

İnsan ve Hayat'tan

Konum

Konum ve lokasyon bildirebilmek artık çok kolay. Cep telefonunun getirdiği faydalı şeylerden biridir, ulaşmak istediğimiz yerin, etrafındaki detaylarla beraber yolumuzu göstermesi. Bazen de bize ulaşmak isteyenler yolu bilmezler, telefon üzerinden onlara konum göndeririz.

Bizde "konum" kelimesinin iki anlamı vardır. Birinci anlamında, yeryüzünde bir noktanın enlem ve boylamına göre referans noktasıdır. İkincisinde ise bir kişinin uzak ve yakın çevresine göre aklını, fikrini ve kişiliğini konumlandırarak, kendisine o muhitin şartlarında bir yol ve usul belirlemesidir.

Hayat, uzun ve anlamlı bir yolculuktur. Bu yolculukta kişinin referans noktalarını belirleyerek kendi yolculuğunu yönetmesi çok önemlidir. İhtiyarlık dönemi, kişinin yaptığı yolculukta doğru ya da yanlış referans noktalarını takip edip etmediğinin sonuçlarının görülmeye başlandığı bir dönemdir. Bu dönemi okurlarımıza anlatarak, hayat yolculuklarında, varacakları konuma göre sorgulamalarını şimdiden yapmalarını istedik.

"Süper Yaşlılık İçin Tadında Bir Hayat" başlığı ile ekim sayımız yine dolu dolu. Yaşlılık döneminde sağlıklı ve zinde kalmak isteyenler, güzel detaylar bulacaklar. Manevî hayatlarına anlam yüklerken zaman zaman zorluk çekenler ise kendilerine uygun anlatımlar bulduklarında, bunların altını çizip yakın dostlarına anlatmak isteyecekler.

Konuyu çalışan yazarlarımız, "Gençlikten Yaşlılığa Uzanan Köprü: İnsan" başlığını yazarken, bilgeliğe ulaşmak isteyen gençlere yol göstermek istediler. "İyi Yaşlanmak" başlığında, anne babasına, yaşlılık dönemlerinde el uzatmak isteyen, onlara güzel bir konum atarak o yöne doğru yürümelerini isteyen

gençler ele alındı. "Vakitten Azade" başlıklı yazıda, yaş almış bilge kişiler, tecrübelerini gençlere aktarmaya gayret ettiler.

"İnsan Ömrünün Anlatıldığı Eserler, Yaşnâmeler", "Alzheimer", "Süper Yaşlılık İçin Gençliğe Yatırım Yapmak" ve "Yaşlılığın Tadına Varmak" başlıklı yazılar ise hayat yolculuğunda konum belirlemek isteyenlerin başvurabileceği mahiyette.

Bunun haricinde SÜZGEÇ bölümünde "Yemek Kadar Önemli, Hazmetmek" konusu var. Yazıyı okurken, sindirim sistemimizi, özellikle de mideyi öğrenecek, yemek davranışlarımızı yeniden gözden geçireceğiz.

"Yerini Neden Yadırgar, Dünyada İnsan?" başlığı ile Genç Hayat ekimiz, bu ay kendi içinde daha bir anlamlı. İhtiyarlık dosyasını okuduktan sonra gençlik için açılan pencereden yeniden bakmak, hayatın hızlandırılmış bir özetini görme hissini yaşıyor.

Uzun hayat yolculuğunda önemli kademelere konum atan yeni sayılarımızda buluşmak ümidiyle...

Mevlid Kandil'inizi tebrik ederiz...



Aktüel Kültür Dergisi

İNSAN VE HAYAT

EKİM 2021 - SAYI 140

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, ÖMER DEMİR, ERDOĞAN
OĞULTEKİN, SAİD ÜNALAN, MEHMET ALİ ASLAN, ARIF
ÖZTÜRK, MURAT SAFRAN, EMİNE AÇIKEL, BİLG SELVİ,
MEHMET NUMAN TANIR, ZEYNEP ZÜLÂL TÜRKDOĞAN,
FATMANUR CANER, ARIF TUŒ, ARIF ÖZTÜRK,
MUSTAFA BORAN, HÜMEYRA KÖKSAL, ŞEYMA EROL
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,
yayınlanmasın ya da yayınlanmamasın iade edilmez. Dergimiz,
yazılar üzerinde gerekli müdahaleyi yapma hakkına sahiptir.
Dergide çıkan yazılar kaynak gösterilerek iktibas 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

    / insanvehayatdersisi

Dünyaya Mercek 8

Aktif Okur 10

Haberler 12

Eser Elementler 14

Gençlikten Yaşlılığa 16

Uzanan Köprü: İnsan

İyi Yaşlanmak 18

Vakitten Azade 22

Yaşnâmeler 28

Alzheimer 32

Tabiata Kulak Verelim 36

Lezzetin Adı Lokumun Tadı 38

Bereketli Sıkıntılarınız Olsun 42

Süper Yaşlılık İçin 46

Gençliğe Yatırım

Yaşlılığın Tadına Varmak 50

Görgülü Karga 54

Mükemmeliyete Koşan, 56

Nefessiz Kalır

Eğitimin Sesi Uzaktan 58

Hoş Gelir mi?

Süzgeç: Yemek Kadar Önemli, 61

Hazmetmek

Bulmaca 71

içindekiler

11

GİTMEK

Derler ki dünya bir durak yeridir. Buraya gelen, elbet bir gün gider. Hayat, içerisinde barındırdıklarına mutlaka yol açar. Bunu kimisi at sırtında yapar, ecdadımız gibi. Kimisi yaya. Ömrü boyunca ayaklarına yüklenir. Daha vahimi, gittiği yol yanlış olabilir. Velhasıl herkes bir şekilde gider. Şimdi fotoğrafa bakalım. Otobüsün içindekiler, bir de üstündekiler var. Hayat otobüsünün yolcuları ... (Banglades)



iş

Gönülsüz pişen aş, ya karın ağrıtır ya bas ... Bu sözü cerceveletip duvara asabilirsiniz, değer. Yapılan her işte gönüllülük, yani işi severek yapmak esastır. İş severek yapmak demek, özenmek demektir. Özendiğiniz zaman, sırf iş olsun diye ve bitsin diye uğraşmazsınız. Olacaksa en iyisi olsun, dersiniz. Üzerinde düşünür, ona kıymet verirsiniz.. Severek bir iş yaparsanız, sonrasında panik hali de yaşamazsınız. İşle beraber eğlenmeyi, bilgilenmeyi başarabilirsiniz. Tıpkı fotoğraftaki adam gibi ... Hindistan'ın sokaklarında çay satıyor. Belki atomu parçalamıyor, Mars keşif aracını yönetmiyor. Fakat o, her şeye rağmen yaptığı işin hakkını vermeye çalışıyor. (Hindistan)





Gençlikten Yaşlılığa
Uzanan Köprü:

İnsan

iyi Yaşlan- mak

ANNE-BABALAR VE DEDELER, İLK TANIDIĞINIZ DÖNEMDEKİ GİBİ KALIR ÇOCUKLARIN ZİHİNLERİNDE. FAKAT GERÇEKTE ÖYLE DEĞİLDİR. BEDENLERİYLE BERABER MANEVÎ DÜNYALARI DA DEĞİŞİR. EVLATLAR, SÜREKLİ DEĞİŞEN HAYAT İÇİNDE AİLE BÜYÜKLERİNE KARŞI DURACAKLARI YERLERİ İYİ PLANLAMALARI GEREKİR.

BEBEKLİKTEN
YETİŞKİNLİĞE
DOĞRU
YÜKSELEN HAYAT
GRAFIĞINIZ, ŞİMDİ
TEKRAR BEBEKLİK
SEVİYESİNE
DOĞRU İNİŞE
GEÇİYOR. VE
BU İNİŞ, HIÇ
DURMADAN
DEVAM
EDECEK. TA Kİ
BEBEKLİKTEN
ÖNCEKİ EVREYE
GEÇENE
KADAR. YANI,
BU DÜNYADAN
KAYBOLUP
GİDENE KADAR.

Vakitten Azade

İnsan Ömrünün Anlatıldığı Eserler



HER YAŞ, BİZİM DÜNYADA OLDUĞUMUZ GİBİ
BİR SÜRELİĞİNE MİSAFİR OLUYOR HAYAT
SAHNEMİZE. TABİİ O YAŞTA YAŞANANLARLA,
YAŞADIKLARIMIZLA BERABER.

Yaşnâmeler

28 EKİM
2021

Alzheimer

İLK EVREDE
BELİRTİLER;
PERFORMANS
DÜŞÜKLÜĞÜ, KÜÇÜK
ÇAPLI HAFIZA
PROBLEMLERİ,
SON GÜNLERDEKİ
KONUŞMALARIN,
YAŞANAN OLAYLARIN
UNUTULMASI;
KİŞİLERİN,
NESNELERİN VE
YERLERİN İSİMLERİNİN
HATIRLANAMAMASI
GİBİ SEMPTOMLARI
İÇERİR.

32 EKİM
2021





Tabiata Kulak Verelim

YÖRÜKLER, YAYLA GÖÇÜNÜ,
GUGUK KUŞUNUN ÖTÜŞÜYLE
BAŞLATIRLARMİŞ. AYRICA KEÇİLER,
GÖÇ ZAMANI YAKLAŞTIKÇA ÇİDECEĞİ
DAĞLARA BAKMAYA BAŞLARMİŞ.

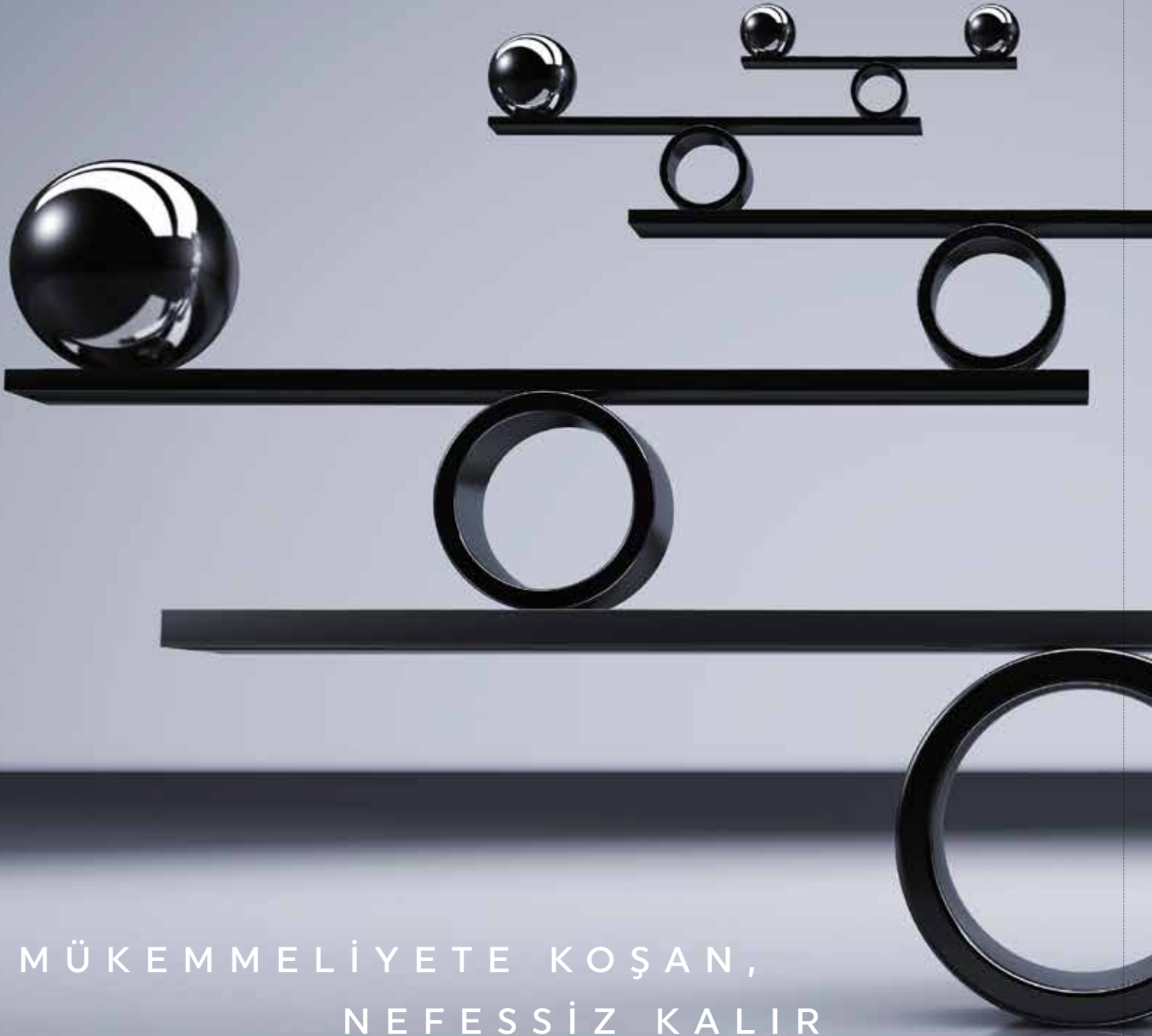
Gençlerle
çalışmak-6

Süper Yaşlılık İçin Gençliğe

Yatırım

MEHMET NUMAN TANIR





MÜKEMMELİYETE KOŞAN,
NEFESSİZ KALIR

EKİM 2021

sünger

Yemek
Kadar
Önemli

Hazmetmek

