

İnsan ve Hayat'tan

Su

Hissettiğimiz gerçek huzuru tarif ederken, o hiç eksik olmaz. Mehtaba karşı oturup manzarasını izlerken, insanın gözünden gönlüne doğru, genişlik, ferahlık ve rahatlık verir. Ya da küçük bir dere kenarında, sesinde duyduğunuz sızıltı, terapi niyetiyle söylenen değme sözden etkilidir.

Dalgaların kıyıya vurduğu sahil boyunca ya da küçük selaleleri olan nehir kenarında yürürken, bir saatlik yürüyüş bir haftalık stresinizi alır götürür.

İnsanın gerçek huzuru hissettiği birçok yerde, su eksik olmaz.

2021 yılının Ağustos ayını yaşadığımız şu sıcak günlerde, "Hayatın Su Yüzü" dosya konusunu çalıştık. Bu konuyu hazırlarken yazarlarımız, sudan gelen huzuru akıllarında tutarak, sudan gelen sağlığa odaklanıp sizin için güzel bir metin kaleme aldılar.

Dosya konusunu okurken yer yer daha önce bildiğiniz detaylarla karşılaşabilirsiniz. Hepsini okuyup bitirdiğinizde, suyla her karşılaştığınızda neden içinizin huzur dolduğunu, kıyısına oturduğunuz denizden neden ayrılmadığımızı daha iyi anlayacaksınız. Çünkü suyun damlasından deryasına kadar, her şeyi çok değerli ve insan için elzem. Ve insanın bilinçaltı bunları hissettiği için suyu her gördüğünde, ona karşı olan duygularına hakim olamıyor.

"Yağmur Suyu Hasadı" başlığı ile SÜZGEÇ bölümünde "Temiz Su Biriktirme" konusu ele alındı. Suyla ilgili hep duyduğumuz ama detaylarına kafa yormadığımız önemli bir konudur, yağmur suları. Sizler de dergimizi okuduktan sonra evinize ya da bahçenize inen rahmet damlalarından biraz daha fazla istifade etmeyi düşüneceksiniz. Fırsatı olanların, yağmur

suyundan tam istifade etmeleri önemli bir konu.

Her ay devam eden bölümler ise yine dolu dolu. Gençlerle Çalışmak bölümünde, "Düşünceler Değişmeden, Davranış Değişir mi?"

işlendi. Görgülü Karga'da ise "Beni Anlayanların Yanına Gidiyorum" yer aldı.

Bu ay yeni bir bölüm daha başladı. Şehir ve Medeniyet bölümünün ilk yazısı, Kazakistan'dan geldi. Ve "Tarihî Taraz Şehri" iyi bir başlangıç oldu. Yaşadığı ya da gezdiği yerlerin şehir ve medeniyet temalarından etkilenenler, bunları kaleme alıp bilgi@insanvehayat.com mail adresimizden bizlere ulaştırabilirler.

"İstisnaların da Kuralları Var mıdır?" başlığı ile Genç Hayat ekimiz, güldürürken düşündürülen ve anlatırken sıkmayan bir sayı ile sizlerle.

Okudukça muhabbet uyandıran yeni sayılarda buluşmak temennisiyle.



Aktüel Kültür Dergisi

İNSAN VE HAYAT

AĞUSTOS 2021 - SAYI 138

YAYINCI

ÇAMLIÇA BASIM YAYIN VE TİC. A.Ş.

Adına İmtiyaz Sahibi HÜSEYİN GÜNEY
Yayın Yönetmeni (Sorumlu) HARUN ÖZDEMİR
Yayın Koordinatörü ERCAN ERDOĞAN
Editörler ÜMİT YÜKSEL, HAKAN ALTUNYURT,
ŞENOL GENÇ

Katkıda Bulunanlar SELMAN ASLAN, BARBAROS DOĞAN, İDRİS EREN, SEYHAN TUNALI, ÖMER DEMİR, ERDOĞAN OĞULTEKİN, FERHAT KAYA, SAİD ÜNALAN, MEHMET ALİ ASLAN, MÜMİNE FERHAN İBİLOĞLU, ARIF ÖZTÜRK, MURAT SAFRAN, MELEK AKTÜRK, NİL SAHRA, GİZEM NUR AKSOY, ZEYNEP SOLUM, MEHMET NUMAN TANIR, HASAN NAZİR, ŞAHİN ORUÇ, ZEYNEP ZÜLAL TÜRKDOĞAN

Tasarım Uygulama FATİH DEVREZ
Web AURORA BİLİŞİM

YÖNETİM YERİ

Çamlıca Basım Yayın ve Tic. A.Ş.
Bağlar Mah. Mimar Sinan Cad. No 54
Güneşli - Bağcılar / İSTANBUL
Yayıncılık Sertifika No 46592

REKLAM

HÜSEYİN GÜNEY
reklam@insanvehayat.com

BASKI VE CİLT

Çamlıca Basım Yayın ve Tic. A.Ş.

YAYIN SÜRESİ-TÜRÜ

Aylık-Yerel Süreli
ISSN 1309-5978

DOĞU AVRUPA BAYİİ

ENDER GMBH, Melatener Weg 18 - 50825 KÖLN
Tel. +49 221 690 58 90
abone@camlicakitap.de

BATI AVRUPA BAYİİ

Çamlıca Kitap B.V. Bemmelseweg 67 6662 PE Elst-GLD
info@camlicakitap.eu / www.camlicakitap.eu

İnsan ve Hayat Dergisi'nin bütün yayın hakkı, Çamlıca Basım Yayın ve Tic. A.Ş.'ye aittir. Dergiye gönderilen yazılar, yayımlansın ya da yayımlanmasın iade edilmez. Dergimiz, yazılar üzerinde gerekli müdahaleyi yapma hakkına sahiptir. Dergide çıkan yazılar kaynak gösterilerek ıktibas edilebilir. Dergide yayımlanan yazı ve reklamların her türlü mesuliyeti yazarlarına ve sahiplerine aittir.

İRTİBAT VE ABONE

0850 811 9 811
abonemerkezi@camlicabasim.com
Yazı İşleri (0212) 657 88 00 - 7103
WhatsApp Hattı 0530 285 38 04

ÇAMLIÇA BASIM YAYIN VE TİC. A.Ş.

Ziraat Bank IBAN TR81 0001 0021 0550 7231 7750 02
Akbank IBAN TR60 0004 6011 9388 8000 0135 18

insanvehayat.com bilgi@insanvehayat.com

    / insanvehayatdergisi

Dünyaya Mercek 8

Aktif Okur 10

Haberler 12

Çatalca'nın Gözyaşları 14

Hayatın Su Yüzü 20

İki Oda Bir Mektep Euler 34

Meyan Kökü 36

Kalabalıktaki Yalnızlık: 42

İletişimsizlik

Düşünceler Değişmeden, 46

Dauranış Değişir mi?

Görgülü Karga 50

Tarihî Taraz Şehri 52

Çocuğum Soru Sormaya Başladı 58

Süzgeç: Yağmur Suyu Hasadı 61

Bulmaca 71

İçindekiler

10



AMASRA

Tarihin, edebiyatın, tabiatın ve insanın, hep yaşayan bir şey olması ne güzel. Gür ışığı ve gür suyuyla, sen bahçesi ve sen bağıyla hâlâ capcanlı Amasra. Nice hakanlar gelip geçmiş buradan. Öyle ki bir tanesi çok içlenmiş ve heyecanla karışık "Çesm-i Cihân" demis. Coskun dalgalı Karadeniz'in kıyısında, mütevazı bir yer Amasra. Gidip görülesi bir yer.



Hayatın Su Yüzü

*Uğruna yola düşülen,
dağlar aşılan, şehirler
geçilen, akıp yolunu
bulurken tarihe ve
insanlığa da yön vermiş,
biiznillah toprağı
yeşerten, Cenâb-ı
Hakk'ın kâinattaki en
kıymetli nimetlerinden
olan su...*

R

ivayet şöyledir;

Anadolu Selçuklu sultanı Alaeddin Keykûbat, bir ağustos sabahı yola düşer. Uzunca müddet yolculuktan sonra, Taşkent yakınlarındaki bir pınarın yanında durur. Pınardan su dolduran kadından, kendisine su vermesini ister. Kadın, tası alır, suyu doldurur. Fakat sultana uzatmadan, pınarı

gölgeleyen çam ağacından birkaç çam pürçeği alıp tastaki suyun üzerine serper. Sultan, tası alır; fakat kadının bunu neden yaptığını anlamaz, suyu döker ve tası, kadına uzatır. Kadın tekrar su doldurup üzerine çam pürçeği serpip sultana uzatır. Sultan, buna yine bir mana veremez.

Kadın bunu neden yapmış olabilir?
Merakınızı diri tutun.

Yeryüzünün suları

Uğruna yola düşülen, dağlar aşılın, şehirler geçilen, akıp yolunu bulurken tarihe ve insanlığa da yön vermiş, biiznillah toprağı yeşerten, Cenâb-ı Hakk'ın kâinattaki en kıymetli nimetlerinden olan su...

Hayatın devamlılığı için olmazsa olmaz olan su, hem coğrafyalara hem de canlıların hayatına tesir eder. İnsanların yaşam alanları, su kaynaklarına göre şekillenir. Suyu bol bölgelerdeki yayılarak yerleşim, suyu kısıtlı bölgelerdeki toplu yerleşim, bunun en belirgin örneğidir.

Yeryüzünün dörtte üçü suyla kaplıyken, yer altının ne kadarının suyla kaplı olduğu bilinmez.

Suya ilk defa, dünya üzerindeki en yaşlı kayalar olduğu belirlenen, Greenland'deki

Isua Kayaları içerisinde rastlanmış ve yapılan incelemelerde, söz konusu kayaların içindeki suyun 3,8 milyar yıllık olduğu anlaşılmıştır.

.....
Yeryüzü sularının %97,6'sı, okyanus ve denizlerde tuzlu su olarak bulunur. Kutuplarda, kalınlığı yaklaşık 16 km olan buzullarda bağlı duran su, dünyadaki suyun yaklaşık %2'si kadardır. Bilinen bütün yeraltı ve yerüstü tatlı suları düşünüldüğünde, insanın, işleme tabi tutmadan kullanabileceği su, dünyadaki toplam suyun %0,5'i kadardır.
.....

Suyun mucizevi karakteri

Deniz suyu, canlıların tam olarak ondan faydalanabilmesi için tuzlu ve acı yaratılmıştır. İçinde çok fazla canlı yaşar ve ölür. Eğer deniz suyu tuzlu olmasaydı, içinde yaşayan canlıların ölüp bozulmasından dolayı deniz kokuşur, zehirli gazlar salgılardı. Bu gazlar atmosfere karıştığında, havanın temizliği bozulur, iklimler değişir ve yeryüzü yaşanmaz bir yer olurdu.

Su, oksijen ve hidrojenen oluşur. Oksijen yanıcı, hidrojen yakıcıyken, suyun söndürücü olması, hayret vericidir. Suyun molekül yapısı, bilinen hiçbir maddenin yapısına benzemez. Bütün karakteristik özellikleri, kendine has molekül yapısına bağlıdır.

Bilinen bütün sıvılar içerisinde, katı hali, sıvı halinden daha az yoğun olan tek madde sudur. Bir pet şişeye su doldurup dondurduğunuzda, şişenin şiştiğini görürsünüz. Çünkü donduğunda suyun hacmi artar, hacmi arttığı için yoğunluğu azalır. Buzun, suyun üzerinde yüzmesi de bundandır. Bu sıcak yaz günlerinde, suyunuzun üzerinde yüzen buza bakarken, aslında tabiattaki mucizevi bir yaratılışı temaşa ettiğinizi düşünün. Eğer su, diğer

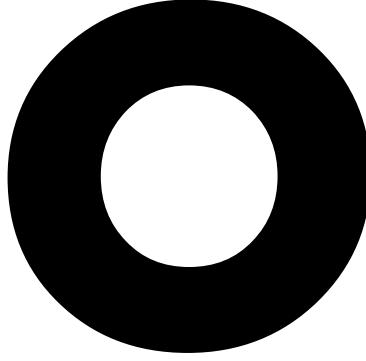
MEYAN; A, B1,
B2, B5 VE E
VİTAMİNLERİ;
POTASYUM,
KALSİYUM, DEMİR
GİBİ MİNERALLER
AÇISINDAN
OLDUKÇA
ZENGİNDİR.
BU İÇERİĞİYLE
BAĞIŞIKLIK
SİSTEMİNİ
GÜÇLENDİRİR.

**"ŞARBA"DAN
"ŞERBET"E ŞIRALI
YOLCULUK**

**M E Y A N
K Ö K Ü**

GİZEM NUR AKSOY
ZEYNEP SOLUM





Osmanlı döneminde, günün her vakti içilen ve sofraların tamamlayıcısı olarak kabul edilen şerbetler, ana yemekler kadar önemli bir öğe olarak nitelendirilmiştir. Meyan kökü şerbeti,

ülkemizde daha çok Güneydoğu ve Doğu Anadolu bölgelerine özgü olarak üretilir. Bölgede kültürel bir değere sahip geleneksel bir içecektir.

Meyan kökü kullanılarak elde edilen ve tarçın, karanfil ve gül suyu ilavesiyle hazırlanan meyan şerbeti, Antep'te özellikle yaz aylarında severek içilir.

Bazı önemli zamanlarda, hayır amacıyla dağıtılan şerbete "sebil" denir. Sebilde hayır yapmak isteyen kişi, meyan şerbeti satıcısına şerbetin parasını verir ve şerbetçi, mahalleleri dolaşarak şerbet dağıtır.

Meyancılar sırtlarındaki tuluk içindeki meyan şerbetini bir tasa dökerek satarlar, müşteri çekmek ve kendilerini fark ettirmek için de üst üste koydukları, galvanizli sacdan yapılmış iki tase birbirine vurarak çingirdatırlar. Meyan şerbetinde, meyan lifleri, meyan tozları ve su, ana bileşen; toz tarçın, karanfil ve gül suyu, aroma verici ve buz da soğutma ve aromayı güçlendirici olarak kullanılır. Üretimde şeker veya başka bir tatlandırıcı kullanılmaz.

Geleneksel gıdalar, toplumların yemek kültürlerinin ve beslenme alışkanlıklarının gelişmesinde rol oynamıştır. Aynı zamanda bazı bitkiler, yiyecekler ve karışımlar da toplumlarda hastalıklara şifa olması için kullanılmıştır.

Çeşitli şerbetler, şuruplar, ayran, hoşaf ve kompostolar, iştah açıcı özellikleri ile Türk sofralarının vazgeçilmez unsurlarıdır. Osmanlı mutfağının içeceklerinin su, limon suyu (âb-ı limon), boza, kahve, hoşaf ve şerbetlerden oluştuğu bilinir. Tarihte de günümüzdeki meyve suları ve çeşitli içeceklerden önce, şerbetler yer almaktaydı.

Kalabalıktaki

HAKAN ALTUNYURT

İletişimsizlik

Modern insanın, teknoloji rüzgârında savrulmadan, bir başına yalnız kalıp herkese, her şeye ve en nihayetinde kendine bile yabancılaşmadan, bu tuhaf zamandan sıyrılması zarurîdir. Bunun için yapması gereken ilk iş, kendisini diğer canlılardan ayıran temel özelliklerini hayata geçirmek olacaktır: Yani konuşmak.



Yalnızlık:

yerini bulut teknolojisi internet haberleşmelerine bıraktı. Fakat bütün bunlar, iletişimsizlik problemini azaltmak şöyle dursun, daha fazla körükledi.

Günümüzde insanlık, kendinden evvelkilerin hiç karşılaşmadığı kadar büyük bir iletişimsizlik problemiyle karşı karşıya.

Çünkü modern insanın dünyasında tabiiğin yerini, yapaylık, sunilik aldı.

Gerçek olanın yerini, sanallık aldı.

Adına her ne kadar sanal gerçeklik denilerek “gerçek”liğin pençesine sarılmaya çalışılsa da hiçbir zaman sanal gerçek, “gerçek”liğin lezzetine ulaşamadı.

Muhtemelen bundan sonra da ulaşamayacak.

Yalnız ve yabancı

Hızla değişen ve dönüşen dünyada insan, yalnızlaştı. Hem kendine hem dünyaya yabancılaştı. Kendine ve hayata karşı yabancılaşan insan, her ne kadar teknolojinin getirdiği birçok envantere sahip olsa da bunları uygulamakta büyük problem yaşadı. Dolayısıyla iletişim kuramadı ve hayatı anlaşmazlıklarla doldu. Bu problemlerden kurtulmak ve sağlıklı iletişim kurmak için, hep kendini güncelledi. Yeni şeyler ileri sürerek, iletişimsizliğe geçit vermek istemedi. Bunu yaptı, çünkü biliyordu ki iletişim kurma potansiyeli ne kadar yüksekse, mutluluk da o derece yüksek olacaktı.

İnsanlığın tarihi ne kadar eskiyse, iletişimin tarihi de o kadar eskidir. Mağara taşlarına çizilen şekiller de güvercin kanadına takılan haberler de hep aynı olgunun tezahürleridir: İletişim.

Düşünülür ki zaman ilerledikçe, teknoloji geliştikçe iletişim de o seyre kapılır ve iletişimde de bir terakki görülür. İnsanlar, önce kendileriyle, sonra çevreleriyle ve en nihayet çerçeveyi genişleterek bizâtihi hayatın kendisiyle güçlü iletişim ağına sahip olurlar, olmalıdırlar. Fakat bunu başaramadılar.

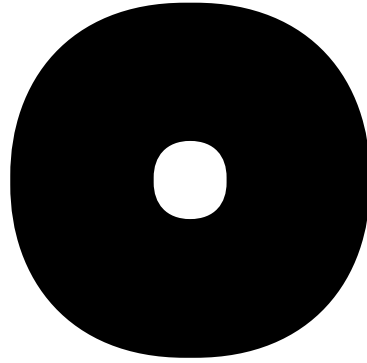
Dumanla haberleşme devirlerinden geçen insanlık, o kadar ilerledi ki artık güvercinler; yerini uydulara, dumanlar;





Tarihî Taraz Şehri

HASAN NAZIR



rhun Abideleri'nde kullanılan ve "Göktürk Alfabesi" olarak bilinen alfabeden önce Türklerin "Talas Alfabesi"ni kullandıklarını biliyor muydunuz? 751 yılındaki Talas Savaşı ile bildiğimiz bu şehir, aslında tarih ve medeniyet olarak çok daha farklı detaylar barındırıyor.

Kırgızistan Bışkek'ten çıktığımız yolculukta hedefimiz, Kazakistan'ın Taraz şehri idi. Bışkek'ten çıktıktan sonra kıvrım kıvrım akan Çu Nehri boyunca ilerleyen kara yolunu takip ediyoruz. Kırgızistan tarafında gözlemlediğimiz kadarıyla, yol boyunca oldukça zengin ve çeşitli bir kültür dikkat çekiyor. Mesela içecek tezgâhlarına şöyle bir baktığımızda, mayası çok katılıp tam tutturun "tünemel kırmızı", kıvamı damak tadına hitap eden formülü ile "bal kırmızı", misafirler için daha hafif bir tür olan "cuvas kırmızı", küçük tezgâhta oldukça zengin çeşitlerdi. Bunun yanında buğday ve süttten yapılan, "shoro" yazılıp "şoro" diye okunan içecek ise yaz sıcaklığında oldukça ferahlatıcı bir lezzet.

Kazakistan'ın Korday sınır kapısından geçtikten sonra yol düzleşip tenhalaşılıyor. Taraz şehrine kadar tarım alanları yönünden zengin ama yerleşim olarak daha sakin bir coğrafya temaşa ediyoruz.

Tarihî Taraz şehrine, doğu tarafından, yani Üçbulak tarafından giriş yaptığımızda, gün geceyi bulmuştu. Gündüz olduğunda, bu güzel şehrin genel görünümünü yakalamak üzere önce birkaç saatlik hızlı bir seyahat planlıyoruz.

Orta Asya bozkırlarının geçmişinin bin yıllara dayandığına şahitlik eden bu şehir, Talas Nehri'nin beşiğinde kurulmuş. Yer yer tepelikler üzerinden nehre doğru bakan yerlerde, oldukça farklı bir şehir görünümü olsa da şehrin geneli, "bozkır" görünümünü sunan bir yapıda.

Detaylı şekilde yaptığımız şehir turunu ise, kültür ve uygarlığın beşiği olan tarihî yerlere yaptık. İpek Yolu'nun üzerinde kurulan bu şehrin geçmişi oldukça eskiye dayanıyor. Geçmişte İpek Yolu üzerinde birçok şehir, kent, kasabalar oluşmuştu. Taraz'ı bu şehirlerden ayıran en büyük özellik, kültür ve medeniyet

AGUSTOS 2021

siñgeç

**Y a ğ
m u r**

S u

y u

H a

s a

d ı

