

İnsan ve Hayat'tan

Şeker

Tarih boyunca şekerle olan ünsiyetimiz, çok enteresan olmuştur. Tanıştığımız ilk günden itibaren, ona muhabbet duymuş ancak ondan çokça zarar da görmüşüzdür. Zararlı olduğunu bile bile, lezzetinden çokça tadanlar, tattıkça batanlar, battıkça daha çok tatma hissi duyanlar hep olmuştur.

İlk zamanlarda hekimler, "Çok şeker yerseniz, mideniz sarkar." uyarısında bulunmuşlar. Akabinde insanlık tarihi boyunca yüzyıllarca, erken yaşlarda diş çürümeleriyle uğraşmış. Dişlerde dökülmeler, yenileri yapılamadığı için ağızdaki dişlerin neredeyse yarısı yok olmuş. Tabii o devirler, şeker az bulunuyor, dişlerin yarısı dökülmüş, diğer yarısı da siyah hali ile gülerken, "Var da yedik, bu hale geldik," denilmiş.

Şekeri bulduğu ölçüden tüketenler, kendini frenlemeyenler, göbek çevresi yağlanma ve diş hastalıklarından şikayetlenirken, yıllar hızla geçip gitmiş. Sonra "diyabet" çıkmış, akabinde "obezite", "kalp hastalıkları", "karaciğer rahatsızlıklar" gibi hastalıklar bunu takip etmiş. Burada da kalmamış problem, nasıl olduysa iş, çocuklara kadar ulaşmış.

"Çocukların Şekerle İmtihanı" başlıklı dosya çalışmasını okurken, kendimizi ve geleceğimizi birlikte düşünmekte fayda var. Yetişkin birinin şeker hastası olup canı çektiği halde şeker yememesi, elbette önemli bir konudur. Ancak daha da önemlisi, çocuk yaşta birinin, arkadaşlarının koşup oynadığı, heyecanla dünyayı anlamaya çıktığı bir zamanda, onun bunları izlemek zorunda kalmasıdır.

İhtiyaç kadarını tüketip sonrasında, iradeye hâkim olamama konusu, hayatın her safhasında önemlidir.

Bu ay SÜZGEÇ bölümünde, "Yanlış Bilinen Zıtlıklar" konusu yer alıyor. Zıtlıkları okurken, hayatı ve olayları yeniden sorgulayacağımız, kendi çerçevesinde orijinal bir yazı.

Yine bu ayki derginizde, "Zaferin Sırrı İrade", "1 İstişare 11 Yol Ayrımı", "Verimi Artırmada Hawthorne Etkisi", "Çocuklarımız İçin Etkili Bir

Aktivite Origami" ve "Havadan İstanbul" yazıları yer aldı.

Bunlardan başka "Faydasız Daha Çok Bilgi, Daha Doğru Karar mı Demek" başlıklı bir yazı daha var. Biz de dergi olarak, farklı konularda özenle hazırlanmış bilgileri, önünüze seriyoruz.

Maksadımız, az ve nitelikli bilgilerle, doğru olana daha hızlı ulaşmak ve ulaştırmak. Elbette, yayınlardan başka, fazla bilgiye ihtiyaç duyanlar da oluyor, farklı konulardaki bilgi ihtiyaçları göz önüne alındığında, ipin ucunu kaçırmamak için dikkatle okunması gereken bir yazı oldu.

"- Makyaj ne işe yarar?

- Göz boyamaya..." başlığı ile Genç Hayat eki, özenle hazırlanmış ve dolu dolu bir sayıyla, yine sizlerle.

Değerli yazıları, değerli okurlarına ulaştıran yeni sayılarda buluşmak dileği ile...





AİLEDE ANNE TARAFI NEDEN DAHA GÜÇLÜDÜR?

Anne tarafıyla ilişkilerimiz, baba tarafına göre daha yakın ve sıcak olma eğilimindedir. Bu durumun nedenini, Sosyolog S. Salari, “anne soylu avantaj” olarak tanımlanan fenomen olduğunu açıklıyor.

Salari, okulda uzun süre verdiği derslerinde, öğrencilerine şu soruyu soruyor: “Büyükanne ve büyükbabaları arasından kendisini anneannesine en yakın hissedenen kimler?” Buna cevap olarak sınıfta ellerin çoğu kalkıyor. Daha sonra sırasıyla annenin babasını, babaanneyi ve babanın babasını soruyor. Her soruda kalkan el sayısı azalıyor. Salari, bu cevapların her dönem aynı olduğunu belirtiyor.

Peki, anne soylu avantajın arkasında yatan sebep nedir?

Araştırmacılar, bunun kadınların akrabalık görevlerini üstlenme olasılıklarının daha yüksek olmasıyla ilgili olabileceğini düşünüyor.

Kadınlar, genellikle aile bağlarının sürdürülmesi ve güçlendirilmesi için gerekli olan iletişim, organizasyon ve duyarlılık gibi rolleri üstleniyor. Ayrıca, çocuk bakımı konusunda eşlerinin aileleri yerine, kendi ailelerinden yardım almaları da daha muhtemel. Bu da çocukların büyürken, anne tarafıyla daha fazla vakit geçirmelerine ve onların hayatlarına daha fazla dahil olmalarına olanak sağlıyor.

Bununla birlikte, yapılan bir başka çalışmada ise ebeveynlerin, özellikle kızlarının çocuklarına daha bağlı hissetme eğiliminde olması, gösterilebilir.

Anne soylu avantaj, her kültür ve kişi için geçerli olmasa da, bu durumun aile yapısı, kültürel değerler ve toplumsal roller gibi faktörlerden etkilendiği düşünülüyor.



GÜNDÜZ UYKULARI, YAŞLANMAYI ERTELİYOR

İngiltere’de University College London’da yapılan bir araştırmaya göre, gündüzleri uyuklayan kişilerin beyinlerinin normale göre 15 santimetreküp daha büyük kaldığı, bunun da yaşlanmayı 3-6 yıl ertelediği ortaya çıktı.

Uzmanlara göre yarım saatten daha az tutulmasının tavsiye edildiği gündüz uykuları, insanların yaşı ilerledikçe beyinlerinin küçülmesine engel oluyor.

Beyin sağlığı ve yaşlanmanın olumsuz yönlerine karşı oldukça faydalı olan kısa gündüz uykuları, dinimizde yer alan “kaylûle” uykusuna da oldukça benziyor. Bu, Peygamber Efendimiz’in (s.a.v.) de sünnetleri arasında yer alıyor. Bilindiği gibi kaylûle uykusu, öğle yemeğinden hemen önce 12:30 gibi veya öğle yemeğinden sonra saat 14:00 sularında yapılması tavsiye edilmektedir.



MARS YÜZEYİNDE, YAKIN BİR ZAMANDA SU VARMIŞ!

Mars ya da diğer bir adıyla Merih gezegeninde, yakın zamana kadar sıvı halde akmış su izleri bulundu. Yıllardır hayat olup olmaması yönünde tartışmaların ve bilimsel çalışmaların yapıldığı gezegende, kraterlerin yamaçlarındaki olukların, çok yakın tarihte su akışıyla oluştuğu keşfedildi. Uzmanlar, yeni bulgularla birlikte bundan sonraki araştırmalarında, olukların olduğu bölgelere odaklanacaklar. Keşifler sonrasında insanlığın karşısına nelerin çıkacağı ise merak konusu olarak kalmaya devam ediyor.



Haykırıyorum! Maden Suyuyum Ben

Bana mı seslendiniz? Benim ben, buzdolabındaki yeşil şişe. Ne dediniz, soda mı? Hani nerede soda? Burada soda yok, ben varım. Adım, maden suyu. Evet, maden suyuuu. Soda deyip durmayın lütfen.

B

eniyor olabiliriz ama ben soda değilim. İkiniz de iki ayaklısınız diye ben size tavuk diyor muyum? O zaman siz de bana soda demeyin. Tamam, biraz benziyoruz. İkimiz de mineralliyiz. Fakat soda arkadaşımız, yapay bir içecektir. Musluk suyunun bile, içine biraz mineral biraz karbondioksit ekleyip sodaya çevirebilirsiniz. Oysa ben maden suyu, doğal bir içeceğim.

Yerin derinliklerinden çıkarım. Yüzlerce yılda toprağın, kayalıkların içinden süzüle süzüle birikmiş, onlarca faydalı minerali barındırırım. Bulduğum bölgenin toprak yapısına göre barındırdığım minerallerin sayısı ve oranı değişebilir. Sodyum, magnezyum, potasyum, kalsiyum gibi, insanların en çok ihtiyaç duyduğu mineralleri içeririm. Soda ise suya yalnız bikarbonat ve karbondioksit gazı eklenerek üretilmiş, tercihe göre farklı mineraller eklenebilen bir içecek olduğundan, aynı olduğumuz söylenemez. Genellikle bizim etiketimizde “doğal maden suyu”, soda arkadaşımızın etiketinde ise “mineralli su” veya “mineralli gazlı içecek” gibi ifadeler bulunur.

Mineral demişken, içerdığım minerallere hepimizin ihtiyacı var. Sindirimi kolaylaştırmamı, mide ve bağırsakları rahatlatmamı da minerallerime borçluyuz. Fakat özellikle yüksek sodyumlu olan maden sularına böbrek ve hipertansiyon hastalarının, ödem şikâyeti olanların dikkat etmesini tavsiye ederim. Bu kişilerin yüksek sodyum yerine düşük sodyumlu, yüksek magnezyum ve kalsiyumlu maden sularını tercih etmesi daha iyi olur. Düşük tansiyonlu olanlara da yüksek sodyumlu maden suyu öneririm. Nasıl anlayacağız dersiniz, şişenin üstünde mineral değerlerimiz yazıyor.

Spor yapanlar, egzersiz sonrasında kaybettikleri mineralleri ve tuzu geri kazanmak için maden suyu içerler. Sodadan farklı olarak vücudun ihtiyacı olan birçok minerali bünyemde barındırmamdan mütevellit zayıflatıcı ve tok tutucu

özelliğim de vardır. Besinlerden aldığımız minerallerin emilimini de kolaylaştırdım. Yemek masasına da yakışırım hani. Halk arasında yemek sırasında maden suyu içilmez derlerse de inanmayın. Ben, soda mıyım ki hakkımda böyle mesnetsiz sözler söylüyorlar.

Faydalarımın bahsetmeyi çok severim

- ▶ İyi bir magnezyum kaynağıyım. Kemik ve diş sağlığı açısından magnezyum, vazgeçilmez bir mineraldir.
- ▶ Şişkinlik, hazımsızlık gibi sindirim sistemi problemlerine iyi gelirim. Mideyi rahatlatırım.
- ▶ Kalsiyum ve magnezyum eksikliği, kişide tansiyon problemlerine sebebiyet verebilir. Bu yüzden benim, kan basıncı üzerinde olumlu etkilerim vardır.
- ▶ Sıvı-elektrolit dengesini düzenlerim. Özellikle sporcularda, spor esnasında kaybettikleri sıvı, tuz ve minerallerin yerine konmasını sağlarım.
- ▶ Cildin gerginleşmesini sağlarım.
- ▶ Kilo kontrolüne yardım ederim. Elbette sizin de biraz gayret göstermeniz gerekiyor. Kilo verme sürecinde açlık hissedilen durumlarda beni için, içiniz rahatlasın.
- ▶ Dikkat! Sodyum içeriğim yüksek olduğu için aşırı miktarda tüketmeyin beni. Her şeyin fazlası zarar diye boşuna dememişler. Seçerken ise sodyumdan fakir, magnezyumdan zengin ve kalsiyum içeriğine sahip olan maden suyu tercih edilmelidir.
- ▶ Sağlıklı birey günde 1-2 şişe maden suyu içebilir. Böbrek, hipertansiyon hastaları ise benden uzak dursun; kendi faydaları için.



DOC. DR. SAHİN ORUC

ÇOCUKLARIMIZ İÇİN
ETKİLİ BİR AKTİVİTE

ORİGAMI

Anne-babalar veya eğitimciler olarak çocuklarımızı sıkmadan, eğlendirerek birçok alanda geliştirebileceğimiz ve rahatlıkla uygulayabileceğimiz aktiviteler ararız. Bu aktivitelerin en etkili olanlarından biri de origami çalışmalarıdır.



O

rigami, milattan önce 2. yüzyılda Çin'de ortaya çıkmış ama 6. yüzyılda Japonya'da popüler olmuş bir kâğıt katlama sanatıdır. Japonca "ori" katlamak ve "kami" kâğıt anlamına gelen kelimelerinin bir araya gelmesiyle oluşmuştur.

Geçmişten günümüze her yaştan insanın ilgisini çekmiş eğlenceli bir etkinliktir. Geleneksel anlamda Japon kâğıt katlama sanatı olarak adlandırılan origami, şu an birçok ülkede her yaştan

insanın bir uğraşı, bir hobisi haline gelmiştir. Eğitim ortamlarında kullanılan bir materyale de dönüşmüştür.

Origami, sıradışı ve eleştirel düşünebilen, analiz ve sentez kabiliyetleri gelişmiş bireyler yetiştirmeye katkı sağlar. Bu nedenle hem anne-babalar hem de eğitimcilere büyük imkânlar sunar. Origami etkinlikleri hem bireysel hem de grup şeklinde uygulanabilir. Bu etkinlikleri çocuklarımızla evimizde, öğrencilerimizle sınıf ortamlarında kolayca, maliyetsiz bir şekilde yapabiliriz.

Origami, çoğunlukla kare şeklinde olan kâğıtları kesmeden ve yapıştırmaya ihtiyaç duymadan yalnızca katlayarak yapılır. Bu katlamalar neticesinde uçak, gemi, çiçek gibi çeşitli figürler oluşturulur. Kare kâğıtların dışında dikdörtgen kâğıtlar da kullanılabilir. Önemli olan, kesmeden yapıştırmadan sadece katlayarak kullanmaktır.

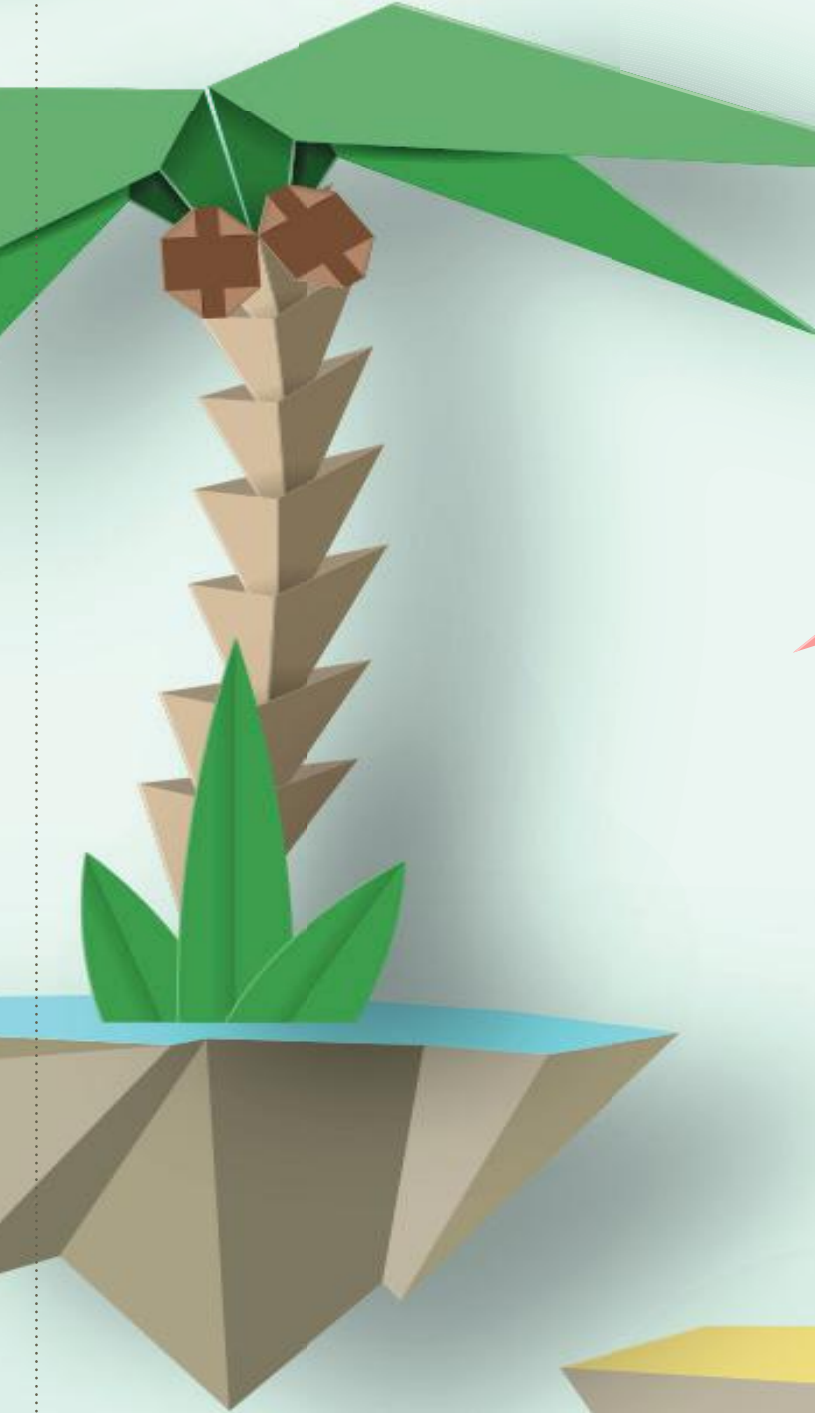
Origaminin türleri

Origaminin, kullanılan kâğıt çeşitlerine göre klasik ve parçalı origami olarak farklı türleri vardır. Tek parça veya 2-3 parça

kâğıdın kullanılması ile yapılan origami etkinliklerine klasik origami denilir. Bununla çeşitli eşya figürleri yapılır. Bir diğer origami türü olan parçalı origamiye modüler origami de denilir. Bu origami türünde, birbirinin benzeri parçaların bir araya getirilmesi ile oluşturulan somut ve genellikle üç boyutlu geometrik şekiller yapılır. Burada parça adedinde herhangi bir sınırlama olmamakla beraber bazen takıp çıkarılan oyuncaklara benzer şekiller yapılır. Yakın zamanda ise modern origami olarak isimlendirilen origami türleri ortaya çıkmıştır. Bu türlerin, diğerlerinden farkı, yapıştırma ve kesme işlemleri serbest olmuştur.

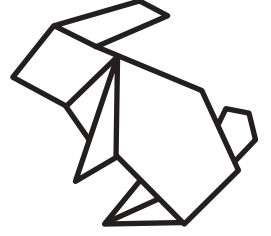
Yeni tür origamilerden biri de hareketli origamidir. Bu origami türüyle yapılan modellerin herhangi bir tarafına dokunulduğu zaman veya çekildiğinde hareket ederler. Bazı tasarımlarda herhangi bir kuvvet uygulandığında ses çıkartması da bu modelin özelliklerinden biridir. Islak katlama origami ise düzlemsel veya doğrusal katlamaların dışında eğri katlamalar yapabilmek için kâğıdın ıslatılarak katlanmasını gerektirir. Kirigami adı verilen origamilerdeyse katlamalardan ziyade daha çok kesme işlemi ve kırpma işlemi kullanılır. Özellikle üst üste katlanmış kâğıdın kesilmesiyle çeşitli şekiller oluşturulur. Bu şekiller, birbiriyle oldukça simetriklerdir. Basitleştirilmiş origami çeşidinde de el becerisi olmayan veya çok zayıf olan kişilerin dahi kâğıt katlama yapabilmeleri hedeflenmiştir. Bu tür origamiler sadece tepe ve vadi

Çocukların ince motor becerilerini geliştirmesi ile beraber, el göz koordinasyonuna da olumlu etkiler sağlar.



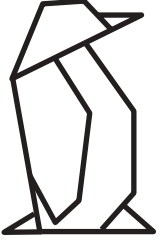
katlama kullanılarak yapılan bir etkinliktir.

Günümüzde de eğitim başta olmak üzere farklı alanlarda da kâğıt katlama teknikleri ve tasarımları gelişmeye devam ediyor. Hatta birçok origami uzmanı, yeni katlama teknikleri ve tasarımlarını paylaşmak için çeşitli organizasyonlar düzenliyorlar.



Origaminin faydaları

- Origami özellikle okul öncesi ve ilköğretim dönemi çocuklarda hatta ortaöğretim ve ileri yaş bireylerde birçok zihinsel ve üretkenlik becerilerini geliştirir. Bilhassa okul öncesi dönem için origami sadece sanatsal bir etkinlik değil aynı zamanda çocukların zihinsel becerilerini geliştirmek için de çok etkili bir faaliyettir.
- Çocukların ince motor becerilerini geliştirmesi ile beraber, el göz koordinasyonuna da olumlu etkiler sağlar. Farklı modeller ortaya çıkarma açısından bakıldığında sıradışı düşünme ve üretkenlik becerilerini geliştirir. Ortaya bir ürün çıktığı için çocuklarda özgüven gelişir ve çocuklar, ortaya koyduğu eserle kendisini ifade etme fırsatını bulur.
- Origami sadece türlü şekil ve figür yapmak değil, aynı zamanda çocukların geometri ve matematik becerilerini geliştirmek için de bir yöntemdir. Çocuklar, origami yaparken, alan ve hacim kavramlarını, 2 ve 3 boyutlu düşünmeyi öğrenirler. Uzamsal algıları güçlenir. Geometrik şekilleri daha rahat tanır ve anlarlar. Oran ve orantı gibi önemli matematiksel ilişkileri, geometri ile bağdaştırabilirler. Beynin hem sağ hem de sol yarım kürelerini çalıştırır.
- Origami yaparken belirli kurallara uyulması gerektiğinden çocuklar, kuralları tanıma ve onlara göre hareket etme alışkanlığı kazanır. Ayrıca her figürü yapmak, farklı bir problem olarak karşısına çıktığından problem çözme yetenekleri de gelişir.



► Origami ile istenen modeli oluşturmak bir problem olarak ele alındığında, çocukların bu süreçte problem çözme becerisini artırdığını ifade edebiliriz.

► Origami ile istenilen her şekil ve figür oluşturulabildiğinden çocukların üretkenlik ve farklı düşünme becerileri artar. Kendi ürettikleri bir eser ortaya çıkardıklarından sentez yapma yetenekleri de gelişir. Bunun yanında origami yapmak dikkat ve konsantrasyon gerektirdiğinden bu çalışmaları sık sık yapan çocukların dikkat dağınıklığı ve konsantrasyon sorunlarını aşmalarına yardımcı olur.

► Origami yaparken, istenen modelleri elde etmek için sabırlı olmayı öğrenen çocuklar, grup halinde çalışırken de iş birliği yapmayı öğrenebilirler. Yani origami sadece akıl ve el becerilerini değil aynı zamanda sosyal ve duygusal becerilerini de geliştirir. Estetik duygusunu geliştirir. Özellikle kâğıt katlama çalışmalarında dikkatli olmayı, emek harcamayı, doğru yapmayı, güzel olanı seçmeyi ve daha birçok estetikle ilgili ilkeleri fark ederler.

Origamiyi nasıl öğretebiliriz?

Çocuklara origami öğretmek ve origami çalışmaları yaparken bazı noktalara dikkat etmemiz gerekir. Öncelikle ne öğreteceğimizi kendimiz önceden iyi bilmemiz ve çok pratik yaparak deneyim kazanmamız gerekir. Her eğitimin kendine özgü bazı ilkeleri ve yöntemleri olduğu gibi origaminin de öğretiminde bazı ilkeleri ve yöntemleri göz önünde bulundurmak gerekir. Öncelikle çocukların origamiyi kavrayabilmeleri için kolay katlamalar yapmalarını sağlamak gerekir. Özellikle orantılı katlamak, katlama çizgilerini netleştirmek gibi çalışmalar

Çocuklara origami öğretirken her bir katlamayı sırayla ve birlikte yapmaya çalışmak gerekir. Önce biz yapacağız, sonra çocuklarımızdan yapmalarını isteyeceğiz ve doğru yapmalarını sağlayacağız.



olabilir. Bazen hızlı katlamalar yaparak katlama süresini veya katlama becerisini daha pratik hale getirilebilir.

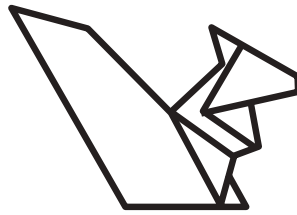
Çocuklara origami öğretirken her bir katlamayı sırayla ve birlikte yapmaya çalışmak gerekir. Mesela kâğıdı ikiye katlayıp sonra bir üçgen yapacağız; bunları tek tek beraber yapmaya çalışmak gerekir. Önce biz yapacağız, sonra çocuklarımızdan yapmalarını isteyeceğiz ve doğru yapmalarını sağlayacağız.

Modeller öğretilirken karşı karşıya oturmak yerine yan yana oturarak öğretilir. Çünkü çocukların, kâğıdın hangi tarafını katlayacaklarını paralel olarak görmeleri gerekir. Yoksa katlama yaparken farklı kargaşalar, zorluklar çıkabilir.

Eğitime başlamadan önce tüm malzemeleri hazır etmeli, yapacağımız modele karar vermiş olmalıyız. Herhangi bir model öğretirken, öğreten kişi, daha büyük kâğıtlar kullanabilir. Bazı origami çalışmaları, video derslerle de yapılabilir. Bunu yaparken istediğimiz zaman videoyu durdurup ilerleterek katlama adımlarını çocuklarımızla birlikte yapabiliriz.

Yapacağımız modeli önceden hazırlayarak, çocukların bu modeli görmelerini sağlayabiliriz. Sonra bu model yanımızda durur ve biz o modeli adım adım çocuklara öğretiriz. Bu durum, çocuklara katlamalarla hangi modele varacaklarını önceden gösterir. Ayrıca önceden hazırlanmış bu model, çocukların motivasyonunu ve dikkatini artırır.

Katlama yaparken zorlanan çocuklar için katlama yerlerini gösteren çizgiler çizebiliriz. Ayrıca iki köşenin bir araya gelmesi gereken yere bir nokta koyabiliriz. Bu şekilde yardımlar, çocukların origamiye alışmasını sağlar.



RUKİYE SENA
ŞAHİN

hikaye

K A N A A T İ N K A N A T L A R I

B

iriktirdiği bozuk paraları cebine koydu. Bayramda büyüklerin ellerini öpüp, gözlerinin içine ıslıl bakarak topladığı paralardan birisi yere düşse ve sonra kaybolsaydı o zaman ne yapardı? Daha da sıkı kavradı paraları.

Sabahın en erken vaktinde, ağzını 32 diş açmış şekilde, dar sokaklarda sanki zıplarmış gibi bir ayağını kaldırıp diğerini yere değdirerek yürüyordu. Mutluluktan yönünü karıştırmış olacak ki bir ara yanlış bir dükkâna girip “İşte geldim.” diye bağırmişti. Herkes ona bakmasına rağmen umursamaz bir tavırla dükkândan ayrıldı. Şu an hiçbir şey, mutluluğunu bozamazdı. En azından o öyle düşünüyordu. Sonunda istediği yere vardığı zaman dünyalar onun olmuştu. Dükkânın dış vitrinine yüzünü yaslayıp gözlerini hiç kırpmadan sanki yılın en mutlu çocuğu ödülünü alacakmışçasına baktığını gören dükkân sahibi, mütebessim bir şekilde onu içeriye davet etti.

- Küçük bey, hoş geldiniz.
- Hoş bulduk, dedi küçük çocuk.

Yerinde duramıyor; hep, yeni olduğu, ayakkabının ön tarafındaki yarım daire şeklinde parlak bir yapısından ve kıvrımı dahi belli olmayan bağcıklarından anlaşılan, sağ tarafında tam göreceği şekilde yerleştirilmiş ayakkabıya göz ucuyla bakıyordu. Bunu fark eden dükkân sahibi:

- Neden geldiğin anlaşıldı. Denemek ister misin?

- Hıhı, deyip başını salladı küçük çocuk. Dükkânın sağ tarafına doğru ilerleyip rengi beyazdan kirli beyaza çalmış olan tabureye oturdu. Bu sırada ayakkabısı gelmişti. Nasıl da güzel parlıyordu. Ah bu ayakkabı bir onun olsaydı; işte o zaman her gün onu silecek, boyasını ihmal etmeyecek, hatta koku bile sürecekti. Eline uzatılan ayakkabıyı sanki annesinin kümesten özenle getirmesini istediği, kırılırsa ona kızmasından korktuğu yumurtaları taşırılmışçasına latif bir şekilde tutuyordu. Ayakkabıyı giydi. Epeyce rahattı. Göz bebekleri büyümüş, ayakkabısına bakıyordu ki, dükkân sahibi bir anda ona ikinci bir kutu uzatınca ancak o zaman dikkatini toparlayabildi. Dükkân sahibi:

- Bak bu ayakkabı daha yeni geldi. Bunu da denemek ister misin? Emin ol, diğer ayakkabıdan daha rahat, deyince kafası hepten karıştı. Bu ayakkabıyı da kutusundan çıkardı. Renkleri, denediği zaman rahatlığı diğer ayakkabıdan daha çok etkilemişti. Hem bu ayakkabı, diğer ayakkabılar yanında en yeni üretilmiş olanıydı. Yere bastığında, yanlarından rengârenk ışıklar yanması ne acayıptı. Işıkları daha çok görebilmek için tekrar tekrar havaya zıpladı. Karar vermişti. Bir anda, ilk gördüğü, hatta gözlerini üzerinden alamadığı ayakkabıya karşı ilgisi azaldı. Bu ayakkabıyı diğerinden daha çok sevdiği için dükkân sahibine:

- Amca, ben bunu almak istiyorum, dedi. Fiyatı ne kadar acaba?

Elinde olan paradan bir basamak daha fazla söylemiş olacak ki bu sorunun cevabını tam anlayamamıştı. Anlayamamış olması pek de önemli değildi zaten. Ne de olsa biriktirdiği paralar onu almaya yetmezdi. Elindeki paralarla bir kısmını ödese, devamını annesinden istese... Yok, yok! Artık diğer ayakkabıya karşı hevesi kalmadığı için “Onu hiç almam.” diye geçirdi içinden. Mahzun bir şekilde dükkândan ayrıldı. Bir elinde paralar, diğer elinde talep ettiğini alamamanın verdiği hüznle arşınladı sokakları. Peki, annesine ne diyecekti? Uzun uzun yürüyordu, kısa bacaklarına rağmen. Babası anlatmıştı; eksiden bir çuval buğday verip bakkaldan bir kutu beyaz gofret ancak alabilirlermiş. Onları hatırladı. Hatırlamak, kabullenememek ve düşünmek; zihni ne de karıştıktı.

Ah bu istekler, ne sefildiler. Kimileri; ne kadar yem atsan da ne yediğini bilmeyen, doyana kadar değil de ölene kadar da yemeye devam eden süs balıkları gibi açtılar. Acaba bu yetişen kanaati suskun nesiller miydi?

Dedesinin anlattıkları geldi aklına; yolun tam yarısındaiken. İleri bir adım daha atsa, içindeki bastırılmış kanaatin narin kanatları hepten kırılıp dökülecekti. Durdu, düşündü... Sahi dedesi ne anlatmıştı? Çarıkla, kara lastikle dağ bayır keçi otlattığını mı? Dedesi güçlüydü çünkü zor zamanlar görmüştü.

Gözlerinin hemen üzerinde duran aklını başına alıp gerisin geri dükkâna döndü bir hışım. En başta istediği ayakkabıyı alıp çıktı.

Kanaatin kanatları güçlenmişti. Uçabilirdi artık gönlünce, bu âlemin içinde. Ayaklarında ayakkabı vardı lakin ayakları yere basmıyordu sanki. Rahatlamış, üstünden koca bir yükü atmıştı. Hafifti ve kanaat sahibiydi.



Rahmete vuslatın vesilesi; Sıla-i Rahim

Akrabalık bağları, ilahî rahmet kapısına giriştir. İyilikler ile Hazreti Allah'ın (c.c.) rızasına götüren bir vesiledir. Kişi, akrabasından muhtaç olana yardım eder. Hasta ve yaşlı ise yoklar, uzak ise arayıp sorar. Onlarla görüşerek, soy bağlarını güçlü, mesafeleri yakın eyler.

Rahmet haneleri

Akrabalık, dünyada sırtımızı yasladığımız kocaman bir hanedir. Aileler, bu geniş hanenin odalarına yerleşmiş fertlerdir. Hanenin kapıları, bayram, düğün gibi vesilelerle diğerlerine açılır.

Sıla-i rahim ziyaretlerinde öncelik anne-babanındır. Akraba, onlar vesilesiyle oluşan bütün yakınlarıdır. Anne-baba, dünya hanesinin cümle kapısıdır. Kişinin sırtını güvenle dayadığı, dünya ayazından emin olduğu yerdir. Aile ve akrabalar arasında ihmaller, çeşitli kırılmalar olursa, çocuklarda daha büyük kopukluklar oluşur. Kişi, aile büyüklerini, atalarını, neslini unuttur. Bozulmalar, başka manevî yoksunlukları beraberinde getirir.

Kardeşler, aynı kolun muhtelif parmakları, aynı bedenin ayrılması güç parçalarıdır. Parmaklar hayata tutunurken beraber hareket ederlerse güçlüdürler. Oysa yalnız tutunmaya çalışan bir parmak, incinir, zorlanıp zarar görür.

Kimlere ne kadar sıla-i rahim yapmalı?

Teyzeler, amcalar ve daha büyük akrabalarla hane genişleyip güçlenir. Amca, baba yarısı; teyze, anne

MÜMİNE
FERHAN
İBİLOĞLU



yanısıdır. Onlara hürmet ve itaat gerektir. Kuzenler, dert ortağı ve sanki bir kardeş numunesidir.

Yakınlık nispetinde, uhdemize yüklenen sorumluluklar değişir. Uzak akrabaya ziyaretler yeterli olabilirken; yakınlarla, daha fazla ilgi ve alaka gereklidir. Bizim imkânlarımız ve akrabanın ihtiyacı da belirleyici bir unsurdur. Varlıklı olana, yakınlarını kollayıp gözetmek, varını bu vesileyle paylaşarak, 'çok etmek' yakışıır. Çünkü yakınlarına yabancılaşmak, kişiyi rahmetten mahrum bırakır.

Soy ağacı gelişip yayılır, nesep dalları bambaşka topraklara uzanır. Bu hâlde olup da güçlü bağlarla birbirine kenetlenenler, yalnızlık girdabında kaybolmazlar. İnsan, akrabalarını tespit etmeli, tanımiyorsa tanışıp görüşerek gönül bağı kurmalıdır. Sıla-i rahme riayet, rızık genişliği ve ömür uzunluğuna vesiledir.

Gelmeyene gitmenin erdemi

Akrabaya kapıları kapayıp üzerine sürgü çekenler, aslında rahmet kapısına kilit vurduklarını bilmezler. Öyle ki Hazreti Allah'ın (c.c.) rahmeti, dargınların bulunduğu topluluğa inmez. Ne var ki bazen gönül kırgınlıkları oluşur, kalpler incinir. Derhal kalpleri tamir etmeli, kötülükte bulunana iyilikle mukabele etmelidir. Affetmek asaletini göstermelidir. Başına balta yiyen sandal ağacının en yüksek rayihalarını vermesidir erdem.

Lakin bir dikkat noktası vardır. Malumdur ki her şey, ölçü üzeredir. Akrabaya karşı olan ilgi ve alakada, ifrat ve tefritten kaçınmak, İslam nazarında belirlenen ölçüyü korumak gerekir. Zarar gördüğü akraba ile ilişki belli ölçüler çerçevesinde olmalıdır. Art niyet, mahremiyet ihlali gibi olumsuz tutumlar var ise, elinden tutar, iyiliğe teşvik eder. Sözü geçmediğine, hayrı için dua eyler.

Gülistanda dikenlere takılmamak hüneri

Çıkara dayalı yaklaşımlar, kişinin maneviyatını zedeler. Oysa ruhun, muhabbet ve ünsiyete ihtiyacı vardır. Akrabayla alaka kesildiğinde kan çekilir; ten, rengini ve canlılığını, eklemeler dinamiğini kaybeder.

Geçici menfaatler uğruna düşmanlıkların oluşmasına izin vermek, gülistandan geçerken gülleri koklamak yerine, dikenlere elbiselerini parçalamak gibidir. Bu yüzden, bu bahçeden geçerken dikenli sözlerden sakınmalı, batmaya yeltenen dikenleri nazikçe çekip, oradan geçivermelidir.

Hayat yolcusu böylece yolunu tamamlar. Geride akraba ve sevdikleriyle yaşadığı anlamlı hatıralar, yakınlarının hayır ile yâdı ve manevi kazançlarıyla çiçeklenmiş bir ömür kalır.

Bir amca, bir yeğen

.....
Ebu Talip, iman etmediği halde yeğeni olan Peygamber Efendimizi (s.a.v.) koruyup gözetmişti. Rasûl-i Ekrem Efendimiz (s.a.v.), 35 yaşlarındaiken, Hicaz'da kuraklık meydana geldi. İnsanlar geçim sıkıntısına duçar oldular. Çoluk çocuğu çok olan Ebu Talip, sıkıntı çekmekteydi. Peygamber Efendimiz (s.a.v.), amcası Hazreti Abbas (r.a.) ile Ebu Talip'e gittiler. En büyük iki oğlunu, yardımcı olmaları için onun yanında bırakarak, diğer çocuklarını yanlarına alıp, bakım ve terbiyelerini üstlendiler. Hazreti Cafer (r.a.), Hz. Abbas'ın; Hazreti Ali (r.a.), Rasûl-i Ekrem Efendimizin (s.a.v.) himayesine girdiler.

AĞUSTOS 2023

SÜZGEÇ



Yanlış Bilinen
Zıtlıklar