



PUSULA

DOĞA KASAP - ENİSE MOLLA AHMET - NAGİHAN AGA - PELİN KOCA MOLLA
SEHER AHMET - SEVKAN TAHSİNOĞLU - YILDIZ CAFER

EYLÜL 2024

43.
SAYI



İSMAİL MOLLA RODOPLU ANMA ETKİNLİĞİNDEN BİR FOTOĞRAF

- DERNEĞİMİZİN OLAĞAN YAZ GENEL KURUL KONGRESİ GERÇEKLEŞTİ
- İSMAİL MOLLA RODOPLU ANILDI
- BATI TRAKYA TÜRKLERİNİN EĞİTİM ALANINDAKİ YETKİLERİ GASP EDİLİYOR
- ALANTEPE YAĞLI GÜREŞLERİ VE KÜLTÜREL ETKİNLİKLERİ GERÇEKLEŞTİRİLDİ

İÇİNDEKİLER

01

GÜNCEL KONULAR

15

PSİKOLOJİ /
HİSTRİYONİK KİŞİLİK BOZUKLUĞU

07

BESLENME BİLİMİ /
BESLENME ÇANTAMIZI
ÇEŞİTLENDİRELİM

17

YÖRESEL LEZZETLER /
KAŞA ÇORBASI

09

DEYİMLERİMİZE DAİR /
İYİ ÇALIŞMALAR

18

BULMACA KÖŞESİ /
OKULLAR AÇILDI

11

EĞİTİM /
BAĞIMLI ANNE SENDROMU

19

GENÇLERİN KALEMİ /
NEYE ODAKLANIRSAK ONU
BÜYÜTÜRÜZ

13

ÖZGÜN BÖLÜM /
DEDİKODU

22

GENÇLERİN KALEMİ /
TANIDIK
AŞK-I ŞEBABİ

İLETİŞİM:

EGNATIAS 75, 69100 KOMOTINI
TEL: +302531029705

PUSULA DERGİ

KOORDİNATÖR | TASARIM
ENİSE MOLLA AHMET

EYLÜL SAYISI DÜZELTMELER
AYŞE MUSTAFA

Sizin de yayınlamamızı istediğiniz şiirleriniz, yazılarınız, resimleriniz ve çektiğiniz fotoğraflar varsa, bize info@btaytd.com e-posta adresinden gönderebilirsiniz.

DERNEĞİMİZİN OLAĞAN YAZ GENEL KURUL KONGRESİ GERÇEKLEŞTİ

Batı Trakya Azınlığı Yüksek Tahsilliler Derneği'nin Olağan Yaz Genel Kurul Kongresi 21 Eylül 2024 Cumartesi günü BTAYTD İskeçe Kültür Merkezi'nde gerçekleşti.

Kongrenin Divan Kurulu Başkanlığını Doğu Şükrü, Divan Kurulu sekreterliklerini ise Bilal Sarı Mahmut ve Seval Ali Dayı yaptılar.

BTAYTD Başkanı Dr. Hüseyin Baltacı yaptığı konuşmasında derneğin faaliyetleri ile ilgili katılımcılara bilgi verdi. Kongre esnasında birçok üye görüşlerini, eleştirilerini ve sorularını dernek yönetimine aktardı. Yönetim adına Dr. Hüseyin Baltacı bu soruları yanıtladıktan sonra Yaz Genel Kurul Kongresi sona erdi.



İSMAİL MOLLA RODOPLU ANILDI

Derneğimize en uzun süre başkanlık yapmış eski bağımsız milletvekili ve gazeteci İsmail Molla Rodoplu 2 Eylül Pazartesi günü ölümünün dördüncü yıl dönümünde Semetli'deki kabri başında düzenlenen törenle anıldı. Batı Trakya Azınlığı Yüksek Tahsilliler Derneği tarafından düzenlenen törene İsmail Rodoplu'nun eşi Ayşe Molla Rodoplu, kızları Sevgi ve Sevda Rodoplu, damatları ve torunları başta olmak üzere azınlık kurum temsilcileri ile sevenleri katıldı. Anma töreni, din görevlisi Ahmet Arif'in okuduğu Kur'an'ı Kerim ile başladı ardından Batı Trakya Türk Azınlığı Danışma Kurulu Başkanı ve Gümölcine Seçilmiş Müftüsü İbrahim Şerif duayı yaptı.



BTAYTD Yönetim Kurulu Üyesi Şükriye Mehmet, İsmail Molla Rodoplu'nun hayatı hakkında bilgi verdikten sonra sözü BTAYTD Başkanı Hüseyin Baltacı aldı. Baltacı, yaptığı konuşmada İsmail Rodoplu'nun örnek kişiliğine değindi. Rodoplu'nun dönemin önde gelen liderlerinden biri olduğuna dikkat çeken Baltacı, BTAYTD'da en uzun süre başkanlık yapmış olan Rodoplu'nun mücadelesini gençlerin örnek alması gerektiğini kaydetti. Akabinde konuşmasını yapmak üzere sözü alan İbrahim Şerif, İsmail Rodoplu'nun çok değerli bir insan olduğuna dikkat çekti. En önemli meziyetlerinden birinin mevki ve maddiyata değer vermemesi olduğunu söyledi. Etkinlik katılımcılara teşekkür edilerek sonlandırıldı.



BATI TRAKYA TÜRKLERİNİN EĞİTİM ALANINDAKİ YETKİLERİ GASP EDİLİYOR

Batı Trakya Türk Azınlığına ait kurumların temsilcileri, Anadolu Ajansına yaptıkları açıklamada, hükümetin Batı Trakya'daki Türk azınlığın kendi okullarında söz sahibi olma hakkını yok saydığına dikkat çektiler.



ENCÜMEN HEYETİ BAŞKANI
OZAN AHMETOĞLU

İskeçe Azınlık Ortaokulu ve Lisesi Encümen Heyeti Başkanı Ozan Ahmetoğlu, "Azınlık okullarımızın yöneticileri olan ve velilerin oylarıyla seçilmiş encümen heyetlerimizin yetkileri ne yazık ki Yunanistan tarafından yıllar içinde çıkarılan yasa ve kararlarla sınırlandırılmıştır." dedi.

Ahmetoğlu; AA muhabirine yaptığı açıklamada, bugüne kadar İskeçe ve Gümülcine'deki azınlık okulu müdürlerinin görev sürelerinin uzatılması veya değiştirilmesi gibi kararların encümen heyetlerinin görüşü alınarak yapıldığını vurgulayarak, hükümetin 2 Eylül'de Gümülcine'deki Celal Bayar Azınlık Ortaokul ve Lisesi'nde bu değişiklikleri encümen heyetlerine danışmadan gerçekleştirdiğini söyledi.

Encümen heyetlerinin bu konudaki karar verme yetkisinin fiilen ellerinden alındığını ve azınlık okullarının idari süreçlerine yönelik etkilerinin sınırlandırıldığının altını çizen Ahmetoğlu, bu durumun azınlık toplumunu önemli derecede rahatsız ettiğini belirtti.

"BU KARAR LOZAN'A AYKIRI"

Bu kararın Lozan Antlaşması dahil Türkiye ile Yunanistan arasında imzalanan eğitim ve kültür anlaşmalarına da aykırı olduğunu dile getiren Ahmetoğlu, encümen heyetlerinin, bu sürecin dışında bırakılmak yerine eğitim yetkilileriyle diyalog içinde olmaları gerektiğini ifade etti.



BTTÖB BAŞKANI
AYDIN AHMET

Batı Trakya Türk Öğretmenler Birliği Başkanı Aydın Ahmet de bu uygulamanın hem ikili anlaşmalara hem de uluslararası hukuka aykırı olduğuna işaret etti.

Bu uygulamanın, Türk azınlık toplumunun kendi okulları üzerinde söz sahibi olma hakkını ortadan kaldırma girişimi olduğunu vurgulayan Ahmet, bunun asla kabul edilemeyeceğini dile getirdi.

Ahmet, "Bugüne kadar uluslararası ve ikili antlaşmaların bize tanıdığı eğitim haklarının elimizden zorla alınmasına gösterdiğimiz tepkilerin ne kadar yerinde olduğunu kanıtlayan yeni bir hak gaspı ile karşı karşıyayız. Hiçbir azınlık sorununda azınlığımızı muhatap almayan zihniyet artık hiçbir sakınca görmeden alenen hak gaspı yapmaktadır." diye devam etti.

GÜNCEL KONULAR



BTAYTD BAŞKANI
HÜSEYİN BALTACI

Batı Trakya Azınlığı Yüksek Tahsilliler Derneği Başkanı Hüseyin Baltacı da Eğitim Bakanlığı'nın yıllardır süregelen uygulamalarının, son bir yılda kabul edilemez boyuta ulaştığını söyledi.

Baltacı, "Bu yıkıcı zihniyet, Yunanistan'ın demokratik değerlerini, Lozan Antlaşması'nı ve Türkiye ile Yunanistan arasındaki ikili ilişkileri ve anlaşmaları olumsuz etkiliyor." dedi.

Bu uygulamanın, Türkiye Dışişleri Bakan Yardımcısı Mehmet Kemal Bozay'ın 25 Temmuz'da Gümölcine Celal Bayar Azınlık Ortaokulu ve Lisesi'ne yaptığı ziyaretin ardından, Türk toplumuna yönelik baskıları artırmaya yönelik bir adım olduğunu vurgulayan Baltacı, tüm Türk okullarının kapatılmasının hedeflendiğini kaydetti.

Baltacı, sözlerine şöyle devam etti: "Bu süreçte Batı Trakya Türk toplumu hak arama mücadelesinden asla vazgeçmeyecektir. Toplum, birlik ve beraberlik ruhu ile bu olumsuz yönetim mantalitesini tersine çevirmeyi amaçlamaktadır. Ortak bir duruş sergileyerek, temel hak ve özgürlüklerin korunması için kararlı bir şekilde mücadeleye devam edilecektir."

MUSTAFA ŞENTOP İSKEÇE'Yİ ZİYARET ETTİ

15 Eylül Pazar günü Türkiye Büyük Millet Meclisi Eski Başkanı Prof. Dr. Mustafa Şentop ve beraberindeki heyet İskeçe'yi ziyaret etti. Şentop, Batı Trakya Türk Azınlığı Danışma Kurulu üyeleri ile İskeçe Türk Birliği lokalinde bir araya geldi.

İTB'deki görüşmede Danışma Kurulu üyelerinin yanı sıra milletvekilleri Özlem Zengin, Muhammed Emin Akbaşoğlu, Nilgün Ök, Mutlu Aydemir, İshak Gazel, Hilmi Bilgin ve Mehmet Demir'in de aralarında bulunduğu 20 kişilik heyet yer aldı. Görüşmeye Türkiye'nin Gümölcine Başkonsolosu Aykut Ünal da katıldı.

Mustafa Şentop yaptığı konuşmasında, Türkiye olarak her zaman Batı Trakya Türk Azınlığının yanında olduklarını ve sorunlarıyla her zaman yakından ilgileneceklerini söyledi.

Türkiye'nin Gümölcine Başkonsolosluğu ziyaret ile ilgili sosyal medya hesaplarından yaptığı paylaşımda şu ifadelere yer verdi: "Türkiye Büyük Millet Meclisi 29. Başkanı Prof. Dr. Sn. Mustafa Şentop ve beraberindeki heyet İskeçe Türk Birliğinde Batı Trakya Türk Azınlığı Danışma Kurulu üyeleriyle bir araya gelmiştir."



ALANTEPE YAĞLI GÜREŞLERİ VE KÜLTÜREL ETKİNLİKLERİ GERÇEKLEŞTİRİLDİ

Batı Trakya Türklerin yedi asırlık geleneği olan Alantepe Yağlı Güreşleri ve Kültürel Etkinlikleri bu yıl 30 Ağustos - 1 Eylül tarihleri arasında gerçekleştirildi. Her yıl olduğu gibi bu yıl da geleneksel olarak etkinlikler 30 Ağustos Cuma günü ağanın köyü olan Basırlıköy'den başladı. 31 Ağustos Cumartesi günü ise program Alantepe'de kültürel etkinliklerle, yağlı güreşlerle ve konserlerle devam etti. Türkiye'den gelen Edirne Halk Dansları Topluluğu gösteri sundu. Edirne Devlet Türk Müziği ve Rumeli Müzikleri Topluluğu ise konser verdi. İkinci gün programı Türkiyeli ses sanatçısı Ankaralı Yasemin'in verdiği konserle sona erdi. Etkinliğin son günü olan 1 Eylül Pazar günü ise program, etkinliklere katılan protokol üyelerini karşılamasıyla başladı. Etkinliklere iştirak eden davetli yöneticiler alanı davullar zurnalar eşliğinde gezerek halkı selamladılar.



Yapılan protokol konuşmalarında ise konuşmacılar, Batı Trakya Türklerinin yedi asırlık geleneği olan Alantepe Yağlı Güreşleri ve Kültürel Etkinliklerin önemine ve bu köklü geleneğin yaşatılması için verilen mücadeleye değindiler. Geleneğin gelecek nesillere başarıyla aktarılması gerektiğini söyleyen konuşmacılar, etkinliklerin gerçekleşmesinde emeği geçenlere teşekkür ettiler. Protokol konuşmalarından sonra önce Gümülcine Türk Gençler Birliği Folklor Ekibi ardından İskeçe Türk Birliği Folklor Ekibi sahne aldı. Programın devamında yağlı güreş müsabakaları yapıldı ve kategorilerde dereceye giren güreşçilere madalya ve kupalar verildi. Etkinliklerin son bölümünde ise önce Kurcalı Buket Kadın Derneği Türk Halk Müziği Topluluğu ardından da yerel müzik gruplarımızdan Restore sahne aldı. Son olarak 2024 Alantepe Yağlı Güreşleri ve Kültürel Etkinlikleri, Türkiye'den gelen ses sanatçısı Deniz Seki'nin konseriyle sona erdi.

İSKEÇE MÜFTÜLÜĞÜ'NDEN HAYIR KERMESİ

7-8 Eylül tarihlerinde İskeçe Müftülüğü ve İskeçe Din Görevlileri Derneği tarafından "Hayır Kermesi" düzenledi. İskeçe Aşağı Mahalle Çınar Camii avlusunda düzenlenen kermese soydaşlar yoğun ilgi gösterdi. Kermesin açılış töreni 7 Eylül Cumartesi günü Kur'an tilaveti ile başladı. İskeçe Müftüsü Mustafa Trampa, organizasyonun büyük bir özveriyle hazırlandığını belirterek, kermesin hayırlara vesile olmasını diledi. Açılışta, İskeçe Türk Birliği Başkanı Ozan Ahmetoğlu, Mustafçova Belediye Başkanı Ahmet Kurt, Yeni Sol milletvekilleri Özgür Ferhat ve Hüseyin Zeybek birer selamlama konuşması yaptı. Ayrıca Türkiye'nin Gümülcine Başkonsolosu Aykut Ünal da etkinliğe katıldı. Elde edilen gelirlerin ise İskeçe Müftülüğü'nün öğrenci yardımları ve hayır işlerinde kullanılacağı açıklandı.



İTB GENÇLİK KOLU SEÇİMLERİ GERÇEKLEŞTİRİLDİ

13 Eylül Cuma günü İskeçe Türk Birliği Gençlik Kolu üyeleri yeni başkanını ve yönetim kurulunu belirledi. Yapılan seçimler sonucunda İskeçe Türk Birliği Gençlik Kolu'nun yeni başkanı Mustafa Budur oldu. Seçimlerin ardından yeni yönetim kurulu üyeleri arasında yapılan görev dağılımı sonucunda İTB Gençlik Kolu'nun yönetimi şu şekilde oluşturuldu:



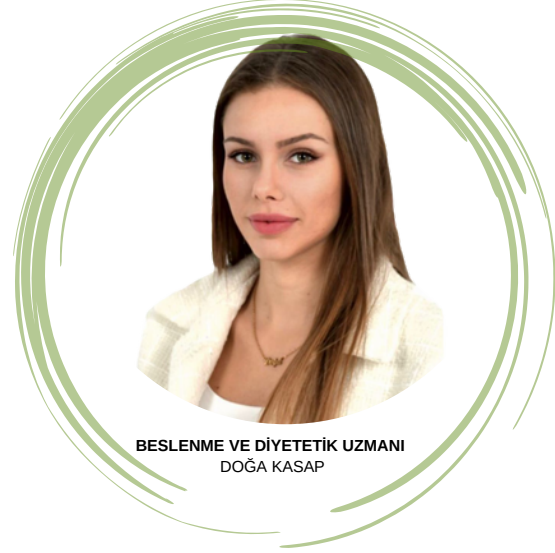
Başkan: Mustafa Budur
Asbaşkanlar: Sudem Ömer, Enes Karadayı
Sekreter: Rasiye Şabanoğlu
Kasadar: Hamza Kıyıcı
Medya Sorumlusu: Ravza Topçu, Mehmet Ege Mümin
Gezi Sorumlusu: Emin Pingal
Halkla İlişkiler: Zeynep Betül Ergen

BESLENME ÇANTAMIZI ÇEŞİTLENDİRELİM

Çocuklar İçin Sağlıklı ve Lezzetli Okul Beslenme Çantası Tarifleri Hazırlamaya Ne Dersiniz?

Dengeli bir okul beslenme çantası çocukların sağlıklı büyüme ve gelişimi için hayati bir rol oynar.

Okul dönemi, çocukların enerji ihtiyaçlarının arttığı ve yoğun öğrenme sürecine girdikleri bir dönemdir. Bu nedenle dengeli bir beslenme çantası, çocukların konsantrasyonunu artırır ve enerji seviyelerini dengeler. İdeal bir beslenme çantası, farklı besin gruplarından çeşitli ve dengeli seçenekler sunarak çocuğun gün içinde ihtiyaç duyduğu tüm besin öğelerini karşılamalıdır. Renkli sebzeler ve meyveler, farklı vitamin ve mineralleri içerir, çocukların bağışıklık sistemini güçlendirir, hastalıklara karşı dirençlerini artırır ve sağlıklı büyümelerini destekler. Çocuklarımızın çantalarına ekleyebileceğimiz bazı tarifleri gelin birlikte inceleyelim.



BESLENME VE DİYETETİK UZMANI
DOĞA KASAP

Yulaf Pankek:



Malzemeler:

- 1 adet olgun muz
- 1 su bardağı yulaf ezmesi
- 1/2 su bardağı süt
- 1 adet yumurta
- 1 çay kaşığı kabartma tozu
- 1/2 çay kaşığı tarçın (isteğe bağlı)
- Bir tutam tuz

Hazırlanışı:

- Muzu bir çatal yardımıyla ezin.
- Yulaf ezmesini, sütü, yumurtayı, kabartma tozunu, tarçını ve tuzu ezilmiş muzun üzerine ekleyin ve pürüzsüz bir hamur elde edene kadar karıştırın. (Yulaf ezmesini robottan geçirerek pankek hamurunun daha pürüzsüz bir kıvam almasını sağlayabilirsiniz.)
- Yapışmaz bir tavayı orta ateşte ısıtın.
- Tavanın üzerine az miktarda sıvı yağ veya tereyağı ekleyin.
- Hazırladığınız hamurdan bir kepçe alarak tavaya dökün ve pankeklerin üzeri kabarcıklarla dolana kadar pişirin.
- Pankekleri dikkatlice çevirin ve diğer taraflarını da altın rengi olana kadar pişirin.

Meyveli Granola Kavanozu:

Malzemeler:

- 1 kase yoğurt
- 5 adet çilek
- 2 yemek kaşığı mısır gevreği
- 5 adet frambuaz
- 2 adet yaban mersini

Hazırlanışı:

- Kavanozun içerisine önce mısır gevreğini ekleyin.
- Meyveleri yıkayın ve küp küp dilimleyin.
- Mısır gevreğinin üzerine yoğurt ve son olarak meyveleri ekleyin.



Kakaolu Yulaf Topları

Malzemeler:

- Yarım muz
- 1 yemek kaşığı fıstık ezmesi
- 1 tatlı kaşığı keçiyoynuzu unu
- 1 çay kaşığı toz zencefil
- 1 su bardağı yulaf
- 2 yemek kaşığı ceviz içi
- 4 adet kuru kayısı
- 1 avuç kuru üzüm

Hazırlanışı:

- Bir kase içerisine muz, fıstık ezmesi, keçiyoynuzu ununu ve zencefili ekleyin.
- Karışıma yulaf, ceviz, kayısı ve üzümleri ekleyip harmanlayın ve yarım saat buzdolabında dinlendirin.
- Buzdolabından çıkarın ufak ufak yuvarlayın derseniz parçaları hindistan cevizine bulayabilirsiniz.



Portakal ve Tarçınlı Fit Cookies

Malzemeler:

- 2 yumurta
- Yulaf ezmesi
- 3 adet ceviz kırığı
- 1 çay kaşığı tarçın
- 1 portakal kabuğu;ve suyu
- 1 çay k kabartma tozu
- Bitter çikolata parçaları
- 1 tatlı kaşığı keçiyoynuzu özü veya bal

Hazırlanışı:

•Her daim atıştırabilceğiniz unsuz şekerless lezzetli kurabiye için portakal kabuğunu rendeleyip suyunu çıkardıktan sonra 2 yumurta ve yulaf ekleyelim. Yulafı kontrollü dökelim. Bal ve cevizi koyduktan sonra robottan çekelim. Katı bir kıvam olunca yağlı kağıt serilmiş tepsiye aralıklı dizelim. Üstüne bitter çikolata parçaları koyup önceden ısıtılmış 180 derecede pişirelim.

“ Makarna salatası, kısır, ballı ve tarçınlı elma cipsleri, şekerless meyveli muffinler gibi tarifler de çocukların beslenme çantasına eklenebilecek güzel alternatiflerdir.



İYİ ÇALIŞMALAR



Vikipediye göre atasözü geçmişten günümüze gelen, uzun deneyimlerden yararlanarak kısa ve özlü öğütler veren, toplum tarafından benimsenerek ortak olarak kullanılan kalıplaşmış sözlerdir. Atasözleri bir toplumun duygu, düşünce, inanç ve kültür yapısını yansıtır. Atasözleri, kim tarafından ne zaman söylendiği bilinmediğinden anonimdir. Bu sözler topluma mâl olmuş, toplum tarafından benimsenmiş ve yüzyılların düşünce ve mantık isteminden geçerek günümüze ulaşmış kısa ve özlü sözlerdir. Atasözleri, bir düşünce açıklanırken ya da savunulurken tanık olarak da gösterilirler.

Bir konuya bir toplumun nasıl baktığını anlamak için o konuda üretilmiş kültürel varlıklara bakmak gerekir. Kültürümüzde çalışmak ve iş konusu nasıl ele alınmış biraz anlamak için şu özlü sözlerle, atasözlerine deyimlere bakabiliriz. Çalışmak hem ailemize faydalı olmak için, hem de insanlığa faydalı bir kişi olmak için önemlidir. Bunun yanı sıra kendimiz için çalışmamız gerekir. Çalışan insanlar kendi ayakları üzerinde durunca daha bilgili, daha özgüvenli ve daha faydalı bir birey haline gelirler. Bu nedenle tüm toplumlarda çalışan kesim büyük önem taşımaktadır. Çalışmak sadece para kazanmak için değil kendini geliştirmek, sorumluluklarını yerine getirmek ve yaşam alanını daha elverişli hale getirmek için de önemlidir. Her zaman alın teri dökülmüş işler, sahibine olumlu geri dönüşler sağlar. Bu nedenle geçmişte çalışmak konusunda birçok deyim, atasözü ve özlü sözler söylenmiştir.

Okulların açıldığı, öğrencilerimizin iş başına koyulduğu bu dönemde sıklıkla kullanacağımız bu atasözlerinden bazılarını birlikte bir göz atalım.

Yazın çalışan, kışın gülüşür: Yaz aylarının bereketiyle durmadan çalışan kişi, kış ayında zorluk çekmez, rahat eder.

Yazın başı pişen kimsenin, kışın aşı pişer: Bu atasözü için iki anlam çıkartılabilir. Yaz güneşi altında durmadan çalışan kişinin, kışlık erzağı olur böylece ihtiyaçlarını tamamlar, kış vaktinde aç kalmaz. Aynı atasözü gençlik zamanlarında çok çalışan kimselerin varlık edindiğini, hastalığında ya da ihtiyarlığında zorluk çekmeyeceğini, rahat edeceğini anlatmak için kullanılır.

Fakirlik ayıp değil ama tembellik ayıp: İnsan yaşamında yoksulluk utanılacak bir durum değildir ancak hiçbir engeli olmamasına rağmen çalışmamak en büyük ayıptır.

Yazın gölge hoş gelir, kışın çuval boş gelir: Bu atasözünde iki farklı şekilde yorumlanabilir. Yazın keyifli yerlerde çalışmadan tembel tembel oturan kişi, kışın yiyecek bulamaz, zorluk çeker. Yine gençlik vaktinde kazanç peşinde koşmayı zevk uğruna boş gezen kimseler, hastalığında veya yaşlılık döneminde perişan olur, rahat edemezler.

Zahmetsiz rahmet olmaz: Emek vermeden, çalışmadan bir şey kazanılmaz. Ekmek için emek vermek gerekir.

Acele işe şeytan karışır: Düşünüp taşınmadan ivedi olarak yapılan işten iyi sonuç alınmaz.

Acele işin sonu pişmanlık: Acele ederek yaptığımız işten istediğimiz sonucu alamayabiliriz.

Adamın iyisi iş başında belli olur: Bir kişinin iyi ve becerikli olduğu yaptığı işlerden anlaşılır.

Akıllı kişiye sermayedir: Bir kimsenin giriştiği işlerde en büyük yardımcısı aklidir.

Akıllar gelin olmuş, herkes kendininkini beğenmiş: İnsan kendi aklını, düşüncesini başkasınınkinden üstün görür.

Bakmakla usta olursa köpekler kasap olurdu: Yapılmadan yalnızca nasıl yapıldığı görülerek hiçbir şey öğrenilemez.

Kabiliyetli çırak ustayı geçer: Yetenekli çırak, ustasından daha usta olur.

Sanatı ustadan görmeyen öğrenmez: Kişi tek başına ne kadar çalışırsa çalışsın işin inceliklerini bir bilenden öğrenirse o işi daha çabuk ve kolay yapabilir.

Usta maymun kamçı istemez: İşini iyi bilen kişiye zorlama gerekmez.

Ağanın alını terlemezse ırgadın burnu kanamaz: İşveren işçisi ile birlikte çalışmazsa işçi işe var gücüyle sarılmaz.

Türkçede çalışmak ve çalışkanlıkla ilgili daha bunlara benzer bir çok atasözü ve deyim bulunmaktadır. Geçmişten bu yana çalışmanın önemi ile ilgili atasözleri, günümüzde de çok defa duyduğumuz sözlerdir. Çalışmak ve ayaklarının üzerinde durmak her zaman önemli olmuş ve bu sürekli dile getirilmiştir. Bu yazı vesilesiyle yeni eğitim yılının başladığı bu günlerde öğrencilerimize hem çalışmanın önemini hatırlatmış olalım hem de iyi çalışmalar dileyelim.

BAĞIMLI ANNE SENDROMU



Bağımlı anne sendromu, çocuğun anneye karşı duyduğu aşırı derecede bağıllık olarak tanımlanmaktadır. Her çocuk doğduğu andan itibaren belirli bir yaşa gelene kadar anneye -ya da bakımını sağlayan kişiye- bağımlıdır. Ancak çocuk büyüyüp gelişmeye devam ettikçe anneden ayrışma da başlamaktadır. Gelişim sürecinin doğal bir parçası olan bu ayrışma eğer doğru ve sağlıklı bir biçimde, yani olması gerektiği gibi gerçekleşmezse "Bağımlı Anne Sendromu" ortaya çıkabilmektedir.

Anneden ayrışmanın gerçekleştiği bu dönem, genellikle 3 yaş civarındadır ve çocuğun bireyselleştiği, kendini birey olarak görmeye başladığı dönemdir. 3 yaşına kadar anne ile kurulan bağımlı ilişkinin, 3 yaştan sonra bağıllığa dönüşmesi beklenmektedir. Ancak, gelişimin bireye özgü olduğu unutulmamalı ve yaşanan bazı özel durumlarda anneden ayrışma yaşı ve sürecinde farklılıklar olabileceği bilinmelidir. Ebeveynlerin bu süreçte çocuklarının birey olduğunu kabul ederek o şekilde davranmaları, sürecin sağlıklı bir şekilde gerçekleşmesinin temel unsurlarından birisidir.

Ebeveynlerin çocuklarına gösterdikleri hatalı ve problemlili tutumlar, çocukta bağımlı anne sendromunun gelişmesine neden olabilmektedir. Yine, çocuğa karşı sergilenen aşırı baskıcı, otoriter ve koruyucu tutumlar, baba ile çocuk arasında yeterli iletişimin olmaması, çocuğa sergilenen tutarsız davranışlar ve bu davranışlar neticesinde çocukta gelişen güvensizlik duygusu bağımlı anne sendromuna yol açmaktadır. İlaveten, iletişim esnasında yapılan hatalar ve iletişim eksiklikleri, çocuğun takdir ve teşvik gibi davranışlardan yoksun bırakılması da özgüven, özsaygı gibi gelişimleri olumsuz etkileyeceği için bu sendrom meydana çıkabilmektedir. Eğer bu geçiş süreci olması gerektiği gibi sağlıklı bir şekilde yaşanmazsa çocuk; anne olmadan karar alma, karar verme gibi konularda zorluk yaşayacaktır. Bireyselleşme süreci tamamlanamadığı için çocuk, hayatında anne olmadığı zamanlarda kendini her açıdan eksik ve yetersiz hissederek anneye bağımlı olarak yaşamaya devam edecektir.

Anneye bağımlı çocukların genel özelliklerine bakacak olursak;

- Her konuda annenin fikrini ve onayını almak isterler, kendi başına karar almada zorluk yaşarlar.
- Herhangi bir konuda sorumluluk almaktan çekinirler.
- Kaybetmeye ve eleştiriye karşı aşırı hassasiyet geliştirmişlerdir.
- Tek başına yaptıkları işlerde kaygı yaşamaktadırlar.
- Özgüven eksikliği mevcuttur.
- Uyum problemi, arkadaş edinme ve farklı insanlarla iletişime geçmede sorun yaşarlar.
- Aşırı utangaçlık ve çekingenlik gözlemlenir.

Bu problemler, çocukluk yıllarında; okula uyumda sorun, okul fobisi veya sosyal fobinin gelişmesine, yetişkinlikte ise; sosyal, duygusal ve akademik konularda yaşanacak olumsuzluklara neden olmaktadır.

Bağımlı anne sendromu, her ne kadar duygusal bir durum gibi gözükse de aslında öz güven eksikliğinden kaynaklanan ciddi bir problemdir. Bu problemin gelişmemesi için çocukta güven duygusunun gelişimi mühimdir. Çocuk, anneden uzak kaldığı zamanlarda, anneye gerçekten ihtiyaç duyduğunda ulaşabileceği konusunda güven geliştirmelidir. Çocuk, anneden ayrılmamanın kötü bir şey olmadığını öğrenmelidir. Bu sebeple, anne ile geçirilecek kaliteli zaman çok önemlidir.

3-4 yaşına gelen çocuğa kendi başına yapabileceği işlerin sorumluluğu verilmelidir, çocuğun yaşıyla uyumlu sorumluluklar alması ve başarıya duygusunu yaşaması bu anlamda çok kıymetlidir. Ek olarak çocuk tek başına oyun kurmaya teşvik edilmelidir. Doğumdan itibaren çocukla geliştirilecek güven temeli, şefkatli bir ilişki, çocuğa karşı her zaman dengeli ve tutarlı tutumlar, anne dışındaki yakın kişilerle de arasında güven bağının kurulması ve çocuğun bağımsızlık girişimlerinin desteklenmesi çocuklarımız sağlıklı bir gelişim göstermeleri için olmazsa olmazdır.

Son olarak, gerek görüldüğünde bir uzmandan destek alınması sürecin daha sağlıklı aşılmasına yardımcı olacaktır.

DEDİ — KODU

İnsan toplumsal bir varlıktır. Hepimiz yaşadığımız toplumda birbirimizle iletişim halindeyiz. Özellikle toplumsal iletişim aracı olarak aktif şekilde sosyal medyayı kullanıyoruz. Yaklaşık şu son 30 yıldır iletişimimizin değişik bir hale büründüğünü de hepimiz görüyoruz.

Sosyal medya aracılığıyla artık insanlar yakın çevreleri hariç dünyanın öbür ucundaki, yüz yüze hiç görüşmedikleri, hiç tanımadıkları kişilerle de iletişim halindedir.

Hal böyle olunca da, insanların bir arada yaşadığı her ortamda, adeta kaçınılmaz bir gerçeklik halinde hayatımızda var olan dedikodu; sosyal ilişkilerimizde çok daha önemli ve belki de bir o kadar da tehlikeli bir yer edindi.

Dedikodu, insan ilişkilerinin karmaşıklığı içinde önemli bir yer tutar.

Dedikodu, bir veya birkaç kişinin arkasından konuşulan, aslında tam olarak doğruluk payı bilinmeyen, genellikle başkalarını etkilemek amacı ile yapılan konuşmalardan oluşur. Dedikodu, sosyal ilişkileri etkileyen, bazen olumlu sonuçlar doğurabilen ancak genellikle olumsuz etkilere yol açabilen bir davranış biçimidir.

Dedikodu, toplumun her düzeyinden ve her yaş grubundan kişiler tarafından kullanılan bir iletişim biçimidir de diyebiliriz. İnsanlar arasındaki ilişkilerde sıklıkla karşılaşılan bu durum, birçok kişi için zevkli bir zaman geçirme gibi algılanıp, kullanılabilir. Ancak dedikodu, özellikle dedikodusu yapılan kişinin itibarını azaltabilir, ilişkileri bozabilir ve toplumsal dengeyi olumsuz etkileyebilir.

Toplumsal olaylarda bir bilgi alışverişi olarak da tanımlayabileceğimiz dedikodu, derinlemesine incelendiğinde genellikle insanların duygusal boşluklarından, eksikliklerinden, farkında olmadan doğan bir davranıştır. İnsanlar, başkalarının yaşamları hakkında konuşarak kendilerini daha iyi veya önemli hissedebilirler. Bu tür davranışlar, aslında kişinin içsel boşluğunu doldurma çabasının bir sonucu olabilir. Dedikodu yapan kişinin kendi duygusal boşluğuna, eksikliğine odaklanarak, bu eksikliklerini tamamlayacak daha sağlıklı yöntemlere başvurması ve hatta gerekirse psikolojik yardım alması önemlidir.



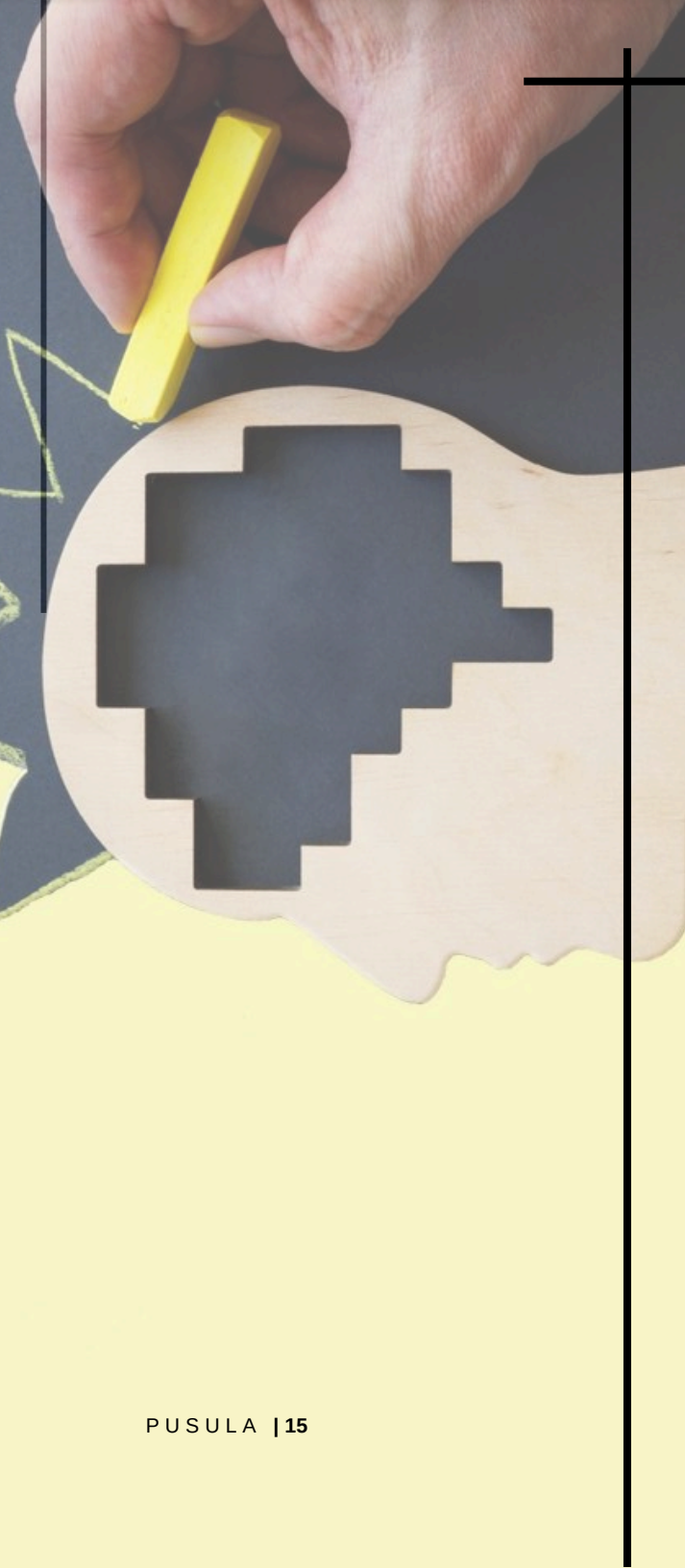
Toplumda dedikodu, genellikle iki yüzlülüğün bir göstergesi olarak da değerlendirilebilir. İnsanlar, bir kişiyle yüz yüze geldiklerinde nazik ve anlayışlı davranabilirler ancak kişinin arkasından olumsuz düşünce ve fikirler belirtebilirler. Bu gibi durumlar da, toplumsal ilişkilerde samimiyetsizliğe ve güven sorunlarına yol açabilir. Toplumun temel taşlarından biri olan güven, dedikodu gibi davranışlarla sarsılabilir ve buda uzun vadede toplumsal çatışmalara neden olabilir.

Dedikodu, nadir de olsa bazen olumlu sonuçlar da doğurabilir. Örneğin, bir kişinin kötü niyetli bir davranışının ortaya çıkmasını sağlayabilir ve bu kişinin sorumluluğunu almasına yardımcı olabilir. Ancak dedikodu genellikle, başkalarını küçümseme, yargılama ve hatta iftira atma gibi olumsuz sonuçlara giderek, dedikodu konusu olan kişilere zarar verecek duruma gelebilir.

Toplumsal ve kişisel olarak daha sağlıklı ve güvenilir bir iletişim ortamına sahip olmak için dedikodu ile mücadele edilmesi ve bu noktada insanların kendilerini geliştirmeye ve iyileştirmeye yönelik çalışmalara odaklanmaları gerekmektedir. Bireylerin bilinçli bir şekilde iletişim kurmaları, duygusal zekalarını geliştirmeleri ve başkaları ile empati kurarak davranış sergilemeleri önemlidir. Ayrıca, dedikoduya karşı duyarlı bir toplumsal bilincin oluşturulmasında eğitimin rolü çok büyük ve önemlidir.

Sonuç olarak, dedikodu toplumsal ilişkilerde sıklıkla karşılaşılan bir davranış biçimidir ve bu durumun olumlu veya olumsuz etkileri olabilir. İnsanların birbirleri hakkında konuşmaları kaçınılmazdır, ancak bu konuşmaların düzeyi, amacı ve etkileri toplumun sağlığı üzerinde belirleyici olabilir. Daha sağlıklı ve güvenilir ilişkiler kurmak için bireylerin dedikodu ile nasıl başa çıkacaklarını öğrenmeleri ve toplumun dedikodu ile mücadelede nasıl bir rol oynayabileceğine odaklanmaları önemlidir.

HİSTRİYONİK KİŞİLİK BOZUKLUĞU



Aşırı dramatik, dikkat çekme odaklı davranışlarla karakterize edilen bir kişilik bozukluğudur. Histriyonik bozukluğu olan kişiler, sürekli olarak ilgi odağı olma arzusu içindedir ve dikkat çekmek için abartılı duygusal tepkiler gösterirler. Genellikle başkalarının onayına aşırı derece bağımlı olabilirler ve ilişkilerini ve dramatik bir biçimde yaşarlar.

Histriyonik Bozukluğun Temel Belirtileri:

1. Dikkat Çekme İsteği: Kişi sürekli olarak ilgi odağı olmak ister ve bunu başaramadığında rahatsızlık duyar.
2. Dramatik ve Aşırı Duygusal Tepkiler: Duygusal tepkiler aşırı, dramatik ve çoğu zaman olayla orantısız olabilir.
3. Başka İnsanların Onayını İhtiyaç Haline Getirme: Kişi başkalarının onayını alma konusunda aşırı bir ihtiyaç duyar.
4. Manipülatif Davranışlar: Başkalarını kontrol etme ya da manipüle etme eğilimi vardır, bu da daha fazla ilgi çekmek amacıyla yapılabilir.
5. Fiziksel Görünüme Aşırı Önem Verme: Dış görünüme aşırı derecede önem verir ve bunu başkalarının dikkatini çekmek için kullanır.
6. Fiziksel Belirtiler: Histerik bozukluk, zaman zaman bedensel belirtilerle kendini gösterebilir. Kişi aslında fiziksel bir hastalığı olmamasına rağmen, ağrı, yorgunluk gibi şikayetlerde bulunabilir.
7. Cinsellik ve Flörtöz Davranışlar: Sık sık cinsel cazibesini kullanarak ilgi çekmeye çalışabilir. Ancak ilişkilerde duygusal derinlikten yoksundur.

Histriyonik kişilik bozukluğu kimlerde görülür?

Histriyonik kişilik bozukluğu genellikle ergenlik veya genç yetişkinlik döneminde başlar. Toplumun her kesiminde görülebilir de, kadınlarda erkeklere göre daha yaygın olduğuna dair bazı veriler bulunmaktadır. Bununla birlikte, bu farkın kültürel ve toplumsal beklentilerden kaynaklanabileceği de düşünülmektedir.

- Bu rahatsızlık, düşük benlik saygısına sahip bir yerlerde veya çocukluk döneminde dikkat çekme ihtiyacı geliştiren kişilerde daha yaygın olabilir.
- Kişinin aile yapısı, çevresi ve erken yaşta yaşadığı travmalar ya da ihmaller bu bozukluğun ortaya çıkmasını tetikleyebilir.



Histriyonik Kişilik Bozukluğunun Tedavisi

Histriyonik kişilik bozukluğunun tedavisi uzun süreli olabilir ve aşağıdaki yaklaşımlar kullanılabilir:

Psikoterapi:

- Bilişsel davranışçı terapi: Bireyin dikkat çekme ve manipülatif davranışlarını fark etmesine ve değiştirmesine yardımcı olur.
- Psikodinamik terapi: Kişinin bilinç dışında ki duygusal çatışmaları ve geçmişteki deneyimleri anlamasına yardımcı olabilir.

İlaç Tedavisi:

Histriyonik kişilik bozukluğunun kendisi için spesifik bir ilaç tedavisi yoktur. Ancak anksiyete, depresyon veya diğer ruhsal sorunlarla birlikte görülüyorsa, antidepresanlar ya da anksiyolitikler gibi ilaçlar reçete edilebilir.

Grup Terapisi:

Bireyin başkalarıyla ilişkilerini daha sağlıklı bir şekilde nasıl sürdürebileceğini öğrenmesi için faydalı olabilir.

Aile Terapisi:

Aile üyeleri, kişinin sorunlarıyla başa çıkmasına yardımcı olmak için eğitilebilir.

Tedavi süreci, kişinin semptomlarının ciddiyetine ve yaşam koşullarına bağlı olarak değişiklik gösterebilir. Terapi ve ilaç tedavisiyle kişinin yaşam kalitesi artırılabilir ve semptomlar kontrol altına alınabilir.



KAŞA ÇORBASI

Sonbahar mevsimine merhaba demeye hazırlanırken, havaların da soğumaya başlamasıyla yeniden sofraların baş tacı haline gelen o mis gibi çorbalar, çorbalarımız...Elbette, çorba tarifleri arasında herkesin vazgeçilmez bir çorbası vardır. Çorba tariflerine genel olarak baktığımızda hepsi de şifa niyetine içilebilir tariflerdir. Çorba tariflerini çeşitlendirebilmek için mutfağınızdaki her türlü malzemeden yararlanabilirsiniz. Tam da bu yüzden bu kez karşınıza yöresel çorbalar ile geldik. Kendimizi Batı Trakya'nın mutfaklarında pişen çorbanın yükselen dumanına kaptırdık gitti...

Batı Trakya'nın yöresel mutfağında başlangıç olarak mutlaka olması istenilen favori çorba tariflerinden biri hiç şüphesiz kaşa çorbasıdır. Henüz bu lezzeti denememiş olanlar için çorba tarifleri listenize yenisini ekleyeceğiniz muhteşem bir lezzetle karşınızdayız. Deneyenlerin tekrar tekrar isteyeceği, oldukça doyurucu ve bir o kadar da lezzetli kaşa çorbası tarifini sakın kaçırmayın! Sağlıklı yapısı ile kolayca hazırlayabileceğiniz kaşa çorbasını menülerinizden eksik etmeyeceksiniz. Deneyeceklere şimdiden afiyet olsun.

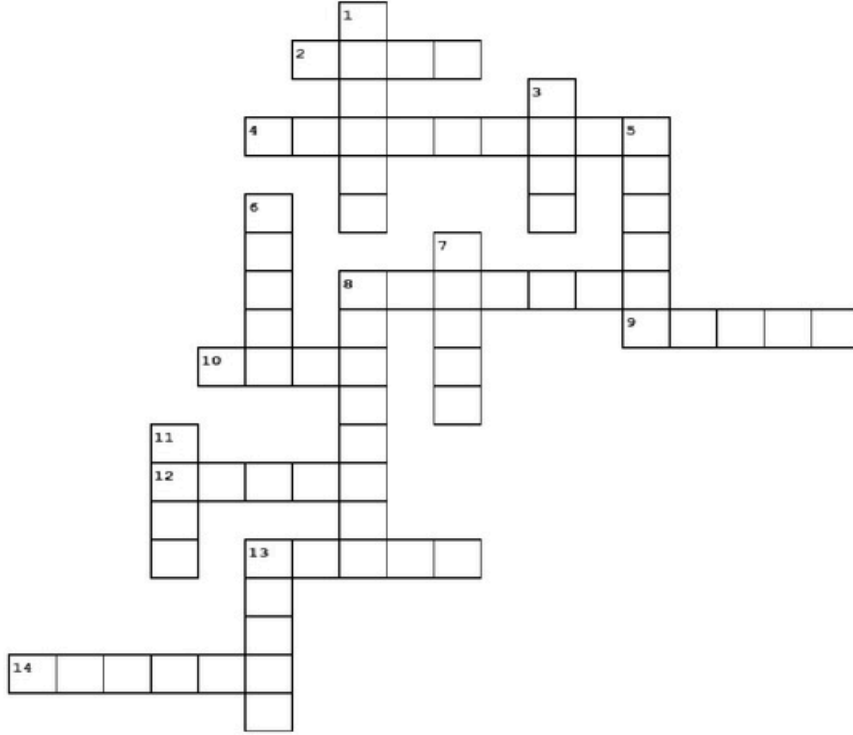
Malzemeler:

4 Bardak Su
2 Yemek Kaşığı Tereyağ
4 Yemek Kaşığı Kavurma
5 Yemek Kaşığı Mısır Unu
Tuz

Yapılışı:

Önce ocağa bir tencere alınır tereyağ eritilerek hafifçe kavrulur, ardından kavurma eklenir ve bu işlem kavruluncaya dek devam eder. Daha sonra tencereye su, tuz ve mısır unu ilave edilir. Bu arada unun topaklanmaması için çorbamız sürekli karıştırılır, çorbanın kıvamı koyulaşınca ocaktan alınır, servise hazırlanır.

OKULLAR AÇILDI



SOLDAN SAĞA

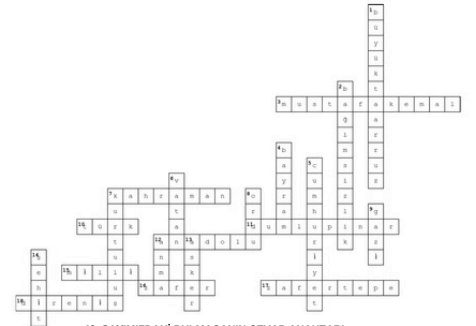
2. Öğrencinin öğrenmekle yükümlü olduğu bilgi.
4. Herkesin yararlanması için kurulmuş ve içine birçok kitap toplanmış olan bina, kitap odası, ya da kitap dolabı.
8. Bir okul veya kurstaki derslere katılarak eğitim-öğretim alan kişi.
9. Bir yeri yöneten kimse, yönetmen.
10. Belli bir disipline ve kurallara uyarak yöntemli çalışmalara dayanan, eğlenme, güç harcama, mücadele yoluyla yapılan beden uğraşı.
12. Pek çok türleri ve değişik biçimleri bulunan, yazmak, çizmek gibi işlerde kullanılan araç.
13. Öğrencilerin bilgi derecesini anlamak için yapılan yoklama.
14. Öğrencilerin kendilerine sorulan her soruya yazılı olarak cevap verdikleri ve en çok kullanılan sınav türü.

YUKARIDAN AŞAĞIYA

1. Karton ya da plastik bir kapak içinde tutturulmuş bulunan kâğıt yapraklarından oluşan ve sayfalarına yazı yazılan, resim yapılan nesne.
3. Belirli işaretler kullanılarak kişiler arasında görsel tabanlı iletişim kurulmasını sağlayan araç.
5. Kişilerin bilgi, beceri ve değerlerini geliştirmek amacıyla yapılan öğretim faaliyetleri.
6. Basılı ya da el yazılı kâğıt yaprakların ciltli ya da ciltsiz olarak bir araya getirilmiş biçimi.
7. Düşünülüp tasarlanmış şey, tasarı.
8. Okulda öğrencilere ders veren kimse.
11. Okuma yazma öğretiminin toplu bir şekilde yapıldığı yer
13. Ders okutulan yer.

30 AĞUSTOS ZAFER BAYRAMI

BULMACANIN CEVAP ANAHTARI 44. SAYIDA PAYLAŞILACAKTIR



42. SAYIMIZDAKİ BULMACANIN CEVAP ANAHTARI



NEYE ODAKLANIRSAK ONU BÜYÜTÜRÜZ

Yaşamın temel birimi bireydir. Bize kol kanat geren ve refah içinde yaşatan ise toplumdur. Bir toplumun uygarlık seviyesi vatandaşın duygu, düşünce ve davranışlarına eşdeğerdir. Yaşam ise doğası gereği bir ekip işidir. Söz konusu bireyin yaşamını doğrudan etkilemektedir. Öyle ki birbirinin içerisine geçmiş değişik düzeylerde ve hiyerarşilerde ekipleri hayatın her alanında görebilmekteyiz. Bu gibi toplumların içerisinde kişi ne zaman hangi ekibin üyesi olduğunu bilirse, o ekibin kendisine yüklemiş olduğu sorumlulukların ve görevlerin de bilincinde olur.

Birey olduğunun bilincine varmış olan kişi artık sorunlar değil çözümler üretmeye ve eksik olan parçaları sorumluluk bilinci yani "Biz" bilinci ile yerleştirmeye başlar.

"Biz"ini keşfedememiş insan ise sorunun bir parçası olarak yaşamaya başlar.

Unutmamak gerekir ki hayatın en küçük yapı taşını oluşturan element "Birey"dir. Dolayısıyla en küçüklerimizi bu bilinçle yetiştirmeli; anne - baba, eğitim sistemi bunun üzerine odaklanmalıdır. İnsanlar "Ben bir ekibin parçasıyım ve bir birey olarak sorumluluklarım var" bilinciyle yetiştirilmeli ki sorun olan taraf değil çözüm üretebilen taraf olsun. Çünkü üreten birey; etki alanı içerisinde yapabileceğinin en iyisini yapma gayreti olan, sorumluluk bilinci taşıyan, sadece kendisi için değil aynı zamanda içerisinde bulunduğu ekibin geleceğini inşa etme sorumluluğunda hareket eden bireydir. Biz anlayışın temeli de burada yatmaktadır. Kendini "Biz" in üyesi olarak gören kişi ne yapması gerektiğini bilir.



Peki bu uzun yolculukta sorun çözebilen bir kişi olabilmek için etki alanımın ve ilgi alanımın arasındaki ayrımı yapabiliyor muyum?

İlgi alanımız, kontrolümüz dışında yaşanan olaylardır. Örneğin; doğal afetler, savaş, ölüm, doğum vb. Etki alanımız ise gücümüzün değiştirmeye yeteceği durumlardır. Örneğin; düşüncelerimiz, davranışlarımız, tercihlerimiz bizim kontrolümüzdedir. Aslında bir bakımdan kişinin ne kadar gelişmiş ve olgun olduğunun ve etki alanı içerisindeki eylemleri yapma hususunda ne kadar istikrarlı ve bilinçli bir şekilde sorumluluk duyduğu ile ilgilidir.

Hayatımı planlamak zorunda kalsam neler isterdim?

1. Tabi ki bir an önce gözlemleyen bilincime ulaşabilmek.
2. Önünü belirleyebilen, etki alanını keşfetmiş bir insan olmak ve büyük resminin bilincinde olmak.
3. Ve son olarak da ne kadar önemli olduğumu, esas meselenin benim kendi özümle ve kendim arasında kurduğum ilişkide yattığını keşfetmek.

Ancak yaşadığımız toplumda hayat önümüze bir çok engel ve sorun çıkarmakta ve bu durumları sürekli olarak bir "sosyal kimlik" takınarak aşmaktayız. Bu sosyal kimlik ile yetiştirildiğimiz için yolculuğun esas anlamını kendi içimizdeki o "ÖZ"ün, yani kendimizin verdiğini keşfetmemiz, bu durumda uzun zaman alıyor. Bu nedenle de kendimizden uzunca bir süre öksüz kalıyoruz. Oysa "Başkası ne der?" diye hareket eden halimizden kurtulup, "Ben ne derim?" diyen cesur bir insan olabilmeliyiz. Çünkü insan kendi özünü ne kadar erken fark eder, ne kadar erken ilişki kurarsa o kadar yaşıyor demektir.

Bütün mesele o derin vadiyi geçebilmek. Cesaret işte tam olarak budur. Korkusuzluk değil aksine korkunun varlığında harekete geçme anlamına geliyor. Buradan şu denklemi söyleyebiliriz; eğer korku yoksa cesaret yoktur.



Ancak korku için her zaman cesarete sebep oluyor da diyemeyiz. Korku, çoğu zaman atâlete yol açar. Belirlediğimiz hedeflere ya da amaçlara doğru zamanda doğru adım atamamak atâletin ta kendisidir. Bu adım atamama hali insanın iç dünyasında muhtelif çelişkiler doğurur. Kendimize göre "olması gerekenler" vardır.

Fakat bir de "olduğum halim" vardır. Eğer bu ikisi arasında bir farklılık varsa bunun hakkında bir şeyler yapma zamanı gelmiştir. Çünkü bu bir gerilimdir ve gerilimi ancak fark edip harekete geçerek ortadan kaldırabiliriz.

Cesaret edip adım atmak sorunların çözümü için bir başlangıçtır. Bunu yapmamakla ilgili bir neden bir bahane üretmek olan - ki bu yol her zaman bir çok kişi için en pratik, hızlı ve kolay yoldur - şikayet yoludur. İstemediğimiz, kabullenemediğimiz ya da içinde bulunmaktan hoşnut olmadığımız durumun sebeplerini dışarıdaki etkenlere bağlayarak kişisel sorumluluğumuzu bir şekilde üzerimizden atmamızı sağlar. Bu da bize zihin konforu için gerekli olan tek şeydir. Bu konforu bozmak ise son derece sıkıntı vericidir. Zihnin konforunu bozup işleyiş biçimini değiştirmek gerekir. Şikayet etmek hiç bir işe yaramaz tam tersi konfor alanımızın derinliklerine gömülmemize neden olur. Öncelikle o vadiyi görmeliyiz. Bunun bizi yaralayabileceğinin farkına varmalı ve bunun bilincinde karşıya atlamalıyız. Riski görmeli, korkmalı ve korkuya karşı ilk adımı atabilmek için peşinden cesareti çağırmalıyız.

Bütün bu yorucu yolculukta, bu yoğun hayat yolculuğunda, varlığımızın farkına vardığımız andan itibaren hep bir anlam arayışı içerisindeyiz. Bu arayışa kendimizi bir bakıma zorluyoruz çünkü ancak bu şekilde sorunlarımıza çözümler bulabileceğimize içten içe inanıyoruz. Fakat bilmeliyiz ki; hatalar, günahlar, sevaplar, başarılar, yenilgiler bizi biz yaparlar. Çekilen hiç bir acı ya da mutluluk nedensiz değil bizi biz yapan etkenlerdir.

Sonu gelmeyecek olan anlam arayışında tek bir şeyi asla unutmamalıyız. O da "ÖZ" sevgidir. Kendimizi sevmeliyiz ki yetersizlik hissini kendimizde hissetmemize yol açmasın. En önemlisi kendimize şunu sormalıyız "Olmak istediğin yer ile olduğun uzaklık ne kadar? Bunun için çaba gösteriyor musun?" Bunlara cevap vermek için önce hayattaki anlam arayışımızı bulmalıyız.

Çünkü yaşamın bir anlamı yoksa mutlulukta yoktur.

***Doğan Cüceloğlu ve Sinan Canan`ın kitapları kaynak olarak kullanılmıştır.**

Tanıdık

Nedir yüreğimdeki bu ritim,
Her geçen gün artan,
Kalbimde raksı,
En sevdiğimiz şarkı...

Aşinalık latifesi,
Ruhuma yakın bir diyardan,
Ne mâlum ne meçhûl,
Ne sırran Ne muarref...

Aşikane bir neşide,
Unutulmaz bir neşe...
Yad edilir o günler,
Bir hicran anılır istemsiz...

Yeni bir umut,
Yeni bir hayat,
Serbeser yollarda,
Derin düşlerde...

İrem İsmail
YASSIKÖY

Aşk-ı Sebabi

(Asırlaraverilerantlaraithafen...)

Sabırla büyüttüğün aşkın, Arafa
sürüklediği gerçeği
Ne denli yıkar hayalleri?
Ne denli yakar yürekleri?

Düşünür müsün nasıl geçer
Geceyle gündüz kavuşmadan,
Kış yazı kucaklamadan...
Ne yazar böyle olmadan?

Katre katre akar oldu,
Aden, sızlayan dizlerim altında,
Dem misali gözden ırak,
Elim ermez oldu,
Kalbim, düşmeye meyilli bedenimde,
Atmaz oldu...

Düşünür müsün neyle daha bu hayat,
Yokluğunaacıyla bakarak...

İrem İsmail
YASSIKÖY



PUSULA



www.btaytd.org



www.twitter.com/BTAYTD



www.facebook.com/btaytd.wtamuga