDES’de engelli bireyin yaşamı sınırlandırılmaz, sadece istediği eğitimi alması için ortam düzenlemesi yapılır. Bu ortam düzenlemesi engelli bireyin önüne konulan engelleri en az seviyeye indirdiği için fırsat eşitliği sağlar.

6.Maddenin d fıkrasında;

Hizmetlerin etkin, verimli, kaliteli, sürdürülebilir, ulaşılabilir, erişilebilir, ücretsiz veya indirimli olmasını sağlamak birimin temel çalışma ilkeleridir.

EDES uygulamaya konulduğunda yerel yönetimlerin engelli bireylere yönelik hizmetleri

Hizmetler etkin olacaktır; çünkü engelli bireyler yaşamın içinde var olmayı öğrenecektir. Bu da hem engelli bireylere topluma uyum olanağı verecek hem de insanlar engelli bireylerle yaşamaya alışacaktır.

Hizmetler verimli olacaktır; çünkü rehber personeller sayesinde altyapı, servis gibi giderler azalacaktır.

Aynı zamanda sosyal tesislerdeki tüm personel zamanla engelli bireylerle çalışma becerisini kazanacağı için engelli bireye hizmet veren eğitmen ihtiyacı çok azalacaktır.

Hizmetler kaliteli olacaktır; çünkü sistem engelli bireylerin takibini yaparak hizmetin kalitesini ölçmek için geri dönütler almayı ve veri tabanı oluşturmayı hedeflemektedir.

Hizmetler sürdürülebilir olacaktır; çünkü personellerin ve insanların deneyimi artacak ve empati gelişecektir.

Hizmetler ulaşılabilir ve erişilebilir olacaktır; çünkü tüm tesisler engelli bireylere hizmet verecektir.

Hizmetler ücretsiz veya indirimli olacaktır; bu mevcut uygulama devam ettirilecektir.

KAYNAKÇA:

Ulusal Veri Sistemi Nisan 2023

TÜİK 2021, Nüfus Araştırması

6 Eylül 2025

MADDE BAĞIMLILIĞI VE AİLE

HAZIRLAYAN: Merve DEMİRDÖVEN

mervedemirdoven23@gmail.com

Umudun Kadınları Dergisinden herkese merhabalar. Bu sayıda madde bağımlılığı ve aile konusunu ele almaya çalışacağım. Bağımlılığın gelişiminde aile nasıl bir rol oynar ve aile içerisinde bağımlı bir birey olduğunda bu durum aileyi nasıl etkiler gibi konulara değineceğim.

Öncelikle konuyla ilgili bazı genel kavram ve tanımları açıklamak istiyorum. Uyuşturucu bağımlılığı ve madde bağımlılığı ifadelerinin sıklıkla birbirleri yerine kullanıldığına şahit olmuşsunuzdur. Doğru olan kullanım madde bağımlılığı ifadesidir. Çünkü bağımlılık yapıcı bazı maddeler uyuşturucu, bazıları ise uyarıcı etkiye sahiptir. Uyarıcı ve uyuşturucu etkiye sahip olan maddelere örnek verebilirim ama madde isimlerini vermek pek uygun olmayacağından ötürü, sakıncalı olabileceği için bunu yapmayacağım. Fakat her iki grupta da yer alan maddeler bağımlılık yaptığı için bilimsel olarak kabul gören ifade, madde bağımlılığı ifadesidir.

Peki bağımlılık nedir? Bağımlılık kişinin zarar görmesine rağmen kullandığı maddeyi almaya devam etmesi veya bağımlı olduğu davranışı durduramamasıdır. Her madde kullanan kişi bağımlı değildir. Bir kişiye bağımlılık tanısı konulabilmesi için bazı ölçütler mevcuttur. Bu ölçütlerden birisi tolerans gelişimi dediğimiz durumdur. Yani kişi aynı hazzı yaşayabilmek için giderek daha yüksek miktarlarda madde kullanmaya gereksinim duyar. Diğer bir ölçüt ise madde bırakıldığında veya miktarı azaltıldığında yoksunluk semptomlarının ortaya çıkmasıdır. Yoksunluk semptomları fiziksel veya ruhsal olabilir. Ayrıca kullanılan maddenin türüne veya kullanım sıklığına göre yoksunluk semptomları değişir. Örneğim güçlü şekilde bağımlılık yapan maddelerden birisi kesildiğinde ortaya çıkan etkiler çok ciddi olmaktadır ve gribe benzer semptomlar görülmektedir. Kas ağrıları, bulantı, kusma, burun akıntısı, gözlerde yaşarma gibi gribe benzer semptomlar söz konusu olmaktadır. Kişinin fiziksel ve sosyal sorunlar yaşamasına rağmen madde kullanmaya devam etmesi, maddeyi bırakmak istemesine ve bu yönde güçlü adımlar atmasına, yoğun çaba sarf etmesine karşın başarılı olamaması, maddeyi temin etmek, madde kullanmak veya madde kullanımını denetlemek için aşırı zaman harcaması, fiziksel, sosyal, ailevi alanlarda madde kullanımına bağlı sorunlar ortaya çıkması da bu ölçütler arasında yer almaktadır.

Madde bağımlılığı tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de giderek artmaktadır. Madde kullanmaya başlama yaş ortalamasının düşmesi de madde kullanım yaygınlığını gösteren işaretlerden biridir. Ayrıca maddelerin isimlerinin giderek çeşitlenmesi de bu yaygınlık durumuna işaret etmektedir. Yani aynı maddenin farklı bölgelerde, farklı sosyal ortamlarda çok çeşitli isimleri olabilmektedir. Bu hem maddeyi kamufle etmek hem de satıcıların kullandığı bir strateji gibi düşünülebilir. Yani maddelere daha hoş, daha çekici isimler vererek madde kullanımı yaygınlaştırılmaya, özendirilmeye çalışılabilmektedir. Hepimiz biliriz, “Ottur zararı yoktur.” gibi bir deyim vardır. Bu deyim aslında kastedilen maddenin yaygınlığını göstermektedir. Madde kullanımının yaygınlaşmasında satıcıların kullandığı stratejilerde etkili olmaktadır. Her geçen gün yeni stratejilerle piyasaya yeni maddeler sokulmakta ve bu maddelerin kullanımı kolaylaştırılmaktadır. Son zamanlarda yeni bir madde piyasaya sürüldü. Bu madde sıvı biçiminde bir madde. A4 kâğıdına sıkılarak kullanılabilir. Kıyafetlere de sıkılabilen bir madde. Tespit etmek neredeyse imkânsız. Tespitinin zorlaşması da yaygınlaşmasını kolaylaştırıyor doğal olarak. Bu tür stratejiler söz konusu ve bunlara karşı uyanık olmak gerekiyor.

Madde kullanımı ve bağımlılığı kişi üzerinde çok büyük, çok ciddi etkilere sahip ama biz burada madde bağımlılığı ve aile ilişkisini ele alacağımız için bu konuya girmeyeceğim. Belki farklı bir içerikte madde bağımlılığının bireysel sonuçlarına değiniriz.

Literatürde bağımlılığın bir aile hastalığı olduğu söyleniyor. Çünkü bağımlılık hem aileyi etkileyen hem de aileden etkilenen bir hastalık. Bu ne demek oluyor? Öncelikle aile içerisinde bağımlılığı etkileyen, bağımlılığa yol açabilen bazı risk faktörleri var. Fakat baştan belirteyim, bu risk faktörlerinin var olması demek, o ailede yetişen, o ailede yaşayan herkesin bağımlı olacağı anlamına gelmiyor. Sadece bu bireylerin bağımlılık tehdidine karşı daha savunmasız olabilecekleri anlamına geliyor.

Bu risklerden birisi, genetik yatkınlık. Biliyoruz ki madde bağımlılığının gelişiminde kalıtımın önemli bir etkisi var. Yani ailesinde veya yakın akrabalarında bağımlılık öyküsü olan bireylerin genetik olarak madde bağımlılığına daha yatkın olabileceği söyleniyor. Yine vurgulayayım ki “Ailede ya da yakın akraba çevresinde bağımlı biri var. O zaman bizim çocuğumuz bağımlı olacak.” gibi bir düşünce doğru değildir. Çünkü çevresel faktörler, genetik yatkınlığı hafifletebiliyor veya aktive edebiliyor. O yüzden genetik yatkınlık söz konusuysa, bunu çevresel faktörleri iyileştirerek minimuma indirmek mümkün olabiliyor.

Diğer bir risk faktörü ise aile içerisinde alkol veya madde kullanımının olması veya bu davranışların onaylanması. Bazı ebeveynler çocuklarıyla birlikte oturup aynı masada alkol tüketebiliyorlar. Bu durumu da “Dışarıda başkaları ile kullanmasın, bizimle kullansın, her şeyini bize anlatsın, zaten biz arkadaş gibiyiz o yüzden beraber içiyoruz” şeklinde gerekçelendirebiliyorlar. Fakat bu durum çocuğun alkol veya madde kullanımını normalleştirmesine sebep olabiliyor.

Bazı ebeveyn tutumları da çocuğu alkol veya madde kullanımına yönltebiliyor. Örneğin çok mükemmeliyetçi ebeveynlerin çocuklarında madde bağımlılığı görülebiliyor. Ebeveynler çocuğun potansiyelinin çok üstünde beklentilere sahip olabiliyorlar ve çocuk bunları karşılayamadığında hem ailesine karşı kendini mahcup hissedebiliyor, utanç ve suçluluk duyguları taşıyabiliyor hem de kendisini başarısız ve değersiz hissedebiliyor. Dolayısıyla böylesine yoğun olumsuz hislerin üstesinden gelebilmek için bağımlılık gibi davranışlara yönelme ihtimali olabiliyor. Tabi bu çocuklar yalnızca bağımlı olmuyorlar. Farklı riskli davranışlara da yönelebiliyorlar ama bağımlılık da bu riskli davranışlar arasında yer alıyor.

Aile içerisinde şiddet, zorbalık varsa, aile içi ilişkiler zayıfsa da çocuk aileden uzaklaşabiliyor ve bağımlılık yapıcı maddeleri kullanabiliyor. Çocuğun ilgi, sevgi ve aidiyet gibi ihtiyaçlarının aile içerisinde karşılanmaması, çocuğu zamanla aileden uzaklaştırıp farklı sosyal çevrelerde bu ihtiyaçlarını gidermeye çalışmaya itebiliyor. Çocuğun ihtiyaçlarını karşılamaya çalıştığı arkadaş çevresinde bağımlılık yapıcı maddeler kullanılıyorsa, çocuk onay görebilmek ve kendini gruba ait hissedebilmek için madde kullanabiliyor.

Yine aileyle ilgili risk faktörlerinden birisi de ailenin çok düşük ya da çok yüksek sosyoekonomik düzeye sahip olması. Ailenin çok düşük sosyoekonomik düzeye sahip olması bir risk faktörü. Bunu duymuşuzdur, biliyoruz ama sosyoekonomik düzeyin yüksek olması da bir risk faktörü olabiliyor. Çünkü çocuğun paraya erişimi çok kolay, istediği mekanlara girip çıkabiliyor. Çoğunlukla bu çocukların her dedikleri yapılıyor ve sorumluluk duyguları gelişmemiş olabiliyor.

Aile içerisinde boşanma ya da ebeveyn kaybı gibi travmatik durumlar yaşandıysa, bu ailelerde yaşayan çocukların bağımlılık riski altında olduklarını söyleyebiliriz ama bu travmatik süreçlerin doğru şekilde yönetilmesi halinde risk minimuma inebiliyor.

Aile ile ilişkili daha birçok risk faktöründen bahsedebiliriz ama şunu hemen vurgulamak istiyorum ki aile çok sağlıklı olabiliyor. Aile de çocuğun bağımlı olmasına yol açabilecek herhangi bir faktör olmayabiliyor. Buna rağmen çocuk bağımlı olabiliyor. Bu durumda çocuğun arkadaş çevresi ve içinde bulunduğu sosyal ortamların aile tarafından denetlenmesi büyük önem taşıyor. Çünkü bağımlılık davranışı buralarda şekillenebiliyor. Çocuk bu tür ortamlarda, arkadaş çevresinde, okul çevresindeki arkadaş gruplarında bağımlılık yapıcı maddelerle tanışabiliyor.

Peki aile çocuğun bağımlı olduğunu nasıl anlayabilir? Bunu anlamak için özellikle dikkat edilmesi gereken birtakım fiziksel, duygusal ve sosyal işaretler var. Fiziksel belirtilerin başında gözbebeklerinde çok büyüme ya da küçülme, göz altlarında morluklar, gözlerde kızarma, bulantı, kusma gibi durumlar sayılabilir. Damar yoluyla madde kullanımı söz konusu ise bireyler kollarındaki iğne izlerini gizlemek adına yaz aylarında, hava çok sıcakken bile uzun kollu kıyafetler giyebiliyorlar. Gözlerdeki kızarmayı kamufle edebilmek için güneş gözlüğü takabiliyorlar. Öte yandan herhangi bir göz problemi olmamasına rağmen çocuğun etrafında, odasında, çantasında damla bulmaya başlarsanız, gözlerindeki kızarıklığı gidermek, kamufle etmek için kullanabiliyorlar bu tür damlaları. Ona da dikkat etmek gerekiyor. Çocuğum birdenbire çok fazla para harcamaya başlaması, eve geç gelmesi, önceden hiç bahsetmediği bir arkadaş çevresinden bahsetmeye başlaması, sosyal çevresinin değişmeye başlaması, okul başarısının düşmesi, uyku düzeninin bozulması gibi durumlar da bağımlılık işareti olarak yorumlanabilir. Duygularında çok yoğun iniş çıkışlar yaşanması da bağımlılığın başka bir belirtisidir.

Bu işaretlerden birini ya da birkaçını gördüğünüzde hemen “Çocuk bağımlı” deyip onu etiketlemek, öfkeli ve suçlayıcı tavırlar takınmak hiç doğru değil. Bir kere birkaç tanesinin varlığı, bağımlılığın mutlak işareti değildir ve bunlar bağımlılığın işareti dahi olsalar suçlamak, yargılamak veya öfkeli bir tutumla çocuğa yaklaşmak, çocuğu sizden uzaklaştıracak gibi, durumun daha da kötüleşmesine sebep olur.

Peki bağımlılık aileyi nasıl etkiliyor, biraz da bundan bahsedelim. Öncelikle çoğu aile ‘Benim çocuğum bağımlı olmaz’ gibi bir düşünceye sahip olabiliyor ama hepimiz bu tehditle karşı karşıyayız. Kimse kendine çok fazla güvenmemeli bu konuda. Her çocuk maalesef bağımlı olabilir ve ailelerin bu konuda dikkatli olmaları çok mühim. Aileler ilk öğrendiklerinde genellikle suçluluk ve utanç hissediyorlar. “Biz bu çocuğu iyi yetiştirmedik mi? Biz o kadar emek verdik, bir yerde yanlış mı yaptık?” gibi nedenlerle kendilerini suçlu hissedebiliyorlar. Utanç duyabiliyorlar. Elalem ne der diye bir kaygı taşıyabiliyorlar maalesef aileler. Eğer bir çocuk bağımlı olduysa elalemin ne diyeceğinin de çok bir önemi yok açıkçası. Hatta aileler çevreden utandıkları için sosyal ilişkilerini bozabiliyorlar. Bu da aile içerisinde bağımlı bir çocuk varsa, bununla baş edilmesi gerekiyorsa, sosyal ilişkilerin zayıflaması durumunda baş etme gücü düşeceği için tehlikeli olabiliyor. Yani bu tür durumlarda sosyal ilişkilerin özellikle güçlü olması gerekiyor ki aileye ekstra destek sağlasın. Çocuğu tedaviye götürecek aile ama yakın çevreden kimse görmesin diyerek bulundukları şehir dışındaki başka bir şehre tedavi için gidebiliyorlar. Tedavi sürecinde bile elalemin ne diyeceği çok önemli olabiliyor. Bağımlı bir çocuk için yer değişikliği faydalı olabilse de tedavi için uzaklaştırılmak kendisini çok daha kötü hissetmesine de sebep olabilir. “Ailem benden utanıyor, beni bulduğum çevreden uzaklaştırmaya çalışıyor” diye düşünebilir.

Çocuğu tehdit etmek: Bunu bazı ebeveynler yapıyor. “Kullanırsan sana şunu şunu yaparım, bu eve gelemezsin, para vermem, döverim, söverim...” gibi tehditler savurabiliyorlar. Bu tehditler çocuğun bir süre madde kullanımından uzak durmasını sağlayabilir ama bir süre sonra madde

kullanımına devam eder ve size yalan söyler. Bir şekilde kullanımın yolunu bulabilir. Dolayısıyla tehdit etmekten kaçınmak, birlikte hareket etmek gerekiyor.

Çocuğu mümkün olduğunca tedaviye motive etmek için çaba sarf edinmesi gerekiyor. Çocuğu tedaviye ikna etmek mümkün olmadığında, bunu zorla yapamıyoruz. O yüzden en azından aile bireylerinin danışmanlık hizmeti almaları, bu süreçle daha etkili şekilde başa çıkmak için faydalı olabiliyor. Ailenin danışmanlık hizmeti alması, bu konuda çözüm araması, çocuğu ya da genci de etkileyebiliyor. Onu da tedavi için motive edebiliyor.

Aile içerisinde birisi bağımlı olduğunda çocuk, genç ya da yetişkin fark etmez, aile bireylerinin tüm dikkati bu bireye odaklanabiliyor. Onu kurtarmak için çok yoğun çaba sarf ediyorlar. Bu bireyin üzerine titiriyorlar. O ne derse yapıyorlar. Bu çok tehlikeli bir durum. Çünkü birincisi, kişi çok fazla ilgi görüyor madde kullanımı nedeniyle. Bu ilgiyi koruyabilmek için madde kullanımına devam etme riski olabiliyor. İkincisi, aile üyeleri tüm dikkatlerini bağımlı bireye odakladıklarında ailenin diğer üyeleri ihmal edilebiliyor. Ayrıca aile bireyleri kendi yaşamları ile ilgilenmeyi bırakabiliyorlar ve bu da onların baş etme güçlerini düşürebiliyor, kendi sağlıklarını olumsuz etkileyebiliyor. Tabii aile bireyleri bağımlı kişiyle çok fazla ilgilenerek aslında onu aile içerisinde tutmaya, bir şekilde ona yardımcı olmaya çalışıyorlar ama bu onun tedavi motivasyonunu olumsuz yönde etkileyebilen bir durum olabiliyor. Bağımlılık süreci çok fazla ilerlediyse, ailenin desteğini minimuma indirmesi de gerekebiliyor. Çocuk bağımlıysa, ona para vermek çok doğru olmuyor. En azından gitsin bir simit alsın diye bile para vermemek gerekiyor. Bunun yerine, mesela akbilini doldurmak ya da yemek fişi almak gibi yöntemler geliştirmek gerekiyor.

Bazen madde bağımlısı olan birey maddeyi bırakmaya karar vermesine ve tedavi sürecinin başlamasına rağmen aile sürekli uyarılmış bir durumda olabiliyor. Sürekli çocuğu kontrol etmeye çalışmak, çocuğu sürekli sorgulamak gibi durumlar söz konusu olduğunda, çocuk hem tedavi sürecine devam etmek istemeyebiliyor hem de aileden uzaklaşabiliyor. Bu süreçte ailenin çocukla ya da bağımlı olan kişiyle ilişkilerini daha da sağlamlaştırması gerekiyor tam aksine.

Ailenin tüm odağı çocuğun maddeden uzak durması olduğu için her yemek saatinde, her konuşmada, her birlikte geçirilen vakitte çocuğu sorgulamak, madde kullanımıyla ilgili konuşmak, süreci sekteye uğratabiliyor. Ayrıca bu süreçte daha önceden ailede yaşanan herhangi bir çatışma varsa, bu çatışmanın ertelenmesi gerekiyor. Çocuğa bol bol nasihat vermek hiçbir işe yaramıyor. Nasihat vermek, iletişim kanallarını kapatıyor çünkü.

Bu süreçte çocuğun tabii ki belli oranda denetlenmesi gerekiyor. Kimlerle görüşüyor, arkadaş çevresi kimlerden oluşuyor, nereye gidiyor, nereye geliyor? Yani belli ölçüde derken, daha öncesine göre biraz daha fazla denetlenmesi gerekiyor. Bunu çocukla paylaşmak etkili olabiliyor. Yani “Evet şimdi sen tedavi sürecindesin ve böyle de bir davranış var. Bununla birlikte mücadele ediyoruz.

Seni denetlememiz, arkadaşlarınla ilgili sorular sormamız, daha fazla kural koymamız, tamamen bu sürecin başarılı olabilmesi için aldığımız önlemler diye açıklama yapılabilir. Çok nazik bir dille bu durum anlatılmaya çalışılabilir. Çocuğun yaşına göre de bir açıklama yapmak, uygun bir dil kullanmak gerekir. Mümkün olduğunca şeffaf olmak yani ne kadar mümkün olursa o kadar şeffaf olmak önemli. Size güvenini kırabilecek herhangi bir harekette bulunmamak çok önemli oluyor. Eğer güveni kırılırsa, sürecin başarıya ulaşma şansı çok düşüyor çünkü.

Tedavi sürecine ailenin katılımı önemli. Yalnızca bağımlı kişinin tedavi sürecine dahil olması yeterli olmuyor. Bağımlı kişi tedavi görürken ailenin de aile odaklı tedavi programlarına katılması gerekiyor. Bağımlılık nasıl bir süreçtir, bağımlı birinde ne gibi davranışlar gözlemlenir, ne gibi

davranış değişimleri olur, nasıl yaklaşılması gerekir? gibi konularda verilen eğitimler almaları çok faydalı oluyor.

Umarım bu yazı faydalı olmuştur.

19 Eylöl 2025

TARİHİN KADIN YÜZLERİ GEORGE SAND

YAZAN: Nalan Yılmaz

nalanylmz@yahoo.com

Öncü Bir Kadın

Aykırı Portrelerin bu sayısının konuğu, “Günün birinde dünya beni tanıyacak ve anlayacak. Öyle bir gün gelmese bile benim için pek önemi yok. Ben başka kadınların önünü açmış olacağım,” diyecek kadar kendinden emin bir kadın yazar, George Sand.

Tarihte pantolonu ilk giyen kadın kimdir bilinmez ancak Sand rahat giyim tarzının öncülerinden. Erkek giysilerinin ekonomik olması, her ortamda rahatlık sunması, ata yan değil de erkekler gibi binme olanağı vermesi gibi nedenlerle günlük yaşamında erkekler gibi pantolon, şapka, ceket giymeyi tercih etti. Bununla da kalmadı, o yıllarda bir kadının sigara içmesi tepkiyle karşılanırken açık alanlarda dahi sigara içmekten çekinmedi.

Amantine-Aurore-Lucile Dupin / Barones Dudevant / George Sand. Bu isimler ona ait. Ailesi ona Aurore diye hitap ederken yazma eyleminden sonra çevresi onu almış olduğu takma isimle (George) çağırmaya başladı.

1 Temmuz 1804’de Fransa’da doğdu. Babasının soyu krallara, askerlere dayanırken annesi alt tabakaya mensup, küçük rollerde tiyatrodan oynayan, bağımsızlığına düşkün bir kadındı. Bu birbirine zıt sosyoekonomik kökler onun gelişiminde önemli rol oynadı.

Kadının edebiyattaki yolu her zaman zorluklarla, engellerle dolu oldu. Bin sekiz yüzlü yıllarda kadınsanız ve yazdıklarınız beğenilmezse en ağır eleştirilere, alaylara hazırlıklı olmak durumundaydınız. Eğer yazdıklarınız kötü değil de sanatçıların, toplumun dikkatini çekmişse bu kez eserin aslında başkası tarafından yazılmış olduğu iddiasıyla karşı karşıya kalabilirdiniz. İşte bu koşullar onu yazın dünyasına erkek adıyla atılmaya zorladı. Aynı durumu Türk edebiyatında da görürüz. Örneğin Fatma Aliye Hanım, Fransızcadan tercüme ettiği Meram adlı romanı, “Bir Kadın” imzasıyla yayımlamış, Suat Derviş ise kendi adı Hatice Saadet Baraner’i yazın dünyasında kullanmamıştır.

Sand, dört yaşında babasını kaybetti. Hemen ardından annesinden uzaklaştırılarak bir anlamda onu da kaybetmiş oldu. Bir opera şarkıcısının kızı olmasına karşın Ancien Regime 1 (Eski Rejim) aristokratı gibi yaşayan ve torununu da kendi yöntemlerine göre yetiştirmeyi kafasına koyan büyükanne, oğlunun ölümünün ardından geliniyle resmi bir sözleşme yaptı,

Dip not1: Devrim öncesi Fransa'nın sosyal yapısı, "din adamları", "soylular", "üçüncü sınıf" olarak belirlenmiştir ancak bu ayırım sosyal bir tespit olmayıp hukuki olarak yapılmış ayırımdır.

kendince onun, "üçüncü sınıf" birey olarak yetiştirilmesine engel olmak istedi. Yapılan sözleşme gereği anne, kızının eğitimini olduğu gibi büyükanneye bıraktı. Tam da bu noktada, sözleşmenin mantığını anlayabilmek için, Sand'ın anne babasının tanışmaları, evlilikleri ve kayınvalidenin bu beraberliğe bakışı hakkında biraz ipucu vermek yerinde olacak. Bir kuş tüccarının kızı olan Sophie-Antoniette-Victoire Delabord (George Sand'ın annesi) kendini soylular sınıfında gören kayınvalide için hiç de uygun bir gelin adayı değildir, halktan bir insandır, evlilik dışı bir kızı (Caroline) vardır. Ancak genç subay olan oğlu Maurice Dupin, Sophie'i sevmektedir ve ikili evlilik dışı bir oğula (Hippolyte Chatiron) sahiptir. Soylu anne ne yapsam nasıl etsem de oğlumu bu kadından kurtarsam derken olanlar olur ve George Sand'ın doğmasına bir ay kala, âşıklar resmen evlenirler. Evliliği haber alan anne hemen Paris'e giderek engel olmaya çalışsa da geç kalmıştır.

Annesinden ayrılmak zorunda bırakılan, onun yokluğuyla acı çeken Sand için yaşam oldukça zordu. Buna ek olan bir de büyükannesinin bitmeyen kuralları vardı. Dik durmak, eldiven takmak, sessiz olmak, mutfığa adım atmamak... Neden olduğunu anlayamadığı pek çok şeyi yapmak ya da yapmamak zorundaydı. Kendisi yıllar sonra yazdığı anılarında büyükannesiyle ilgili şu yorumu yapıyordu, "Bir duruş kazanmam istendiğinden bana pek de çocuk gibi davranmıyor ve annemin ısrarla baskı altına almaktan kaçındığı doğamı geri dönüşsüz biçimde yitirmemi istiyordu." Oysa henüz yedi yaşındaydı! Duyguları, enerjisi ise şu satırlarda yazdığı gibiydi, "Dışarıda havlayan bir köpek, bahçede öten bir kuş içimi kıpır kıpır ediyordu. Köpek ya da kuşun yerinde olmak istiyordum."

Sonunda Sand, ona yetemediğini, yeterince disipline edemediğini düşünen büyükannesi tarafından İngilizler Manastır'ına yollandı. Burada geçen yıllar ise gerçek bir hapislikti. Ayda sadece iki kez dışarı çıkma izinleri vardı ve bir de Noel gecesi manastır dışında konaklama hakkına sahipti. Sand buradaki üç yılını şöyle tanımlar, "İlk yıl, dönüşmeye başladığım o korkunç çocuğun daha da beteri haldeydim. Zira bir tür umutsuzluk, en azından duygularımla ilgili bir umutsuzluk kendimi yaramazlıklarla oyalamaya ve sarhoş etmeye itiyordu beni. İkinci yıl, neredeyse ateşli ve saldırgan bir sofuya dönüştüm. Üçüncü yıl, sakin, içe kapalı ve neşeli bir yürekten bağlılık durumunu sürdürdüm... İşte Manastırdaki hayatımın özeti."

Manastırdan ayrıldıktan sonra karşısına çıkan Baron Casmire’in gösterdiği yakınlıktan hoşnut olup onunla evlendiğinde henüz on sekiz yaşındaydı. Bu evlilikten bir oğlu bir de kızı oldu. Karı kocanın beraberliği bir süre sonra sıradanlaşınca, yılın belli dönemlerini, kızıyla birlikte Paris’te geçirmek için kocasından izin aldı. Kocasına ona bir miktar destekte bulunacaktı ancak o ev idaresi hakkında hiçbir şey bilmiyordu ve sanatla kucaklaşmak isteyen yalnız kadınlar için Paris çok pahalı bir şehirdi. Narin ayakkabılar başlı başına sorundu ya sürekli ayakkabı almak gerekiyordu ya da ulaşım için at arabası kiralamak. Kabarık elbiselerle sokakta dolaşmak, etek uçlarını kaldırarak yürümek ise özel bir çaba gerektiriyordu bu kılıkla uzun mesafeler kat etmek olası değildi. Neyse ki Sand’ın örnek alabileceği annesi vardı. Babasının, paralarının az olduğu dönemde karısına erkek giysileriyle gezebileceği önerisinde bulunduğunu, bu şekilde çok ciddi tasarruf yaptıklarını biliyordu. İlk iş olarak kendine bir redingot, şapka, yelek, postal aldı ve dışarıya için bunları kullanmaya başladı. Artık bir erkek gibi görünüyor, istediği saatte istediği yere gidebiliyordu. Aradan yıllar geçtiğinde “Çocukluğum boyunca erkek kıyafetleri ile gezmiş olduğumdan, benim için yeni bir durum olmayan bu eski kıyafetleri tekrar giymek beni şaşırtmadı,” diye yazacaktı “Hayatımın Hikâyesi” kitabına.

Giyim kuşam konusunda Sand oldukça şanslıydı. Çok değil, yaklaşık on beş yirmi yıl sonra, Amerika’da, sokakta pantolon giyme cesaretini göstermiş olan kadın hakları savunucusu Elizabeth Smith Miller ise Sand kadar şanslı olamayacaktı. Çevresinden destek göremeyeceği gibi kıyasıya eleştirilecekti.

Giysi değişikliğiyle ciddi bir tasarruf sağlamıştı ancak kocasından gelen kısıtlı para, ayakta durmasına yetmiyordu. Bunun üzerine karakalem ve suluboya resimler yaptı, minik tahta eşyalar boyadı. Bunların satışından kayda değer bir kazanç elde edemeyince bunlara ilaveten dikiş dikmeye başladı. Ancak tüm bunlar geçimini sağlamaya yetmiyordu. Bunun üzerine bir süre gazetelere çeşitli konularda yazılar yazdı. Gazetecilik sayesinde az kelimeyle çok şey anlatmanın pratiklerini yapmış oldu. Ancak yazacaksam edebi metinler yazmalıyım diye düşünüyordu ve yazmayla ilişkisini şu cümlelerle açıklıyordu. “Hızlı ve kolay yazıyordum. Uzun süre yorulmadan yazmaya devam edebiliyordum. Beynimin içinde uyuşmuş halde duran düşünceler, kalemi elime alır almaz uyanıyor ve bilinç akışıyla birbirine zincirleniyordu...”

Sonuç olarak yapabileceğim küçük işler arasında edebiyat bana meslek olarak en çok başarı, daha doğrusu ekmek parası vaat eden meslekti.” (Bu cümle, o yıllardaki kitap satışları ve yazarlara ödenen telifler hakkında bize iyi bir fikir veriyor)

Yazdığı ilk metin “Evden Birinin Hayatı ve Ölümü” adlı şiirdi. Şiire konu olan canlı ise çekmecedeki beslediği ocak çekirgesi idi. Onu bir kaza sonucu pencere pervazında ezilmiş bulunca bir tatula (boru) çiçeğine sardı, cansız bedenini uzun süre sakladı ve bu şiiri yazdı.

Uzak mesafelerin de katkısıyla kocasıyla iletişimi iyice azalan Sand ile kendisine ilgi gösteren, edebiyat aşığı genç Jules Sandeau arasında başlayan duygusal yakınlık kısa zamanda aşka dönüştü ve Sand ilk eserini onunla ortaklaşa yazdı. Pembe ve Beyaz (Rose et Blanche) isimli roman Jules Sand imzasıyla basıldı. Roman oldukça ilgi gördü. Bunun verdiği heyecanla Sand, ilk romanı İndiana'yı tek başına yazdı ve kitap bu sefer kendine uygun görmüş olduğu George Sand adıyla basıldı. Zaman içerisinde, takma isim kullanmasını eleştirenlere yanıtı ise “Bana verdikleri ismi, daha sonra tek başıma ve kendi kendime yarattım. Onu bir marka haline getirdim. Bir başkasının emeğini sömürmedim. Hiç kimseden bir sayfa ya da bir satır almadım, çalmadım,” oldu.

Sand'ın roman yazmaktaki amacı her ne kadar geçim kaygısından olsa da o aynı zamanda kadının ikinci sınıf varlık olarak görülmesinden rahatsızdı. Düşüncesine göre, birey olmak her kadının hakkıydı ve onlar da erkeklere tanınan özgürlüklere sahip olmalıydı. İşte İndiana romanını bu düşüncelerle kaleme aldı ve onu bir başkaldırı romanı olarak niteledi.

İlk romanın ardından Valentine isimli roman basıldı ve bu kitap çok dikkat çekti. Eleştirmenler, gazeteler, kitaptan övgüyle bahsetti. Onlara göre yazar, insan ruhunun derinliklerini böylesine güzel anlatabilmek için muhtemelen bir kadından yardım almış olmalıydı (!)

Sand giyimi, eserleriyle olduğu kadar aşklarıyla da çok konuşulan bir kadın oldu. Uzun yıllar uzak yaşadığı eşinden ayrıldıktan sonra hayatını etkileyen iki büyük aşk yaşadı. Bunlardan biri Fransız edebiyatının önemli şairlerinden ve yazarlarından Alfred de Musset diğeri Polonyalı piyanist, besteci Chopin'di.

Musset ile olan aşkı, oldukça çalkantılı bir sürece sahipti. Her iki yazar da ayrıldıktan sonra aşklarını kitaplarına konu ederek ölümsüzleştirdiler. Musset, tek romanı olan “Bir Zamane Çocuğu'nun İtirafı”nda, George Sand ise “Therese ve Laurent” isimli kitabında birlikteliklerini anlattılar.

Chopin'le olan ilişkisi ise olumsuz düşünce ve duygularla başladı ve on yıl kadar sürdü. Erkek gibi giyindiği, sigara içtiği için Chopin onun için, “Ne sevimsiz kadın bu Sand! Acaba hakikaten kadın mı? Şüphem var,” derken Sand da onun için “Bu Mösyö Chopin bir genç kız mıdır, nedir?” diye çevresine yakınmaktaydı. Ancak Franz Liszt'in verdiği bir davette Sand'ın buzları çözüldü. Chopin'in o geceki piyano konseri muhteşemdi ve o da çok etkilenmişti. Davetten ayrılırken onu, Nohant'taki malikhanesine davet etti. Chopin, o gece bu davete nazikçe hayır demiş olsa da daha sonra Nohant'a gitti ve ikili yedi yılı birlikte geçirdi. Bu dönem, bestecinin en verimli yılları oldu.

Üretken, aykırı kadın Sand'ı, Balzac edebiyatın en parlak örneklerinden sayarken, Baudelaire, "Tüylerim diken diken olmadan düşünemiyorum, bu aptal yaratık hiçbir zaman sanatçı olamadı," dedi. Dostoyevski ise onun ölümünün ardından, "George Sand Öldü mü?" başlıklı makalesinde yazardan büyük övgülerle söz etti, "Gerorge Sand çağdaşlarımızdan biri, otuzlu ve kırklı yılların gerçek bir idealistiydi. En karanlık ülküselliğe tutkun, en gerçekleştirilemez arzularca işlenen güçlü, muhteşem ama yine de öylesine hastalıklı yüzyılımızda, bu isim oradan, kutsal mucizeler ülkesinden gelip bizde, 'daima' gelecek yoksunluğu içindeki Rusya'mızda onca düşünce, hülya, güçlü, kutsal ve soylu coşku, onca hayati zihinsel faaliyet ve değerli inanç uyandırmış olan o isimlerden biridir!"

19.yy Fransa'sının en ünlü kadın yazarı olan George Sand 1876 yılında öldüğünde 37 romana ve 20 civarı oyuna imza atmıştı. 1837'de yazdığı "Mauprat" isimli romanı en önemli eseri olarak nitelenir. Anılarının bir bölümünü ise "Hayatımın Hikayesi" adlı kitabında topladı.

KAYNAKÇA:

- Zizek, S. (2009). Matrix: Ya da Sapkınlığın İki Yüzü. Bahadır Turan (Çev.). İstanbul: Encore.
- SAND G. (2006). Hayatımın Hikâyesi. Birsal Uzman (Çev.). İstanbul. Oğlak Yayıncılık ve Reklamcılık Ltd. Şti.
- GÜZEL E. (2006) Yüksek Lisans Tezi: George Sand'ın Indiana Adlı Romanında Kadın İmgesi. Ankara. Ankara Üniversitesi, Fransız Dili ve Edebiyatı.
- DOSTOYEVSKİ. (2013). George Sand Öldü mü? Neslihan Özakıncı (Çev.). İstanbul. Kafekültür Yayıncılık.
- BİTİK B. (2009). Yüksek Lisans Tezi: Okurunu Arayan Romanlar: 19.Yüzyıl Osmanlı-Türk Romanlarında Okur Profili. Ankara. Bilkent Üniversitesi. <http://www.thesis.bilkent.edu.tr/0006061.pdf>

YILDIZ GEZGİNİ ÜZERİNE

YAZAN: Emine KAMÇI

eminekamci@hotmail.com

Jack London'ın 'Yıldız Gezgini' kitabını okurken birden düşüncelerim çok eskilere kayd. Oldum olası Jack London'ın kitaplarını okumayı severim. Onun kitaplarında macera, farklı dünyalar, insan yaşamının farklı evreleri, dahası, insanın gerçek yüzü vardır.

Ben de maceralı kitapları severdim ve yıllar önce Jack London'ın okumuş olduğum 'Dehşet Ülkesinde' adlı kitabında anlattığı dehşetli geçen ayları, yılları, ben birkaç günde yaşadım. Yaşatılan vahşeti içimde, yüreğimin ta derinliklerinde hissettim.

Ölümü tanıdım çok yakından. Vahşi kafatası avcılarıyla iç içe oldum. Sonra, barınaklarına gittim ve onca beyazın acı sonunu gördüm. Yakılan ateşler üzerinde sallanan başların dumanlarını, ciğerlerime doldurdum ve kin üfledim, nefret üfledim her bir yana.

Güçlü sevgiler, aşklar tanıdım. Sabır ve sağduyu sonucu kazanılan aşkı gördüm. Umut ve sevgi bir arada hep yeşil kalmış ve sabırla beslenmişti.

‘Yıldız Gezgini’ndeki tabloysa biraz farklıydı. Yine suç vardı, ölüm vardı ama içerik başka, nedenler bambaşkaydı. Kitabı tamamen anlatmak niyetinde değilim. Benim ilgimi çeken, farklı unsurlardı. Örneğin mahkumların hücreler arasında iletişim kurma, anlaşma yöntemleri çok ilginçti. Alfabedeki harfleri bir sıraya koymak suretiyle duvarı yumruklayarak şifreli bir biçimde konuşmadan bir dil oluşturmuşlardı. Ancak bu konuşma sisteminde gürültü olduğundan mahkumlar her defasında gardiyan tarafından bağlanarak cezalandırılıyorlardı

Mahkumlardan biri yani romanın baş kahramanı, başka yaşamlardan, başka dünyalardan söz ediyordu. Gözlerinin önünde birtakım imgelerin canlandığını fakat bu yaşamında söz konusu görüntülerin hiçbir zaman yer almadığını ifade ederken yine de bütün bunların kendisine gerçekten yaşanmış gibi geldiğini savunuyordu.

Diğer yandan, uzun süre karanlığa maruz bırakılan mahkumların gözleri, ışığa kavuşunca körlük yaşıyordu. Gerçek sanılan yalanlar zorla söylenilmek isteniyor, bunları itiraf etmeyen mahkumlarsa bir daha, bir daha acımasızca işkenceye maruz bırakılıyordu. Bu mahkumların bir bölümü roman kahramanı gibi asılmayı bekliyor, bir kısmı da müebbetle çarptırılıyordu. Olası bir hata ya da bir suç sonunda o mahkûma brandadan oluşan deli gömleği giydirilip sınıksız bağlanıyordu. Bu duruma dayanamayan bazı mahkumlar, kısa zamanda çıldırıp tımarhaneyi boyluyorlardı. Kimileriye deli gömleğine girdikten bir saat kadar sonra ölüyor ya da bir zaman sonra kötürüm kalıyordu. Romanın başkarakterlerinden biriye çektiği acılardan sonra gömleğin içindeyken ayaklarından başlamak üzere tüm bedenini aşama aşama böldürerek ya da yok sayarak ruhunu bedeninden ayırma deneyimi yaşıyor, böylelikle tüm acılarından kurtuluyordu. Birkaç kez başarıyla uyguladığı bu deneyimini, diğer hücrelerdekilere de anlatıyor ve öneriyordu. Sonuç olarak, beden üzerindeki ruhun efendiliğine inanıyordu.

Derken tek bir zihin halindeyken ışık çakışlarıyla ayrılıp uzaklaşmayı deneyimliyordu. Bir sıçrayışta hapishanenin duvarlarını, çatısını aşp California göklerinden yıldızlara ulaşıyordu. Daha sonra da yanlış bir deneyim sonucu sarsıntılı, yıkıcı ızdıraplı bir kopuş yaşayarak yeniden kendini hücresinde buluyordu. Yine onun kafasında hayalle gerçek birbirine karışıyordu. Geçmiş, geleceği ve şimdiki durumu. Aşkları, ölümün korkunç yüzü, çocukluğunun öfkeli çığlığı ve daha birçok görüntüye tutsak oluyordu. Henüz küçük bir çocukken bile iyi bir Yıldız Gezgini’ olduğunun bilincini taşıyordu.

Bana gelince, otuz küsur yıl önce başkarakterin deneyimlediklerinin küçük bir benzerini yaşamıştım. Çok yorgun olduğum günün gecesinde, yatağıma yatmış, tüm bedenimi gevşeterek uykuyu çağırmıştım. Ancak uyku yerine, başka bir şey gelmişti. Yorganı başıma dek çektiğim halde, yatağın içi ışıkla dolmuştu. Büyük kameraların ışığı gibi televizyon ekranının ışığı gibiydi bunlar. Bense bu aydınlığın ortasında ürpertiyle, döne döne yukarıya doğru yükseliyordum. Bu deneyimden aklımda kalanlardan biri de yükselirken dört bir yanımda hissetmiş olduğum esintiydi. Sanırım ürpermemin nedeni de buydu. Kısa bir süre sonra bu esinti ve yükselme duygusu beni korkuttu ve bütün gücümle kendimi sarsarak geri döndüm. ‘Döndüm’ diyorum, çünkü bu durumu yalnızca bu sözcükle açıklayabilirdim. Yatağıma hissetmeye başladığımda korktuğum için kendime biraz kızdım. Oysa düşününce öyle korkulacak da bir deneyim olmadığını fark etmiştim.

Sonraları bu yaşadıklarımı başkalarına anlattığımda, çoğu bana inanmadı. Ancak ben yaşadıklarımın emindim. Astral seyahat diye bir şey vardı ve bazı insanlar buna inandığını söylüyordu. Dahası, bazı kitaplar bu gibi deneyimlerle doluydu. Tabii ki bugün ben, böyle şeylere takıldığımı söylemeyeceğim. Ancak o gün yaşadıklarımı da kesinlikle yadsıyamam. Bugün şunları düşünmeden edemiyorum. Ben de astral seyahate çıksam; ruhtan bedenimle, nurdan ayaklarımla yıldızlarda bir bir gezinsem; son olarak da dünyamıza gelsem ve ne kadar kötü varsa o kötü başları üzerinde nurdan ayaklarımla ter ter tepinsem; ayaklarımla nur ateşleriyle o kötü başları yakıp yok etsem.

Kötülerin ve tüm kötülüklerin yok olması dileklerimle.

Umutla kalın.

BİLİM DÜNYASINDA BU AY EYLÜL

HAZIRLAYAN: Selvet BAYRAKTAR TOKAT

selvetbayraktarr@hotmail.com

Merhabalar değerli Umudun Kadınları Dergisi takipçileri. Birbirinden farklı araştırma ve bilgilerden oluşan bir köşeyle sizlerle. Haydi öyleyse önce başlıklar:

- 'Günde 2 Litre Su İçin' Sözü Yalan Çıktı! Uzmanlardan Şaşırtan Açıklama!
- Dedikodu Yapmak Meğer Faydalıymış
- Bilim İnsanlarından Tarihi Keşif: Yakın Gözlükler Tarihe Mi Karışıyor?
- Araştırma Ezber Bozdu: Beklenmedik Yaş Grubu En Mutsuz Çıktı
- Ev İşİ Yapmanın Ömrü Uzattığı Ortaya Çıktı
- Yaşlıların Gribe Karşı Savunmasızlığının Nedeni Bulundu

Günde 2 Litre Su İçin' Sözü Yalan Çıktı! Uzmanlardan Şaşırtan Açıklama!

Bilim dergisi Science’da yapılan araştırma, 23 ülkeden 5 bin 600 kişi üzerinde yapıldı. Sonuçlara göre, herkes için geçerli sabit bir su ihtiyacı bulunmuyor. Günlük tüketilmesi gereken su miktarı; yaş, kilo, yaşam tarzı, iklim koşulları ve fiziksel aktivite düzeyi gibi birçok faktöre bağlı olarak

değişiyor.

Örneğin sıcak havada ağır işte çalışan bir kişi, serin ortamda masa başında çalışan bir kişiden çok daha fazla suya ihtiyaç duyuyor. Uzmanlara göre su içmek için en güvenilir gösterge “susama hissi”. Vücut susuz kaldığında bunu ağız kuruluğu, yorgunluk ve koyu renkli idrar gibi işaretlerle belli ediyor. Susuzluk hissetmiyorken zorla su içmenin doğru olmadığı vurgulanıyor. Araştırmaya göre, “herkes için günde 2 litre su” önerisi geçerliliğini yitirdi. Su tüketimi kişisel ihtiyaçlara göre belirlenmeli. Uzmanlar, vücudu dinleyerek doğal sinyallere göre su içmenin en sağlıklı yöntem olduğunu vurguluyor.

Dedikodu Yapmak Meğer Faydalıymış

Washington Eyalet Üniversitesi’nden davranış bilimci Dr. Nicole Hagen Hess, dedikodunun sanıldığından çok daha karmaşık bir iletişim biçimi olduğunu belirtti. Hess, “Dedikodu kötü niyetli sözlerden ziyade, sosyal çevrede bilgi paylaşımının bir yoludur. İnsanlar başkalarının güvenilirliği ya da davranışları hakkında fikir alışverişi yaparak kime güvenebileceğini belirler” dedi. Oxford Üniversitesi’nden evrimsel antropoloji profesörü Robin Dunbar ise dedikodu eğilimini primatların tüy temizleme davranışına benzetti. Dunbar’a göre bu tür iletişim, yalnızca kişisel bakım amacı taşıyor, aynı zamanda grup içi bağların güçlenmesini ve sosyal hiyerarşide yer edinmeyi de kolaylaştırıyor. Dartmouth Üniversitesi’nde yapılan deneyler, dedikodunun sosyal dayanışmayı artırdığını ortaya koydu. Araştırmaya katılanların, başkalarıyla dedikodu yapabildikleri koşullarda daha fazla empati kurduğu ve ortak karar süreçlerine daha istekli katıldıkları belirlendi. Ayrıca bu kişilerin, grup içindeki sosyal oyunlarda daha fazla maddi katkıda bulundukları gözlemlendi.

Bilim İnsanlarından Tarihi Keşif: Yakın Gözlükler Tarihe Mi Karışıyor?

Yakını daha net görmeyi sağlayan okuma gözlükleri, dünyada milyonlarca kişinin reçete okumasına, mesaj yazmasına ve kitap okumasına yardımcı oluyor.

Ancak yeni bir çalışma, yakın görmeyi kalıcı biçimde iyileştirebilecek 'yenilikçi bir göz damlasının', bu durumu kökten değiştirebileceğini ortaya koydu.

Presbiyopi (yaşla birlikte gözün yakına odaklama yeteneğinin azalması) alanında uzman araştırmacılar, 766 hastayı kapsayan bir çalışma yürüttü.

Sonuçlara göre, damlayı kullananların çoğu Jaeger yakın görme çizelgesinde 2–3 satır (veya daha fazla) ilerleme kaydetti.

Bu da gözlüksüz okuma becerisinde 'belirgin bir iyileşme' anlamına geliyor. Çalışmada kullanılan damla iki etkin madde içeriyor:

Pilokarpin (Pilocarpine): Göz bebeğini daraltır, odak ayarlamasında görevli siliyer kasın kasılmasını tetikler.

Diklofenak (Diclofenac): Pilokarpinin yol açabileceği iltihap ve rahatsızlığı azaltır.

Katılımcılar damlayı günde iki kez (uyandıktan sonra ve yaklaşık 6 saat sonra) uyguladı; bazı durumlarda ise üçüncü doz, 'isteğe bağlı' kullanıldı. Araştırmacılar, ilk uygulamadan 1 saat sonra yakın okuma performansını ölçtü; ortalama 3,45 satır iyileşme kaydedildi.

En önemlisi de bu gelişmenin geçici olmaması ve iki yıl süren çalışma boyunca korunması oldu.

Çalışmanın sonuçları, Avrupa Katarakt ve Refraktif Cerrahi Derneği'nin 43. kongresinde sunuldu ve göz hekimleri ile uzmanlardan geniş ilgi gördü.

Araştırma Ezber Bozdu: Beklenmedik Yaş Grubu En Mutsuz Çıktı

Uzun yıllardır toplumda yaygın olan “insanlar en mutsuz dönemlerini 40’lı yaşlarda yaşar” görüşü, yeni bulgularla sarsıldı.

ABD ve İngiltere’den bilim insanlarının yaptığı kapsamlı araştırma, 18-24 yaş arasındaki gençlerin 44 ülke genelinde en mutsuz kesim olduğunu ortaya koydu.

Özellikle 2014’ten bu yana Z kuşağının ruh sağlığında belirgin bir bozulma gözlemlenirken, COVID-19 pandemisi bu tabloyu daha da ağırlaştırdı. Araştırma, gençlerin okul devamsızlığının arttığını, öğrenme güçlüklerinin yükseldiğini ve zihinsel sorunlar nedeniyle iş gücünden çekilen gençlerin sayısında artış yaşandığını ortaya koydu.

Özellikle genç kadınlar bu süreçten erkeklere kıyasla daha fazla olumsuz etkileniyor. ABD verilerine göre genç kadınların mutsuzluk oranı 2009’da %5,6 iken, 2024’te %9,3’e çıktı. Dartmouth College ve University College London araştırmacıları, 44 ülkede yürüttükleri çalışmada Z kuşağının neredeyse yarısının ruh sağlığı sorunları riski altında olduğunu saptadı.

25 yaş altındaki gençlerin %13’ten fazlası kendini “sıkıntılı” olarak tanımlarken, bu oran diğer yaş gruplarında %5,6 seviyesinde kaldı.

Hollanda’daki Erasmus Üniversitesi’nden mutluluk araştırmacısı Martijn Hendriks’e göre bu durumun en önemli sebeplerinden biri, gençlerin ekran başında geçirdiği sürenin artması ve sosyal kıyaslamaların olumsuz etkileri.

Ayrıca ekonomik sorunlar, yükselen konut fiyatları ve temel ihtiyaçlara erişimdeki zorluklar gençlerin mutsuzluğunu artırıyor. Araştırma, 1993-2024 yılları arasında 400 binden fazla kişinin verilerinin incelenmesiyle gerçekleştirildi. Sonuçlar, orta yaş krizine dair klişeyi yıktı.

Buna göre 45-70 yaş arası bireyler, en mutlu yaş grubunu oluşturuyor. 70 yaş üzerindeki ise 25 yaş altındaki gençlerden daha yüksek mutluluk seviyelerine sahip. Küresel ölçekte 65 yaş üstünde “ümitsizlik” oranı %1’in altına düştü.

Ev İşi Yapmanın Ömrü Uzattığı Ortaya Çıktı

Amerikan Kalp Derneği'nin yayımladığı Circulation dergisinde yer alan yeni bir araştırmaya göre, günlük ev işleri sırasında yapılan hareketler dahil olmak üzere kısa süreli yoğun fiziksel aktiviteler, ölüm riskini azaltarak ömrü 6 yıla kadar uzatabiliyor.

Sydney Üniversitesi'nden Emmanuel Stamatakis liderliğinde yürütülen çalışmada, günde beş kez birer dakikalık yoğun fiziksel aktivitenin, özellikle kalp hastalıklarına karşı koruyucu etkiler sağladığı belirlendi. Daha önce haftada 150 dakika orta yoğunlukta yürüyüş ya da 75 dakika koşu, yüzme gibi yoğun egzersizler önerilirken, bu yeni bulgular günde yalnızca 5 dakikalık yoğun hareketin bile kalp sağlığı için yeterli olabileceğini ortaya koydu. Çalışmada, yaş ortalaması 62 olan ve düzenli egzersiz yapmayan 24 bin kişiye akıllı bileklikler takılarak 7 günlük hareket verileri incelendi. Sonuçlar, kısa süreli yoğun hareketlerin dahi ölüm riskini anlamlı ölçüde azalttığını ortaya koydu.

Yaşlıların Gripe Karşı Savunmasızlığının Nedeni Bulundu

Grip, yaşlılar için en riskli solunum yolu enfeksiyonlarından biri olmaya devam ediyor. Şimdiye dek bu durumun nedeni yaşlanmayla zayıflayan bağışıklık sistemi olarak görülüyordu. Ancak İngiltere ve Çin'den bilim insanları, 65 yaş üstü kişilerin gribi neden daha ağır geçirdiğine dair kritik bir mekanizmayı ortaya çıkardı: akciğerlerde artan ApoD proteini. ABD Ulusal Yaşlanma Enstitüsü verilerine göre grip, yaşlılarda zayıf bağışıklık sistemi ve diyabet gibi eşlik eden hastalıklar nedeniyle ölümcül seyredebiliyor. Ancak Nottingham ve Edinburgh Üniversiteleri ile Çin Tarım Üniversitesi'nin ortak araştırması, yaşlıların gribe karşı daha savunmasız olmasının biyolojik bir açıklamasını sundu. PNAS dergisinde yayımlanan çalışmada bilim insanları, yaşlıların akciğerlerinde ApoD (apolipoprotein D) adlı glikosile proteinin gençlere kıyasla daha fazla üretildiğini saptadı.

ApoD, normalde yağ metabolizması ve iltihaplanmayla ilişkili. Ancak yaşla birlikte bu proteinin düzeyi yükseldiğinde, grip enfeksiyonu sırasında akciğer dokusunda ciddi hasara yol açıyor. Bu durum bağışıklık yanıtını zayıflatıyor ve vücudun virüse karşı direncini düşürüyor. Araştırmacılara göre ApoD'nin hedef alınması, yaşlılarda grip enfeksiyonlarını hafifletmek için yeni bir tedavi yöntemi olabilir. Prof. Chang, “Yaşlıların gripten ağır etkilenmesini ApoD'yi baskılayarak azaltmak mümkün olabilir. Bu, yaşlanan nüfusun hastalık ve ölüm oranlarını düşürmede büyük etki yaratabilir” dedi.

Gelecek sayımızda yepyeni bilimsel araştırma sonuçlarıyla görüşmek üzere umutla kalın.

22.09.2025

BİR KÜÇÜK EYLÜL MESELESİ

YAZAN: Ebru BOZCUK

ebrubozcuk@hotmail.com

Bir yaz daha bitti yine...

Eylül tüm ihtişamıyla kapıda. Ertelenmiş düşler zamanı başlıyor şimdi.

Sorgulamaların, ahların, keşkelerin, durup dinlemenin mevsimi başlıyor.

Yazın savurdıklarını rafa kaldırma mevsimi başlıyor.

Olmasa da olurların, susmanın, kabuğa çekilmenin mevsimidir EYLÜL...

Dinlemelerin zamanıdır. Sadece bir ay değil, koskoca bir mevsimdir aslında yaşayana.

Yeniden başlamaya, yeni sokaklar aramaya niyetlenen bir zamandır.

Başlı başına hüzündür ama candır. İçinize koyasınız gelir. Sarılırsınız, dertleşirsiniz. Siz anlatırsınız, o dinler gibidir.

Başka bir zarafeti, başka bir letafeti vardır. KAYIP SIRLAR MEVSİMİDİR EYLÜL...

Suskundur ama neler anlatır neler bir duysanız. Maziyle sohbet zamanıdır.

Dedim ya, Eylül kendi başına bir mevsimdir. Babayanidir, görmüş geçirmiş bir kadın gibidir. Uzaklardan gelen güzel bir haber gibidir.

Hırkaların, gülüşlerin, rehabetin, affetmelerin mevsimidir...

Turgut UYAR bu hissi ne güzel ifade etmiştir...

"Eylül 'de ellerin üşüyecek

Isınmak için geleceksin biliyorum

Eylül tam bu işe göredir

Gel bağışlayalım birbirimizi" der.

Günlerin kısaltmaya başladığı, suskunluğun arttığı mevsimdir Eylül...

Bu hali de Yahya Kemal çok güzel ifade etmiştir bence.

"Günler kısaldı, Kanlıca'nın ihtiyarları bir bir hatırlamakta geçen sonbaharları

Yalnız bu semti sevmek için ömrümüz kısa

Yazlar yavaşça bitmese, günler kısaltmasa" der...

Ahmet Altan ise "Bir Aşk kadar zehirlidir" der Eylül için.

Sizce de aşk zehirli midir?... Hoş, o ayrı bir yazı konusu belki de.

Üzüm salkımlarının, ballı incirlerin, alacalı narların zamanıdır Eylül.

Pazar tezgahlarına öyle ihtişamlı kurulurlar ki selamlamadan geçmek olmaz onları. Ne de olsa uzun yollardan gelmişlerdir.

Kurduğun yeşil zeytinleri, özenle yaptığın yaz reçellerini raflara dizdiğin mevsimdir Eylül.

En güzel keten örtüleri altına serip tıpkı canım Didem Madak'ın dediği gibi "Kalbinin raflarının da şenlendiği mevsimdir.

Şair Haydar Ergülen " Kadın gider ve bunun şiir olduğu söylenir. Yazın bittiği her yerde söylenirse, kadının gittiği de her yerde söylenir" der.

Bitişlerin mevsimi olduğunu ne güzel ifade eder bu satırlar. Eylül 'de gelmek bile bir şey ifade etmez artık sanki...

Beyhudedir o geliş.

Yazlıkçıların dönmeye başladığı mevsimdir Eylül.

Bir hevesle sahiplenilmiş ama yaz sonunda sokağa bırakılmış asil suratlı köpeklerin başıboş gezindiği zamanlardır.

Dedim ya, terkedilişlerin zamanıdır Eylül...

En can acıtanı da panjurların kapanmaya başlamasıdır.

Mangalların yandığı, müzik seslerinin geldiği balkonların ışıkları tek tek sönmeye başlar. Derin bir sessizlik alır yerini. Sanki o vakitten sonra gökte yıldızlar daha bir ışıldamaya başlar.

Bu zamanlarda sadece denizden geçen pancar motorlarının sesi size yarenlik eder...

Kapalı panjurları hiç sevmiyor oluşumun sebebi, derinden bir "Hoşça kal, gidiyorum" mesajı gibi geldiğindendir belki de...

Açık olmalı panjurlar, bir de mavi olmalı. Umut gibi iyi şeyler hissettirmeli sanki.

Ahhh benimki de laf işte. Kimin umurunda ki bu?

Sadece umutlanmak için bir bahane belki de benim için.

Aslında bu kavurucu sıcaklardan sonra nasıl da özledik Eylül 'ü değil mi? Tam zamanında, nefes nefese, dört nala koşan ulaklar gibi geldi sanki. Bir illüzyon gibi, bir yıldız tozu gibi giriverdi koynumuza.

Belki de en güzel hikâyenin yazılacağı mevsimdir Eylül. Yeniden başlamanın verdiği cesaretle bir milat olur bakarsınız çoğumuz için.

Ağır bir hastalıktan uyanmış gibi yola düşeriz belki de.

Tüm keşkeleri geride bırakıp, ya olursanın büyüüne kapılıp hevesleniriz yeniden...

Ne de olsa kendin için bile hayal kırıklığı olmaman gerektiğini hatırlatan mevsimdir Eylül.

Bir yaz daha yaşadım diyebilmenin farkına vararak, üzülecek şeyleri değil de sevinecek şeyleri seçeriz belki de.

Bırakın olgunlaşsın mevsimlerimiz. Eylül de Ekim de geçecek ama ıskalamadan, geçişlerin farkına vararak, dinleyerek, usulca geçmek gerektiğini anlayacağız.

Aslında bütün mesele, KALP REHBERİMİZİN bizi nereye götüreceği.

Maviliklere mi yoksa puslu ayazlı yollara mı?...

HER ŞEY GEÇER... Biz şimdi hırkaların, gülüşlerin, yeniden başlamaların mevsimine yani EYLÜL'e sarılalım.

Sonrası mı?... Olursa olur, olmazsa da vardır bir hayır deyip yola devam ederiz...

ARI KOVANI

MEMLEKET BİZİM İÇİN BİR HAPİSHANE

Söyleşiyi yapan: Şule SEPİN İÇLİ

sulesepin06@gmail.com

KONUK: Otizm Hakları Derneği Yönetim Kurulu Üyesi Menekşe KOÇAK

Şule: Sevgili izleyicilerimiz, Otizm Hakları Derneği Yönetim Kurulu Üyesi Menekşe Koçak'la beraberiz. Biz kendisini dergimize yazdığı yazılardan tanıyoruz. İlk defa yüz yüze bu söyleşi sayesinde birlikteyiz. Biz onu konuk ettik ama o da sağ olsun, bizi evine konuk etti. Hoş geldiniz. Önce bize kendinizi tanıtır mısınız?

Menekşe: Hoş bulduk. Ben Hacettepe Üniversitesi Türk Dili Edebiyatı bölümünden mezun oldum. Bir süre ortaokulda, lisede çalıştım. Millî Eğitim Bakanlığında eğitek Program Yazarı Tasarımcısı olarak çalıştım. Kırk yaşında evlendim. O zamana kadar aktif, sosyal bir yaşıntım vardı. Kırk iki yaşında boşandım. Koray 6 aylıktı. Oğluma otizm tanısı konunca hayatım değişti. Otizm nedir, Koray'la nasıl bir yaşam geliştiririm diye arayışlar içine girdim. Ben hayatımı Koray'dan önce ve Koray'dan sonra diye ikiye ayırıyorum.

Şule: O zaman edebiyattan mezun olduktan sonra öğretmenlik yaptınız siz.

Menekşe: Evet.

Şule: Özel olmazsa eğer, boşanma nedeniniz de Koray'la mı ilgiliydi?

Menekşe: Koray'la ilgisi yoktu. O altı aylıktı ve otizm tanısı yoktu daha. Tamamen karşımdaki kişinin benim için bir hayal kırıklığı olmasıydı. Çok fazla yalan söylemesi, psikolojik şiddet denen şeyi sürekli uygulamasıydı.

Şule: Genellikle çocuklarının engelli olduğunu öğrendikten sonra babalar terk eder ya, onun için sordum.

Menekşe: Doğru düşündünüz. Baba üç yaşına kadar Koray'ı gördü. Oğlum 2005 doğumlu. Otizm tanısı konduktan sonra, on yedi yıldır hiç görmedi. Aramaz, sormaz Ankara'da olduğu halde.

Şule: Siz emekli misiniz?

Menekşe: Koray'a annem bakıyordu. Onun menüsküs sorunu çıkınca 2010'da emekli oldum

Şule: Koray'la bir yaşantınız var. Otizm konusuna evrildiniz. Onunla ilgili yazıyorsunuz. Önce otizmle ilgili söyleyeceklerinizi alalım.

Menekşe: Bana, "Otizmi, bir aile, anne açısından anlat" dersiniz şunu derim: Her şeyi bilmek, hiçbir şey yapamama durumudur otizm. Aklınız erer, gücünüz yetmez Anadolu deyimiyle. Ama Bilimsel olarak otizm nedir dersiniz bir iletişim sorunu olarak ele alınıyor. Bizim dünyamıza giremiyorlar. Bizim dünyamıza giremeyince, kendi dünyalarına çekiliyorlar. Bir şarkının nakaratını milyonlarca kez tekrarlamak, bağırarak, zıplamak, sallanmak dışı vurumu bu görünen şekli. İnsan zihni bir meşguliyet doğurmalı mutlaka. Yoksa rahat edemez. Kendimizden örnek verelim, biz de bir şeyler düşünüyoruz. Bizim çocuklarımızın yaptığı da bu, zihinlerini rahatlatmak.

Şule: Otizm tanısını nasıl koydunuz? Nasıl, hangi davranışlarından fark ettiniz?

Menekşe: Ben eğitim teknolojilerinde redaktör olarak da çalışıyorum. Otizmle ilgili bir kitap geldi önüme Türkçe açısından değerlendirmem için. Ben o kitaptan her şeyi öğrendim. Koray'ın otizimli olduğunu anladım. Ankara'daki doktoruna bu fikrimi söyleyince kabul etmedi. Benim bir buçuk yaşındayken koyduğum teşhisi o, üç yaşında koydu sonunda.

Şule: Hangi davranışları vardı, mesela sizin fark ettiğiniz?

Menekşe: Çok başına buyruktu. Bir şeyleri ancak kendi isterse yapıyordu. Bazen çok zekice tepkiler, cevaplar veriyordu ki çok şaşırtıyordunuz. Bazen de inanılmaz bir şekilde, "Bu çocuk zihinsel engelli mi?" dedirecek davranışları oluyordu. Tavan-taban diye bir şey var. Bu normal değildi. Birden içine kapandı, kesin tanı aldığı anda. Sürekli "Hımm" diye sesler çıkarıyordu. Sorulara cevap vermiyordu. Kim görse, bu çocukta bir sorun olduğunu anlardı.

Şule: Genellikle önce anneler farkına varıyor. Doktorları onlar yönlendiriyor. Farkındalıktan sonra kabullenme süreci ve neler yapabilirim araştırması başlıyor.

Menekşe: Ben kelimelerle oynamayı severim. Kabullenmek sözünü hep katlanmak şeklinde anlarım. Kabullenmiyorsunuz, katlanıyorsunuz. Sürecine, ağırlığına., toplumdan dışlanmaya katlanıyorsunuz. Çaresizliğin getirdiği bir katlanmak. Kabullenmek konusunda, bazı artı durumlar

vardır. Sizinle birlikte toplum da kabul etmiştir. Daha yaşanılabilir bir hal almasıdır sürecin. Ama Türkiye’de insanlar genelde katlanıyorlar, kabullenmiyorlar.

Şule: Ben sizin kabullendiğinizi bildiğim için katlanmak kelimesini kullanmadım.

Menekşe: Kabullenmek midir, bilmiyorum. Koray’ı kabulleniyor muyum, bir evlat olarak? Elbette.

Şule: Şimdi Koray özel eğitim okuluna gidiyor tabii. Bundan sonraki yaşamı nasıl olacak?

Menekşe: İşte Türkiye’nin en büyük sorunu. Yani otizmli ailelerinin. Devletin umursadığı yok bu durumu. Oğlumla beraber yaşayacağız. Onu bırakabileceğim kimse olmadığı için hastaneye gitmek zorunda olsam onu da götürmem gerekecek. Ya da gitmeyip sağlık probleminizi erteleyeceksiniz. Yaşlı anneme bir şey olsa cenazesine gidemeyeceğim. Böyle sıkıntılı bir hayat.

Şule: Sürekli onunla sonuna kadar sürmesi gereken bir yaşam. Bağımlılık şeklinde. Ama bu arada başka işlere vakit ayırabiliyorsunuz. Bize yazılar yazıyorsunuz mesela.

Menekşe: Uzmanların söylediği her şeyi yapıyorsunuz. Bir ümit oradan oraya koşturuyorsunuz. Çocuk 13-14 yaşına geldiğinde, size söylenenlerin boş olduğunu anlıyorsunuz. O arada bir sağlık problemim oldu. 6 ay bekliyorum sonuç almak için. Sürekli gidip geliyorum. Çok riskli bir kanser türünün olabileceğini söylediklerinde, çok strese girdim. Sonra düşündüm. Uzun süren bir tecrübem var, birikimim var bir kitap yazayım dedim. Yazmak terapi oldu günlük yazmayı bırakıp otizmle ilgili araştırmalar yapmaya, nasıl bir eğitim verilebilir, sağlık becerileri nasıl kazandırılabilir gibi konularda yazmaya başladım. Ya boş oturup halime ağlayacaktım, diziler izleyecektim, ya da araştıracaktım. Ben ikinciye seçtim.

Şule: Ailelere eğitim vermeyi düşündünüz mü, online olarak?

Menekşe: İmkânım olsa yaparım, çok da isterim. Annelere söyleyecek çok şey var. 20 yaşına geldiğinde hiçbir şey yapamıyorsunuz. Koray 1 85 boyunda ve 95 kilo. Çok yakışıklı, güçlü, çok kuvvetli bir delikanlı. Ona artık bir şeyler öğretme şansım yok. Bu zamana kadar ben ona benim sözümü dinlemeyi öğrettim. Şimdi Koray uzun boylu, yapılı, güçlü bir delikanlı oldu. Artık o bana söz dinletmeye kalkıyor. Çünkü ben ona sevgiyi, nedeni, niçini öğretmedim. Eğitimde böyle bir çelişki var.

Şule: Bunu gerçekleştirebilirsiniz diye düşünüyorum. Etrafta pek çok anne var. Bir program yapılır, kaç grup çalışması olacak. Oldukça yararlı olur. Onların da engelli çocukları olduğundan bırakıp gelemeyenler, online olur diye geçti aklımdan.

Menekşe: Bana oğlun nasıl dediklerinde anlatıyorum. Kelin ilacı olsa başına sürer kabilinden ciddiye almıyorlar. İnsanlar hayal satın almayı seviyorlar. “Senin çocuğunun şu davranışı şu kadar para verirsen geçer” deyince insanlar ona yöneliyorlar. Ben de o yanılgı içinde bir dairemi sattım. Şimdi olsa kesinlikle satmazdım. İnsanlar, “Umut var, çözüm var” diyeni tercih ediyorlar. Çünkü sorun çok büyük. Tünelde ışık varsa, oraya gitmek istiyorlar.

Şule: Eğitim sürecine kendilerini çok hazır hissetmiyorlar. Uygun hale gelince de zaten pek çok şeyi deneye yanıla öğrenmiş oluyorlar. O zaman da iş işten geçmiş oluyor. Kitabınız satıldı mı?

Menekşe: Bir yayın eviyle çalışmadım. 300 kadar sattım. Şimdi evde iki yüz elli tane var. Çıkamayınca satılamıyor da.

Şule: bu konuda belki biz de yardımcı olabiliriz. Kütüphanelerimizde seslendirmesini yaptırabiliriz belki.

Menekşe: Çok iyi olur. İçinde belki 200 annenin anıları var. Benim kitabımda üç bakış açısı var. Anneler ne düşünüyor, bilim insanları nasıl bakıyor, otizmli ne düşünüyor? Bu üçlü bakışı taşıyan bir kitap yok Türkiye’de.

Şule: Bu kitabı kimlerin okumasını tercih edersiniz? Otizmli çocuğu olan ailelerin mi, bilgi edinmek isteyenlerin mi,

Menekşe: Benim istediğim, özel eğitim bölümlerinde bu kitabın en önemli ders kitabı olması.

Şule: Bu kitabı taratıp pdf formatında sadece görme engellilerin yararına bulundurulması iyi olur ama bu sizin izninize bağlı.

Menekşe: Bunu şimdilik düşünmüyorum. Bu kitabın bazı bölümlerinin üstüne isimlerini yazıp kendi kitabıymış gibi yayımlayanlar olabilir diye korkuyorum.

Şule: O zaman biz sadece seslendirilmesi ve yaygınlaştırılması konusunda destek olalım.

Menekşe: Çok iyi olur. O kitaptaki bazı anıların video şeklinde paylaşılması da iyi olurdu.

Şule: Biz zaten kitapları ayrımlar halinde, sadece ses boyutunda kaydediyoruz. Sesli belgeleri videolara dönüştürerek siz istediğiniz yerde paylaşabilirsiniz. Bir de dernek süreci var. O nasıl gelişti?

Menekşe: Ankara’daki dernek çok aktif değildi. Dernek Başkanı Gökçen’le bir toplantıda karşılaştık. Oğlu Ege ile Koray tanışıyorlar çocukluklarından beri. Bir dernek kurmuş, beni de davet etti, öyle dahil olduk.

Şule: Burada ne tür işler yapıyorsunuz?

Menekşe: Online çalışıyoruz. Millî Eğitim Bakanlığının hazırladığı bir program var. Ben eğitimde iyi olduğum için o programla ilgili görüşlerimi bildiriyorum. Hak savunucusu olarak bazı konularda CİMER'e ve başka kurumlara başvuruyoruz. Büyükşehir belediyesinin bir merkezi var. Mutlu Aile Yaşam Merkezine Engelli almıyorlar. İşleyişlerini sorduğumda, üç merkez dışındaki hiçbir yere engelli almadıklarını söylüyorlar. O konularda mücadeleler veriyoruz. Türkiye'de zor bu işlerle uğraşmak.

Şule: Derneklerde uyum içinde çalışmak da önemli. Herkes farklı görüşlerde olabiliyor. İnsanların tahammülleri farklı olabiliyor. Umarım siz uyum içinde çalışabiliyorsunuzdur.

Menekşe: Konu anne ve çocuk olunca sorun kalmıyor.

Şule: Onun dışında aktiviteleriniz hakkında bize neler söylemek istersiniz?

Menekşe: Koray'la araba gezilerimiz oluyor.

Şule: Arkadaşlık ilişkilerinizi nasıl sürdürüyorsunuz? Sosyal ortamınızı nasıl oluşturuyorsunuz? Oğlunuzla birlikte gidip ona özel bir ortam mı yaratıyorsunuz?

Menekşe: Gitmiyorsunuz. Okuldayken arkadaşlara gidebiliyordum ama seneye okul bitiyor. Gidemeyeceğim. Belki ergenlik dönemi geçip de sakinleşirse onu da toplantılara götürebilirim. Çok dağınık bir çocuk. Ortallığı toplamak çok zaman alıyor.

Şule: Ev ortamında başka neler yapıyorsunuz?

Menekşe: Kitap okurum. Bir şeyler yazar çizerim.

Şule: Bunca işin arasında kitap yazmak, dergilere yazı göndermek, çok özveri gerektiren işler. Bizim için çok kıymetli. Sizden çok şey öğrendik.

Menekşe: Çok sağ olun. Okumak, yazmak insanı diri tutuyor. Ben ona tutunmasaydım çok başka olurdu. Öğrenmek insanı canlandırıyor.

Şule: Sürekli ev ortamında olmak zorunda olan bir insan bunları yapmazsa başkalarına da ilham kaynağı olamaz. Kendine de faydası olmaz. Siz bunalımda olursanız çocuğa da yansır.

Menekşe: Zihninizi boşaltmanın bir yolu bu. Koray'la markete gitmiştik. Midesi bozuldu herhalde, marketin ortasına kustu. Görevlilerden özür dileyip oradan ayrıldık. Eve gelince buna üzölmek, onu bir daha getirmemek kararı yerine, Millî Eğitim Bakanlığının bir programına yoğunlaşıp bir iki saat çalışınca gerginliğimi attım. Antidepresan gibi oluyor.

Şule: “Zaman zaman hayatta başarılı olmuş, ön plana çıkmış otizmliler de oluyor. Herkes otizmi öyle tanıyor” demiştiniz bazı konuşmalarımızda.

Menekşe: Diziler, otizm farkındalığı açısından çok önemli. Ama bu süper kahramanların arkasında gerçekten çok ciddi sorunlar yaşayan aileler var. Koray 4 yaşındaydı. Daire bize ait. Çocuk gürültü yaptı gerekçesiyle komşularla mahkemelik olduk. Bu durumdaki aileler yalnızlığa itiliyor, sosyal hayata karışmıyor. Sonunda çocuğuyla bir odada dışarıya çıkamıyor. Ben öldükten sonra çocuğuma ne olacak kaygısını yaşıyorlar. İlgi alanında dahillik boyutuna varan insanlar ön plana çıkarılınca bunlar yok sayılıyor. Bir yelpaze düşünün. Görünen sadece %5. Bu kısmın hayali peşinde koşmak durumunda toplum. Kalan %95’i de mümkün olduğunca hayata katmak zorundayız. Eğer iyi bir eğitim verebilir ve onlara ulaşabilirsek, bu çocuklar rutin işlerde üretebilecek durumdalar. İyi eğitemediğimiz için bu durumdayız.

Şule: Eşler arası kavgalar, çocuklar arasında ki oyunlar sırasında çıkan o kadar çok gürültü var ki Koray’ın gürültüsünü doğal karşılayıp biraz katlansalar, daha huzurlu bir yaşam olurdu. Size destek olsalar, çocuğu bırakıp bir sinemaya gitmek çok iyi olurdu sanırım.

Menekşe: İnsanlar kendilerinde olmayacağını düşünüyorlar. Oysa otizm hızla yayılan bir salgın, nerdeyse. Koray’a tanı konduğunda 500 kişiden biriydi. Şimdi 38 çocuktan biri otizm tanısı alıyor. Eğer bir çare bulunmazsa iki çocuktan biri otizimli olacak. Durup dururken bağırان bir çocuk da bu toplumun bir parçası. O bağırırsın, diğerleri de yaşamını sürdürsün. Doğal karşılamak gerek bu tür durumları. Avrupa’da ‘Otizm bir hastalık değildir, farklılıktır.’ Temel felsefesine dayanan bir anlayış var. Çocuk bağırır, hoplar, zıplar, o yaşamına devam eder. Biz de evlerde yaşam sürdürürüz. Markette kusması normal. Ne olacak? İnsanlar birbirlerine ana-avrat küfrediyorlar. Birbirlerini bıçaklıyorlar. Gözü yeşil olduğu için bir insanı kınayabilir miyiz? Bu felsefeye gelmedikçe, her şey çok zor.

Şule: Aslında biraz da şans. Bizim gibi insanlarla komşu olsanız bu sorunlar olmaz. Dışarıda çocukların top oynamasına bile tahammül edemeyen bir toplumla karşı karşıyayız.

Menekşe: Benim eve zabıtaıyla gelmişler. Onlara “Sizin çocuğunuzun sahip olduğu haklara benim çocuğum sahip değil mi Yasal olarak?” diye sordum, “Evet” dediler. “O zaman komşuların sözüne inanarak neden kapıma geliyorsunuz? Yazın bana makbuzunuzu, ben de sizi mahkemeye vereyim” dedim. Komşuların rahatsız olduğunu söylediler. “Haftada üç gün süren düğünlerden rahatsız olunmuyor mu?” diye sorduğumda, “Ama o düğün” diye cevap veriyorlar.

Şule: Dikkatimi çeken bir durum da şu: Hep anneler sıkıntıyı çekiyor. Çocuk yetiştirmek sadece annelerin göreviymiş gibi. Otizmli çocuklarda da durum bu. Bu konuda duyarlı davranan babalar yok mu? Biz mi fark etmiyoruz yoksa gerçekten çok az mı?

Menekşe: Var. Az da olsa var. Dernek başkanı, çocuklarının peşinde gece gündüz koşan babalar var. Babalar ister istemez ekmek telaşı derdine düşüyorlar. Mesela ben, Koray olmasaydı öğretmenliğe devam ederdim, emekli olmazdım.

Şule: Emekli olsaydınız da başka işlere devam ederdiniz.

Menekşe: Bir yığın yapacak iş var. Yayım evlerinde redaktörlük yapıyordum. Kitap yazımlarına eşlik ediyordum. Emekli olduktan sonra Fatoş kolejinde öğretmenliğe devam edecektim, konuşmuştuk orayla. Hayallerim çoktu. Özel okula gitseydim, Koray orada liseyi bitirirdi. Üniversiteye geldiği zaman emekli olurum.

Şule: “Koray öncesi yaşamım” diyorsunuz. O dönemdeki etkinliklerinizden bahseder misiniz? Böyle ilham veren kadını okuyucularımız tanısınlar istiyoruz.

Menekşe: Doğa gruplarım vardı. Doğa yürüyüşlerini, tırmanmayı çok severdim. Şu an en çok dağlarda olmayı, yaylaları, rüzgârı, o küçük göletleri, özliyorum. Geniş bir arkadaş grubum vardı. Tiyatroya, sinemaya, tatillere giderdik.

Şule: 40 yaşına kadar evlenmemeniz de imkân tanımış size. Daha küçük yaşta evlenmiş olsaydınız, belki engelli bir çocuk olunca bunların hiçbirini yapamayacaktınız. Aslında burada da olanakların ne kadar az olduğunu bir kez daha anlamış oluyoruz. Bir kadının, bir çocuğun, bir insanın doğa yürüyüşüne gitmek istemesi kadar doğal bir istek olamaz. Koşullar uygun hale getirilse de Koray’la birlikte dağ yürüyüşlerine gidebilseydiniz.

Menekşe: Gerçekten çok güzel olurdu. Olmayacak bir durum değil. Korayla yürüyoruz. Eymir’e gidiyoruz. Biraz nefesleniyorum. Mavi Gölde çok yürüyüş yaparız. Yazları çok kalabalık olduğu için oraya gidemiyoruz. Biz biraz insan kaçmanızı. Benim doğa özlemim bir parça giderilmiş oluyor. Hepsi bu. Bizim için memleket hapishane.

Şule: Arabanız olduğu için bunları yapabiliyorsunuz. Maddî durumu iyi olmayanlar her yere gidemiyor. Onların seçenekleri çok daha az.

Menekşe: Onları iyi biliyorum. 18 yaşında evlenmiş, koca baskısı, çocuk sorumluluğu altında ezilen kadınlarla çok karşılaştım.

Şule: Koray’ın otizmli olmasının genetik bir nedeni var mı? Ya da doğum hatası?

Menekşe: Otizmin nedeni anlaşılabilmiş değil. Genetik yatkınlıktan da bahsediliyor. 800 genden kaynaklandığı ileri sürülüyor. Kesin bir nedeni yok. Anne karnında çocuğun otizmlili olduğu anlaşılıyor.

Şule: Bazı engeller, oksijensiz kalmaktan kaynaklanabiliyor. Doğumunuz normaldi sanırım.

Menekşe: Koray 15Gün erken doğdu. Boynuna kordon dolanmış. On dakika gecikseymişiz yaşamayabilirmiş. Kıl payı hayatta kaldı çocuk.

Şule: Sizi keyifle dinliyoruz. Söylemek istediğiniz başka sözler varsa alalım.

Menekşe: Bazen acılarla kederlenip bazen de acıyı bal eyleyerek yaşamı sürdürüyoruz. Anadolu toprakları da bize acıyı bal eyleme konusunda genetik olarak bayağı bir fırsat veriyor.

Şule: Şu bilgiyi paylaşmadan da bitirmeyeceğim bu söyleşiyi: bu sohbeti online da yapabilirdik. Uzun zamandan beri Yazılarıyla bizimle birlikte olan, o şekilde tanıştığımız Menekşe Koçak arkadaşımızı yakından, birebir, yüz yüze temasla da tanımak istedik. Koray'ı da tanıdık. Gerçekten çok hayat dolu, umut dolu, çok örnek alacağımız bir kadın. Memleketin, sizler için hapishane olmadığı bir dünya diliyorum.

Menekşe: Çok teşekkür ediyorum. Ne yapalım? Memlekette yapılacak daha çok çok çok iş var her alanda.

GÜLSÜM'ÜN ÇAYDANLIĞI

YAZAN: Ergür ALTAN

erguraltan@gmail.com

Bir kadının bakışlarında keder varsa, gözlerinden yaş yerine ruhu süzülüyordur, kendisinin bile anımsamadığı doğum günlerine doğru usulca...

Gözlerimden süzülen ruhumu anlatacağım size; on iki yaşından beri, tam elli iki yıl boyunca çay ocaklarında çalışan bir kadının ruhunu...

Yaşadığım şehrin birçok iş hanında çalıştım; iş hanlarındaki çay ocaklarında sabah yediden akşam sekize kadar çay demledim, servis yaptım ve yıkadığım bardakları yalnızlığım ile duruladım...

Bana ulanlı konuşan beyefendiler oldu, “Pişt” diye çağırıp beni, siparişlerini azarlayarak söyleyen hanımefendiler oldu, yorgunluğumla, solgunluğumla, dalgınlığımla dalga geçen evladım yaşındaki gençler oldu; ben hep sustum...

Suskun bir kadını, evet; adı Gülsüm olan yaralı bir kadın. Nadiren taburemde oturduğum anlardan birinde, bir kozmetik firmasının kataloğuna ellerim titreyerek bakıyordum ve bir anda yanımda bitiveren patronum bağırıştı bana çay ocağında, “Gülsüm, senin neyine makyaj yapmak, çaycısın

sen alt tarafı!” Ben ilk kez otuz yaşında makyaj yaptım ve iş hanındaki beyefendiler ve hanımefendiler kahkahalarla güldüler. Kendisine çok güzel makyaj yapan hanımefendilerden biri de demedi, “Gel, senin makyajını düzeltelim tatlım...” Bir daha makyaj yapmadım kendime; ama otuz yaşında, ilk makyajımı yaptığımda kırık dökük bir aynanın karşısında, kadın olduğumu anladım...

Otuz yaşına kadar kendime kıyafet aldığımı pek bilmem; komşuların eskisini, annemin entarisini, hatta babamın paltosunu giydiğim bile olmuştur. Bir kadın, babasının paltosunu giyiyorsa, ne anlatabilirsiniz ona aşka dair, mutluluğa dair, hayal kurmaya dair...

Ben babamın aslan kızıydım ona her daim omuz veren, annem tarafından –bir tek nedenden ötürü, evin geçimine katkı sunduğum için takdir edilen bir evlat, kardeşlerimce de onlara harçlık verdikçe sevilen bir abla. Şimdi ben sevilmiş mi oldum, bağra basılmış mı oldum; ah, bağrıma bastığım sokak kedileri geliyor gözümün önüne...

Kadın olmam gerektiğini anımsadım bir gece düşümde; çaydanlıklar dolusu çay dökülmüştü üzerime ve canım çok yanıyordu. Sevmeye ve sevilme hakkımı anımsadım, gülme, eğlenme ve dans etme hakkımı...

İlk dansımı bir süpürgeyle yaptım Berkant'ın Samanyolu şarkısı çalınırken radyoda. Üç kız kardeşim var ve üçü de çok kötü dans ettiğimi söylediler bana. Bu benim umurumda değildi ve ben Berkant'a eşlik ediyordum dans ederken, “Sen kalbimin mehtabısın, güneşisin...”

Charlie Chaplin filmlerinde gülüşümü gizlemiyordum artık; annem de babam da ayıpladılar beni. İnadına güldüm ve bu yüzden kınandım, dayak yedim, hatta bir keresinde evden kovuldum.

Görücüler geliyordu ve koca adayları bana uzaktan uzağa gösteriliyordu Kocam olsun istemedim ki ben, can yoldaşım olsun istedim; seveceğim, sevilleceğim bir can yoldaşı... Belki nasip değildi, belki de bu kriterler kimsenin anlamayacağı bir masumiyeteydi...

İş hanlarında çay servisi yaparken yüzlerini seyrediyordum herkesin; bakışlarını, tavırlarını, sözcüklerini inceliyordum. Çay ocaklarında çalışmış bir kadın olarak diyebilirim ki, sevgiyi beraber öldürüyor erkekler ve kadınlar; hem de suçu birbirlerinin üzerine atıyorlar incelikleri kanattıkça ve mesela hayal kurma derslerinin gereksizliğine inandıkça.

Çaycı olduğum için emekçi olarak kabul edilmedim; kadın olarak görülmediğim gibi, can olarak bilinmediğim gibi. Adım bile söylenmiyordu. Gülsüm değil, çaycı kadındım ben; hiçbir zaman hanımefendi olmayan, kadın olmayan, can olmayan bir çaycı kadın, bir karı, ulanlı konuşulan, “pişt” diye çağrılan bir şey işte...

Tam altmış dört yaşındayım; altmış dört yaşında bir nar ağacıyım, bir ırmak, serçe ve kadın, -emekçi bir kadını...

Çok incittiniz beni beyefendiler ve hanımefendiler; duyumsadım bütün hoyratlıklarınızı, samimiyetsizliklerinizi ve sevgisizliklerinizi. Ne gelir ki elimden bir sigara yakmaktan ve artık yalnızca kendime çay demlemekten başka...

Mor bir çaydanlığım var hayallerimi de demlediğim; ah, benimle hayaller kurabilseydiniz keşke...

HİKÂYELERİMİZ AYNI, MÜCADELEMİZ ORTAK

YAZAN: Fatma AKAY

umutfeda72@hotmail.com

Geçen hafta otobüs durağında yaşlı bir kadın gördüm. Bastonuna yaslanmış, yorgun gözlerle bekliyordu. Otobüs geldi ama kaldırımında rampa yoktu; biz bindik, o ise geride kaldı. Şoföre seslendim, “Lütfen yardımcı olun, bu kadın binemiyor” dedim ama ne şoför ne de çevredeki kimse harekete geçmeyince kadının yanına gidip onu da bindirdim. O an içim burkuldu; gördüğüm şey sadece bir rampasızlık değil, koca bir hayatın yok sayılmasıydı.

Bir başka gün markette bir anneyle karşılaştım. Bozuk çıkan bir ürünü iade etmeye, kasiyer ise başından savmaya çalışıyordu. Ama o anne, çocuğunun sağlığı için kararlıydı. Sesini yükseltti, hakkını aradı. Çocuğu için gösterdiği dirayete hayran kaldım.

Sonra düşündüm: Biz aslında hep aynı hikâyeyi farklı sahnelerde yaşıyoruz. Kadın olduğumuz için, engelli olduğumuz için, tüketici olduğumuz için hayat bizi sürekli sınıyor. İş yerinde emeğimiz değersizleştiriliyor, sokakta güvenle yürüyemiyoruz, markette hakkımız hiçe sayılıyor, şehirlerimizde rampalar olmadığı için engelliler evlerinden çıkamıyor. Ve her defasında bizden beklenen aynı: Susmamız.

Hakkını arayan bir kadın, sadece kendisi için değil bütün kadınlar için kazanır. Bozuk ürünü iade eden bir tüketici, sadece kendi cebini değil, toplumun onurunu da korur. “Ben de varım” diyen bir engelli, sadece kendini değil, hepimizi görünür kılar.

Bazen yoruluyoruz, bazen “bu düzen değişmez” diye düşünüyoruz. Ama sonra yanımızdaki kadının gözlerinde umudu görüyoruz. Çocuğu için mücadele eden bir annenin sesinde kararlılığı duyuyoruz. Bozuk ürünü iade etmekten vazgeçmeyen bir tüketicinin tavrında cesareti hissediyoruz. Ve yeniden güçleniyoruz.

Çünkü biz, farklı kimliklerde ama aynı hak arayışında buluşuyoruz. Kadın, tüketici, engelli VS... Hepimiz aynı hikâyenin farklı satırlarını yazıyoruz. Ve o satırlar birleştiğinde güçlü bir kitap oluyor: Onurlu, eşit, insanca yaşam kitabı.

Ama bir gerçeği de görmemiz gerekiyor: Mücadele ederken çoğu zaman kendimizi yalnızlaştırıyoruz. Kadın mücadelesinde yalnızca kadınların, engelli mücadelesinde yalnızca engellilerin olması gerektiği söylendiğinde, aslında iktidarın işini kolaylaştırıyoruz. Çünkü bölündükçe zayıflıyoruz. Üç kişi bir yerde, üç kişi başka bir yerde eylem yaptığımızda, sesimiz kısılıyor, görünürlüğümüz azalıyor, mücadeleye inancımız zayıflıyor. Oysa yan yana geldiğimizde, ortak aklı kullanıp birleştiğimizde, yalnızlığımız güce, dağınıklığımız dayanışmaya dönüşüyor.

Üstelik bazen kendi mücadelelerimizde bile hata yapıyoruz. Engellilerle ilgili bir toplantı yapılıyor ama salonun asansörü yok. Basın açıklaması düzenleniyor ama işaret dili tercümanı yok.

Bir etkinlik var ama tuvaletler erişilebilir değil. Oysa biz kendimize saygı duymazsak, başkasının bize saygı duymasını nasıl bekleyebiliriz? Önce kendi mücadelemizi sahici, kapsayıcı ve bütünlüklü hale getirmeliyiz ki, sesimiz de daha gür çıksın.

Aynı durum kadın mücadelesi için de geçerli. Bazen kadınlar olarak kendi aramızda eril dilin kalıplarını sürdürüyoruz. Bize dayatılan atasözlerini, yargıları, kalıp düşünceleri tekrarlıyoruz. Hatta fırsatını bulduğumuzda en yakınımızdaki birlikte mücadele ettiğimiz kadını eziyoruz. Oysa biz birbirimizi ezdikçe, aslında tam da mücadele ettiğimiz düzeni yeniden üretmiş oluyoruz. Gerçek dönüşüm, önce kendi dilimizden, kendi ilişkilerimizden başlamalı.

Ülkemizde ezilenleri düşündüğümüzde -kadınlar, engelliler, tüketiciler VS- hepsi birlik olmak istediğini söylüyor. Ama çoğu zaman kendilerini ve mücadele ettikleri cenahı sevmiyor, bol bol eleştiriyorlar. Toplantı veya miting olduğunda ise genellikle aynı üç kişi geliyor. Haklı olarak yorgun, umutsuz, hatta gelirken kendi bile inanmayan bu grup, mecburen orada olmak zorunda hissediyor. İşte tam bu yüzden, yalnızlık ve parçalanmışlık bizim en büyük düşmanımız.

Oysa yan yana geldiğimizde, ortak aklı kullanıp birleştığımızda, yalnızlığımız güce dönüşüyor. Birbirimizi eleştirmek yerine desteklediğimizde, az kişi de olsa güçlü bir ses yaratabiliyoruz.

Ve işte bu yüzden, her eleştiriye bir farkındalık fırsatına çevirelim. Hele ki bu zamanda yorgunluğu, umutsuzluğu bir kenara bırakalım. Birbirimizi “mış gibi” değil, sahici şekilde destekleyelim, yan yana duralım. Kadın hakları, engelli hakları, tüketici hakları VS... Hepimizin mücadelesi birbirine bağlı. Biz birlikte olduğumuzda yalnız değiliz; güçlüyüz, görünürüz.

Ve unutmayalım: Birlikte olduğumuzda, hiçbir güç bizi susturamaz.

18 Eylül 2025

BUGÜN ME YİYELİM

SİMİT POĞAÇA

HAZIRLAYAN: Rahime SÖYLEMEZ ÇETİN

Rahimecetin35@hotmail.com

Merhaba sevgili okurlar, sizlerle pastane lezzetinde nefis bir simit poğaça tarifi paylaşacağım.

Hazırlanışı:

Yoğurma kabına bir su bardağı ılık süt, bir su bardağı sıvı yağ, bir çay bardağı su, bir yemek kaşığı toz şeker, bir yemek kaşığı tuz, bir paket instant maya ve iki yumurtayı ekleyelim. Malzemeleri hafifçe çırpıttıktan sonra unu azar azar ilave ederek hamuru yoğurmaya başlayalım. Hamurun kıvamı ele yapışmayan ama yumuşak bir kıvamda olmalı. Toplamda altı su bardağı un

kullandım ancak unun markasına ve kalitesine göre miktar değişiklik gösterebilir. Hamurun üzerini kapatıp mayalanması için bir saat dinlendirelim.

Bu sırada yarım çay bardağı üzüm pekmezi ile bir çay bardağı suyu uygun bir kâsede karıştıralım. Mayalanan hamuru eşit parçalara bölerek mandalina büyüklüğünde kopartalım ve elimizin içinde yuvarlayarak bezeler oluşturalım. Bezelerden birini alıp elimizle hafifçe bastırarak açalım. Ortasına peynir ve maydanoz karışımından bir tatlı kaşığı kadar koyup hamurun uçlarını ortada birleştirerek kapatalım. Elimizde biraz daha yuvarladıktan sonra önce pekmezli suya, ardından kavrulmuş susama bulayalım. Hazırladığımız poğaçaları yağlı kâğıt serili fırın tepsisine aralıklı şekilde dizelim.

Poğaçaları tepside on dakika dinlendirdikten sonra önceden ısıtılmış 180 derecelik fırında yaklaşık yirmi dakika kontrollü bir şekilde pişirelim. Fırından fırına farklılık gösterebileceği için ara ara kontrol etmeyi unutmayalım.

Hamuru sert bırakırsak poğaçalar da sert olur. Ele yapışmayan ancak yumuşak bir kıvamda bırakırsak poğaçalarımız daha yumuşak ve lezzetli olacaktır. Ben poğaçaya ve kurabiyelerimi fırında pişirirken sesli uygulamalardan faydalaniyorum.

Yeni tariflerde görüşmek üzere, keyifli okumalar. Kolay gelsin.

MARDİN; NAZLI BİR AŞIK!

YAZAN: Gülümsüm CAMBAZOĞLU

insansevmezseyoktur@yahoo.com

Hayallerim çok ötelere geçti, ben yakalayamadım. Hep bir mani çıktı, yollara düşemedim. Nazlı bir aşık gibi o kaçtı ben tutamadım. Ve nihayet kavuştum. Mardin'den söz ediyorum.

Düşlerim düşmeden düştük yollara... Kardeşimin doğum günü hediyesiydi kucak açtığım Mardin.

Verimli Mezopotamya ovasında yükselen taşın dile geldiği, inançların tek yürek olduğu, etnik çeşitliliğin zenginleştirdiği Mardin, tarihi boyunca Subarılar'la başlayıp Artuklu/ Akkoyunlu ve daha nicelerine keyifle ev sahipliği yapmış.

12-15 yy.'da inşa edilen eserleri ve dantel gibi işlenmiş taş evleri ile etkileyici bir film setinde gibiydik.

Zamanın durmuşluğunda az sonra bir Artuklu bana seslenecek, labirenti andıran daracık sokaklardaki Abbaraların gölgesinde sohbet edeceğim kendisiyle...

Kiliseleri, kadim Süryani toplumu ve manastırlarının ardından Artukluların başkentliğinde Türk-İslam kimliği kazanmış Mardin.

Geçmişin tüm gizemi akşam olduğunda Mezopotamya ovasına çöküyor. Gözlerim; ovayı bir deniz sonsuzluğunda köylerin ışıklarını ise deniz kızlarının saçlarını süsleyen yıldızlar parlaklığında görüyor. Sihirli bir geceydi bu...

Hayali ile uzun zaman önce buluştuğum DARA antik kentinde yürüyorum şu an. Kalbimin gümbürtüsü adımlarıma ritim veriyor adeta... M.Ö. 3. yy'da Partlar tarafından kurulan (Darayuvasi) kent sürekli el değiştirmiş Roma ve İran arasında.

Bir Roma garnizonu olan Dara tümüyle kayalara oyulmuş bir şehir. Nekropol alanları, agorası, sarayı, sivil mimarisi, sarnıcı, yeniden dirileceklerine inanılan 300 Romalının kemiklerinin bulunduğu Mezar Galerisi ve daha birçok yapı ile etkileyici... Ruhuma işleyen dinginlik ve merak beklentime çok iyi geldi doğrusu.

Kasımiye Medresesi Artuklular tarafından başlanıp Akkoyunlular tarafından bitirilmiş. Sultan Kasım astronomi, tıp, matematik, felsefe eğitimi veren bir külliye yapmış. Asıl vurucu atışı ise çeşme ve havuz yapmış. Çeşmeden çıkan su doğumu; döküldüğü yer gençliği; oluk olgunluğu; dar kanal ölümü temsil ediyor. Düşünüp kalakaldım öylece!

Dıştan yivli kubbesi, göz alıcı silindirik gövdesi, süslü minaresi ile Ulu Camii... Güzel bir fotoğrafı hakke ediyor.

Güneşin kızılığını yansıtan kadim Ortodoks cemaatin merkezlerinden Deyrul Zaferan Manastırı Şemsilere ait bir güneş tapınağı üstünde yükselmiş. Safranı, çayı- kahvesi, hurmalı kurabiyesi ve hayli pahalı Süryani şarapları istenirse alınabiliyor.

Mor Gabriel Manastırı 1600 yıllık. Bizans dönemi mozaikleri kubbe ve kapılarıyla müthiş... 15 adet nişin içine gömülmüş azizlerin mezarlarının bulunduğu Azizler Evi manastırın içinde... Theodora kubbesi ise çok etkileyici.

Bir de ilk kez gördüğüm Ezidi Köyü ve mezarlığı beni hem şaşırttı hem de zenginleştirdi.

Süryani ustaların gümüş tellerle imtihanı olan Telkariler birer şiir sanki...

Bilge yılanlar kraliçesi Şahmeran cam çalışmalarda hayat bulmuş.

Bölgede yetişen Lahor Ağacından elde edilen kök boya ile mor mavileşen badem şekeri çok lezzetli.

Leblebisi, peksimeti, mırrası, harire bulamacı tadılmalı derim. Ama bana en yakın gelen meyve ile pişen yemekleri; Alluciye, Kitel Raha, İncasiye, Irok, Sembusek.

Bunlar da ne demeyin. Merak edin, gelin, yiyin...

Hasankeyf macerasını unuttuğumu sanmayın, o da başka bir yazıya kalsın...

Kardeşim ve ben ruhumuzu ele geçiren Mardin'den ayrılırken ne kadar çok göremediğimiz yer var diye düşündük.

Yine yeniden düşlendim.

Gelecekte gelinceye kadar bekle beni Mardin!

SELVİ BOYLUM AL YAZMALIM

Öykü

BAY GİZEM

YAZAN: Ayşen GÖRELELİ

aysenkaypak@gmail.com

Olsa olsa otuz beş, kırk yaşlarındadır. Ancak daha olgun bir havası var. Arada bir sessiz sedasız gelip gidiyor kitabevine. Belki de benden başka varlığını fark eden yok. Gerçi ben de uzaktan izliyorum. Kaşı, gözü, boyu posu yerinde. Fakat bir çekiniklik var gibi hallerinde. Nedense raflar arasında gölge gibi dolaşiyor. Çekingen değil de kendine yeten, gereksiz muhabbetlere girmeyen bir tip de olabilir. Mitoloji, psikoloji ilgisini çekmiyor ki bu tarafa uğramıyor. Daha çok felsefe bölümünün önünde zaman geçiriyor. Çok derin bir adam, diye düşünüyorum. Yüreğim pırpır ediyor. Bayılıyorum derin, bilgelik peşinde koşan adamlara. Ancak çabuk ayılıyorum bu sefer. Çay molasına çıkarken neler aldığını görüyorum. Satın aldığı kitapların türünün cinayet, korku olduğunu anlayınca hayal kırıklığına uğruyorum. Kasaya bakan arkadaş suratımın halini fark etmiş olmalı ki ne oldu dercesine bakıyor. Yok bir şey gibisinden elimi sallıyorum. Bu da mı gol değil? Tekinsiz kişiler okur bu kitapları. Ben korkarım, okuyamam. Yıllarca kitabevinde çalışınca ilgilenilen kitaplar üzerinden karakter tahlili yapıyorum.

Epeydir özel yaşamıma kimseyi sokmadım. Bir kadın hep aynı karakterdeki adamları mı seçer? Kapalı kutu, gizli narsist erkekler canımdan bezdirdi. Tanıdıkça o sözüm ona beyefendilerin içinden ne canavarlar çıktı. Yalnızca erkeklere değil hayata bile küstüm. Sorun sende değil, bende, diyerek paçayı zor sıyırdım hemen hepsinden. Gerçekten bende miydi sorun? Neden mıknaş gibi çekiyordum bu hasta ruhlu herifleri? Rahmetli annemin dediği gibi, kişi hak ettiğini mi yaşıyor gerçekten? Kafamda deli sorularla düzgün bir adam bulana kadar kapattım aşk defterini. Derken bu gizemli tip karşıma çıktı.

Kadınların en cıvıvli olduğu yaşların üst sınırındayım. Kış bitti, aşk mevsimi kapıda. Karnımda kelekler olmasa da karıncaların kıpırdanmaya başladığı günler... Birkaç yıldır nadastaydım ne de olsa. Hormonlarım isyanda. Kulağıma, armudun sapı, üzümün çöpü, derken ömrün geçiyor, diye fısıldıyorlar. Başka aday da olmayınca kayıtsız kalamadım yakışıklıya. Buna da aday denir mi? Beni bırak, ne havalı kızlar var buralarda, onları bile görmüyor gözü. Başı bağlı mı acaba? Umarım değildir. O da benim gibi yalnız görünüyor. Hani vazgeçmiştim bu adamdan? Ama çok etkileyici biri! Öyle hemen fark edilmiyor, baktıkça katman katman açılıyor içindeki cevher. Bu kadar gizeme direnmek zor, çok zor benim için. Yalnız önemli bir sorun var, bu çekim tek taraflı. Bu devirde platonik takılıyoruz. Benim reyona yaklaşırsa, belki karşılık bulacak kendilerine olan zaafım...

Ona kendimi göstermeye karar verdim. Olmuyor böyle tek tabanca. Bir yandan bahar, diğer yandan küçücük fıncık kimsesiz evim... Giyimime, makyajıma özen göstermeye başladım. Kuaförün yolunu hatırladım. Neler yaptırdım orda neler. Beni baştan yarattılar, diyebilirim. Klasik tarzımdan ödün vererek kırmızılar, morlar bile kuşandım. Düşünlük, bayramlık stiletto larımı günlük kullanımına sundum. Ne o öyle hep spor ayakkabılar? Ayıptır söylemesi, afrodizyak parfüm bile aldım. Kaçarı yok, artık o kuş kafese girecek! Edepsizleşiyor muyum ne? Ah anacığım, halimi bilsen mezarında ters dönersin. Cinayet romanları okumaya başladım. Korkunç sayfaları atlıyorum ama olsun iki laf edebilecek kadar bilgi sahibi oluyorum hiç olmazsa.

Onun dikkatini çekeceğim diye çabalarken iş arkadaşlarımın ilgi odağı oldum. Aman, onlardan bana ne? Kimi geveze, kimi yılışık. Hele biri var, olura olmaza kahkaha patlatıyor. Komik olsun, olmasın, fark etmiyor onun için. Erkek dediğin biraz ağır, oturaklı olacak canım. Beğendiğim biri olsaydı şimdiye kadar çoktan tavlamaıştım. Ay, sanki bir özgüven patlaması mı yaşıyorum, ettiğim laflara bak! Alt tarafı kaportaya biraz çeki düzen verdik. İçimi gören yok! Kızlar bile ne iş, pek parlıyorsun son günlerde, diye takılıyorlar. Anlayacağınız yedi düvel gördü beni, bir kişi miyop çıktı. Kafasını kaldırmıyor ki raflardan, kitaplardan. Fazla alışveriş de yapmıyor aslında. Alıcıdan çok bakıcı. Çulsuz biri de değil, hani pahalılıktan dolayı desem. Üst baş yerinde, dahası marka takılıyor bile diyebiliriz. Boynunda turuncu fuları halis ipekten. Önüne düştükçe boynuna bir dolayışı var, çok havalı çok! İçim eriyor.

Haftada bir, iki geliyor, geldikçe yüreğim hopluyor. Ergen kızlara döndüm. Aylar oldu, elde var kocaman bir sıfır. İlk defa başıma geliyor bu başarısızlık. Gönül işlerinden bir süre elimi eteğimi çekince paslandım mı? Bu işler bisiklete binmek gibi değil miydi? Yoksa seçtiğimle olacağım değil, bulduğumla yetineceğim yıllara mı girdim? Alt tarafı otuz dokuz, bilemedin kırk yaşındayım daha. Bütün erkekler çıtır çerezlere mi bakıyor yani? Bu adam onlarla da ilgilenmiyor ki. Kaç kere izledim, taş gibi kızlar geçti yanından, tık yoktu bizimkinde. Hani yoksa kadınları sevmiyor mu, dedim ama erkeklere de bakmıyor ki. Bu nasıl bir er kişi, çözemedim bir türlü.

İş yerim dışında onu görme şansım yok. İzin günlerimi zor tüketiyorum. Sabahları işe koşarken umutla doluyor içim. Aklım fikrim hep Bay Gizem'de. İş inada bindi biraz da. Kendi kendime neyi ispatlayacaksam bu yaştan sonra? Hah, işte ben de bu yaş dedim. Sevgili bilinçaltım, yapma, bulandırma aklımı. Ben, iyiyim, güzelim canım, yaş geçmedi, iş bitmedi kafasındayken, daha trenin kaçmasına zaman varken kesme önümü! Henüz eniştenin sesini bile duymadım, adını öğrenemedim. Bak bu adam bizim bildiğimiz o kapalı kutulardan değil, sessizliği filozofluğundan bence. Bir tanışalım, konuşalım, anlaşıalım gör bak neler olacak. Kendi kendimi gaza getirip dururken ortada folun da yumurtanın da olmadığını gözden geçiriyorum. Hep düş kuruyorum. Suç baharın, çarptı beni. Yaza kadar ilişkimizi ilerletir sonra da tatile çıkar, dönüşte de artık birlikte yaşarız gibi ileri hayallere kapılma cüretini bile gösteriyorum.

Evde televizyonun karşısına bir baba koltuğu mu alıp koysam? Yatak odamı mı yenilesem? Onun için pijama, diş fırçası, bornoz, ev terliği alsam mı bir yandan? Ben böyle değildim. Dereyi görmeden paçayı sıvamazdım. Hormonlarım başıma vurdu.

İtiraf ediyorum bir nedeni daha var bu hallerimin, hallenmelerimin. Göz doktoru yakın gözlüğü yazdı bana. Gittim aldım. Almaz olaydım. Takar takmaz aynada kaz ayaklarımla tanıştım. Bu gözlük yanlış diye tutturdum ama kendimi kandıramadım. İşte böyle. Acı ama gerçek!

Vardiyam değişti. Artık öğleden sonraları gidiyorum işe.

İki dirhem bir çekirdek giyinip, yine hülyalara dalıp hayallerimi kuşanarak kitabevine vardığımda küçük dilimi yutacaktım. Benim canım Bay Gizemim koluna girip kendisini çekiştiren polislere bağıyor. Ne kadar çarpıcı, kucaklayıcı bir sesi var. Seksi bile denilebilir. Bir de şiir okuduğunu düşünün. Dayanılmaz. Mest oldum. Bu büyümlü ânı gürültüye getirmeyin canım. Neden zorla dışarı çıkarıyorsunuz adamımı. Turuncu fuları yere düşmüş. Alıp uzatırdım ne güzel, tanışır giderdik böylelikle. Bizim müdür neden ağzından tükürük saçıyor yine. Müşterinin arkasından böyle atılıp tutulmazdı hani? Nerede kaldı bizim iş ahlakımız?

Bir süre hayıflanıp durdum. Bugün tanışabilirdik, diye düşündüm ipek fularımı okşarken. Bana yumuşacık kalbini açardı kısa zamanda. Bay Gizemim o kapalı kutu, sinsi erkeklere benzemiyor ki.

Polislerle giden müdür geri geldiğinde güvenlik görevlilerine arabamdaki poşetleri getirin, diye bağırdı. Namussuzun evi kitap doluydu, dedi bir de.

Neler olduğunu arkadaşlar defalarca anlatınca sonunda anladım.

Gizem Bey'in kara kutusundan bir el kitabı çıkmıştı. Adı: Kleptoman!

SIRA ARKADAŞI

YAZAN: Ayşe Gülçin İLHAN

aysegulcinilhan@gmail.com

Lisedeki sıra arkadaşımı yitirmiş gibiyim bu akşam

Ezik bir eksiklik hâli, hani sebepsiz bir yastayım sanki...

Gözyaşına üşeniyor gözlerim

Sevgi uman ellerim uzanmak istemiyor artık başka bir ele ...

En son ne zaman anlattık, birine ‘Seni seviyorum’ hikayesini?

Unuttuk mu eskide kalmış resimli foto romanları?

Kime yazdık hesabını tutmadığımız aşk şiirlerini?

Hani hecesi şaşmış, kafiyesi karışmış sevgi dolu mısraları ...

Şüphe duymadan, bir başkasından ödünç almadan ne zaman sarıldık çok severek birine?

Bir omuza güvenle en son ne zaman başımızı yasladık ve ardından pişmanlık yası tutmadık?

Gelenin kalacağından çok, ne vakit gideceğini hesaplamadan ertesi yılın planını yaptık?

Yanıtlamakta zorlandığımız ne çok soru var hayatta ...

Mesela; kırık bir kalp bıraktık mı ömrümüzün ardında?

İşte şimdi;

Bir başıma bahanesiz, dönüşü olmayan ve artık sancılarının çekilmediği aşkların ardından;

Sakin ve sükûn içinde, onca heyecanı yatıştırmış, akıllı selim bir hâle

Lisedeki sıra arkadaşımı yitirmiş gibiyim bu akşam ...

12/08/2025

SEVMEKLE BAŞLAYACAK HER ŞEY

YAZAN: Yayla BOZTAŞ

yaylaboztas@yahoo.com

Arabamızın kaportasına anneleri tarafından koruma amaçlı bırakılan dört kedi yavrusunun bakımını üstlenmek zorunda kalınca hayvanların ne kadar mükemmel canlılar olduğuna bir kez daha tanık oldum.

Onları; bırakıldıkları, karanlık tozlu kara kutudan büyük bir uğraş sonunda ölmeden becerip çıkarmamız sonunda ne kadar küçük, yalnız ve korunaksız olduklarını gördüm. Dört tane küçücük can, sekiz tane kulak, dört çift korkuyla bakan mavi gözler, on altı tane küçücük pati.

Çok büyük sorumluluktuk. Yine de çok sevindim. Onları hayvan seven birine, bana gönderen ilahi rastlantıya binlerce şükrettim. Bir aylık, annesiz yavruların birbirlerini emmeye çalışması, acı acı miyavlamaları, çaresizlikleri karşısında ben de çaresizdim. Ama süt tozundan yapılan mamaları, biberonları, günde dört kez emzirilmeleri, onların sesini azaltırken benim ümidimi arttırdı. Yaşatacaktım bu öksüzleri. Bir yandan da onları bir daha bulamayan annelerinin çaresiz aranmaları içimi acıtıyordu. Beslerken aslında insan yavrusundan pek de farklı olmadıklarını fark ettim. Acıkan, annelerinin memesini arayan küçücük canlar. Yetimler, ailesizler... Ben onlara benzemeyen ama süt verdiği için sevilen, ardından koşulan, elbisesine tırmanılarak göğsüne kadar çıkılan kocaman bir anneydim.

Bir aylık yavruların kumu eşeleyip ihtiyaçlarını görmesini, sonra örtmesini ben öğretmedim. Yemekten sonra yalanmalarını da. Çocuk bahçesinde alt alta üst üste oynayan çocuklar gibi oynamalarını, korkunca tüylerini kabartıp korktukları şeye tıslamalarını da.

İnsanlar; hayvanları izlemeli, doğayı, ağaçları, çayırı çimeni, akan dereleri, kupkuru dallardan neşeyle fişkıran tomurcukları... Tomurcuktan çiçeğe çiçekten meyveye dönen oluşumu izlemeli. Çevrelerinde olup bitenin ayırımına varmalı. Saygı duymalı bütün canlılara. Hele kendisinden başkalarına yaşam hakkı vermeyen o kibirli, narsist, bencil insanlar, elinizden teknoloji, para ve bazı kolaylıklar alındığında dibine su dökülmeyen ağaçlar, annesiz yavrular gibi olacağınızı bir düşünebilseydiniz...Bu muhteşem doğayı, onun bize sunduklarını, doğanın bize değil bizim doğaya muhtaç olduğumuzu bir düşünseydiniz.

Yakılan ormanlarda kül olan ağaçların, yerde yatan kuru dalların, kaskatı kalmış hayvanların cesetlerini düşünüp ağaca, hayvan ve doğaya yazıklanmayan insanlarla aynı coğrafyada yaşamak çok incitici. Aynı familyanın canlısı olarak insan diye adlandırılmak çok üzücü.

Bilmediğim, hissetmediğim, ders aldığım dört tane yüz gramlık canlılar bana bir kez daha öğretti, bildiklerimi iyice pekiştirdi. Bütün canlılar kutsaldır. Bu yaşamda hepsine gereksinim vardır.

Ne mutlu içinde her canlı için sevgi taşıyana. Sevgili Sait Faik Abasıyanık'ın dediği gibi;
“Dünyayı güzellik kurtaracak, bir insanı sevmekle başlayacak her şey”
Sevgiyle, vicdanla kalın.

YAZAN: Nimet ÖZGİZEP

nimetoetz@hotmail.com

Sabah erkenden kalktılar. Anne kendi diktiği tayyörünü giymiş saçlar ondüle, kolunda beyaz saplı çantası, dudağında ruju, gözlerinde rastık seslendi, “Bayram alışverişi yapacağız, hazırlanın”. Nefes nefese kimse birbirine çarpmadan hazırlandılar. Sorular havada uçuşuyordu. “Ayakkabı alacak mısın anne?”, “Bana da pantolon?”, “Anne oje alabilir miyiz?”. Ortanca ekledi, “Berbere de gidelim”. “Bakalım paramız yeterse” diye hüznle söylendi anne. Ne zaman çocuklarına hayır demeyecekti... En küçük kız, “Anne, biz de lokantada yemek yiyelim”. “Hele bir yemek yemeyi öğrenin, en güzelinde yiyeceğiz” dedi. Hiç umudu yoktu ama hayali bile güzeldi.

Sabah erkenden uyandı. Gözleri loş odada bayramlıklarını aradı. Bayram sabahları sevinçten olsa gerek, uyku tutmazdı. “Bayram sabahı uyunmaz, melekler bayramlaşmak için bekler”. Annenin sesi bir şarkı gibi kulaklarındaydı. Aslında her sabah şarkılarla uyanmazlar mıydı zaten. Radyonun sesi hafifçe açılır, en güzel sanat müziği parçaları kulaklarda, şarkı söyleyerek kalkılır. “Ağaç yaşken eğilir.” Sanat müziği sevdası bu yüzden olsa gerek. Bayram namazından dönünce erkekler, kahvaltıya oturulur. Gözler şekerlikte, kahvaltının bitmesi beklenir. Bütün aile giyinince anne ile büyük abi yan yana dikilir, eller öpülür.

"Nadire teyzen benim bir liram 10 lira gibidir derdi." “Birer lira bayram harçlığı veriyorum, çarçur etmek yok”, anne sevgiyle sarılıp öper çocuklarını. Küçük kız ve abisi akşam olduğunda harçlıklarını sayarlar, nedense onunki her saymada azalır. “Anne paramı alıyo” diyecek olur. “Eller yıkansın, yatın bakalım. Yarın yine bayram.” Günün yorgunluğunu sessizlikte kahve Gelincik sigarasıyla taçlandırır..."

YÜREĞİMİZDEN TAŞANLAR

Şiir

BABAM

YAZAN: Filiz GÜLMEZ

Fdemir48@yahoo.com

Bir şubat günü çekip gittin,
Bir saat bile bırakmam annenizi, derdin
Dünyanın yükü çok mu ağır geldi?
Son iki yılın zor geçti, biliyorum.
Bir yanda yatalak bir eş, öbür yanda yaşlanan yorgun bedenin.
Çiçeklerini suladım babam,
İncir yaprakları çıkmış subay kılıçlarının dibinde.
Susuz kalmış, boyunlarını bükmüşlerdi.

Su verdim, nasıl dört elle sarıldılar hayata,
Bir dikildiler ki görmeliydin.
Çiçekleri severdin babam, kuşları severdin.
Yem vermeni bekliyor
Balkonda güvercinlerin.
Dağları çok severdin
Ne de olsa köy çocuğuydun,
Yüksek yerlerin insanıydın.
Dağları ben de severim, hele şimdi daha çok...
Dağlar bana senden armağan.
Bir dağ manzarası yapmıştım da
Kimselere verememişim.
Ürünleri insanın çocukları
İçi titriyor başkasına verirken
Sana armağan etmişim onu:
Arkada zirvesi karlı dağlar,
Önde koyun sürüsü,
Yanında çoban çocuklar,
Aynı senin köyün
Şimdi düşünüyorum da
Öyle çok şey öğrenmişim ki senden:
Doğru ve dürüst olmak,
Dört elle sarılmak hayata
Ve erdem saymak çalışmayı...
Yoğun bakımda yatarken her gün geliyordum yanına.
İlk iki gün az da olsa konuşmuştun benimle,
“ Her tarafım ağrıyor.” demiştin.
Kulaklarımda senden kalan son söz babam
O da yalnızca bir fısıltı.
Artık telefona çıkmıyorsun baba,
Oysa her gün konuşurdun benimle.
Uzun uzun konuşurduk,
“İyi akşamlar canım !” derdin telefonu kapatırken.
Sevecen, duygulu, yumuşak ve fedakâr sen

Zaten o sert adamın derinliklerinde
Duygulu, kırılgan ve ince bir insan vardı.
Çoğu kez bizim fark edemediğimiz yönlerini görmüş seni tanıyanlar,
“İyi adamdı,” diyorlar senin için “Zarif, kibar adamdı”
Yeni bir dönemi başladı hayatımın,
Sensiz sürüp gidecek biliyorum.
Babasız bir hayat bu,
Ne derler adına,
Öksüz mü ya da yetim?
Aramızda, yaşanmamış şeylerin uzaklığı olsa da
Sensizliğin elinden tutacağım baba!
Senden kalan güzel şeyler var yüreğimde,
İnan bana, onları büyüteceğim...

Şubat 2000 /Ankara

UMUT ŞARKILARI

YIKILASIN İSRAİL

SÖYLEYEN: Murat KEKİLLİ

Çok canlar yaktın
Çok ocaklar yıktın
Yerin yok dünyada
Nereden çıktın?

Yıkılasın İsrail
Enkazını göreyim
Sana ülke diyenin
Yüzüne tüküreyim

Hesabın boşuna
Sakın umutlanma
Bu aziz topraklar
Yar olmaz sana

Yıkılasın İsrail

Enkazını göreyim

Sana Ülke diyenin

Yüzüne tüküreyim