



PUSULA

ENİSE MOLLA AHMET - NAGİHAN AGA - PELİN KOCA MOLLA - SEHER AHMET
SEVKAN TAHSİNOĞLU - SİBEL ABDULLAH HASAN - YILDIZ CAFER

OCAK 2024

35.
SAYI



BATI TRAKYA AZINLIĞI YÜKSEK TAHSİLLİLER DERNEĞİ 42. OLAĞAN GENEL KURULUNDAN BİR FOTOĞRAF

29 OCAK
TOPLUMSAL DAYANIŞMA
VE MİLLİ DİRENİŞ GÜNÜ
GÜMÜLCİNE'DE ANILDI

BATI TRAKYA AZINLIĞI
YÜKSEK TAHSİLLİLER DERNEĞİ
42. OLAĞAN GENEL KURULU
GERÇEKLEŞTİRİLDİ

BTAYTD MUCİZE TİYATROSU
"KOMŞU KÖYÜN DELİSİ"
OYUNUNU
ANKARA'DA SAHNELEDİ

İÇİNDEKİLER

01

GÜNCEL KONULAR

14

PSKİLOJİ /
DUYGUSAL ZEKA

08

GÜNDEME DAİR /
İSLAM DİNİNDE MÜBAREK ÜÇ AYLAR

17

SAĞLIK /
LÖNFÖDEM

10

EDEBİYAT /
ÜLKÜ TAMER'İN ŞİİR ANLAYIŞI

18

YÖRESEL LEZZETLER /
SÜTLÜ PİRİNÇ ÇORBASI

12

EĞİTİM /
DEYİMLERİMİZE DAİR

19

SİZİN KALEMİNİZ /
TAM ŞU ANDA

13

ÖZGÜN BÖLÜM /
HATALARIMIZLA VAR OLMAK

20

GENÇLERİN KALEMİ /
1 OCAK BEYAZLAR

İLETİŞİM:
EGNATIAS 75, 69100 KOMOTİNİ
TEL: +302531029705

PUSULA DERGİ
KOORDİNATÖR | TASARIM
ENİSE MOLLA AHMET

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

29 OCAK TOPLUMSAL DAYANIŞMA VE MİLLİ DİRENİŞ GÜNÜ GÜMÜLCİNE`DE ANILDI

29 Ocak Pazartesi akşamı Gümülcine Türk Gençler Birliği lokalinde Toplumsal Dayanışma ve Milli Direniş Günü Batı Trakya Türk Azınlığı Danışma Kurulunun düzenlediği etkinlikle anıldı. Etkinlikte moderatörlüğü Batı Trakya Türk Azınlığı Danışma Kurulu Başkanı ve Gümülcine Seçilmiş Müftüsü İbrahim ŞERİF yaptı. Etkinliğe, Gündem Gazetesi Genel Yayın Yönetmeni Hülya EMİN, İskeçe Türk Birliği Başkanı ve Gazeteci Ozan AHMETOĞLU ve Psikolog Koray BAĞDATLI konuşmacı olarak katıldı. Etkinlik 29 Ocakları yaşamış ve hayatını kaybetmiş olanlara bir dakikalık saygı duruşu ile başladı, o dönemi anlatan sinevizyon gösterisi ile devam etti. Danışma Kurulu Başkanı İbrahim ŞERİF etkinliğin açılış konuşmasında, 29 Ocak olaylarının Batı Trakya Türkleri için bir dönüm noktası olduğu belirterek, dönemin Batı Trakya Azınlığı Yüksek Tahsilliler Derneği Başkanı İsmail RODOPLU'nun, 29 Ocak 1988'deki hak arama yürüyüşünün gerçekleşmesindeki rolünü vurguladı. Azınlık mensuplarına pek çok haksızlık yapıldığını söyleyen Şerif, "Gümülcine Türk Gençler Birliği, İskeçe Türk Birliği ve Gümülcine Türk Öğretmenler Birliğinin isimlerinde Türk kelimesi bulunduğu için tabelalarının indirilmesi bardağı taşıran son damla oldu." diye konuştu.



Akabinde sözü Gündem Gazetesi Genel Yayın Yönetmeni Hülya EMİN, İskeçe Türk Birliği Başkanı, gazeteci Ozan AHMETOĞLU son olarak da psikolog Koray BAĞDATLI aldı. Etkinlik, Mümin ALİ ve Batuhan HASAN'ın sunduğu kısa bir müzik dinletisiyle tamamlandı. Etkinliğe Türkiye'nin Gümülcine Başkonsolosu Aykut ÜNAL ve eşi İlayda ÜNAL, İskeçe Müftüsü Mustafa TRAMPA, Rodop Milletvekili Özgür FERHAT, Kozluk Belediye Başkanı Erdem HÜSEYİN, Yassıköy Belediye Başkanı Caner İMAM, Mustafçova Belediye Başkanı Ahmet KURT, Dostluk Eşitlik Barış Partisi Genel Başkanı Çiğdem ASAFOĞLU, Doğu Makedonya Trakya Eyalet Başkan Yardımcısı Rıdvan HACI AHMET, Doğu Makedonya Trakya Eyalet Başkan Danışmanı Rıdvan MOLLA İSA, eyalet meclis üyeleri Ahmet KASAP ve Fatih İSMAILKO, azınlığın kurum ve kuruluş temsilcileri ile çok sayıda soydaş katıldı.



BATI TRAKYA AZINLIĞI YÜKSEK TAHSİLLİLER DERNEĞİ 42. OLAĞAN GENEL KURULU GERÇEKLEŞTİRİLDİ

Batı Trakya Azınlığı Yüksek Tahsilliler Derneği 42. Genel Kurulu 28 Ocak 2024 Pazar günü Gümülcine'de Cris& Eve Otelinde gerçekleşti. Genel kurul divan kurulu üyelerin belirlenmesiyle başladı. Divan kurulu başkanlığına Batuhan HASAN seçilirken, Neslihan ARİF OSMAN ve Semih ÖMER ise saymanlık görevini üstlendi. Divan kurulunun belirlenmesinin ardından Yönetim Kurulu Başkanı Hüseyin BALTACI faaliyet raporunu okudu. Akabinde Denetim Kurulu Başkanı İlhan MEHMET söz aldı. Yönetimin görev süresince yaptığı harcamaların, derneğin gelir giderlerinin bulunduğu denetim raporunu okudu. Ardından eleştiriler ve öneriler bölümüne geçildi. Bu bölümde dernek üyesi eski başkanlardan Avukat Ahmet KARA, Gazeteci Ramadan MOLLA, BAKEŞ Genel Müdürü Pervin HAYRULLAH ve Rodop Milletvekili Özgür FERHAT söz aldı. Yönetim, genel kurul tarafından aklandıktan sonra derneğin yönetim ve denetim kurullarında görev yapmak isteyen üyelerin adaylıkları belirlendi. Yönetim kuruluna 8 kişi denetim kuruluna ise 3 kişi aday oldu. BTAYTD 42. dönem kongresinde 222 oy kullanıldı. Kullanılan oyların 222'si de geçerli oy sayıldı.



Oy dağılımı şu şekilde gerçekleşti:

YÖNETİM KURULU

1. HÜSEYİN BALTACI 161
2. BURAK ADİL 121
3. HANDAN ALİ HÜSEYİN 115
- 4.ŞÜKRİYE MEMET 93
- 5.KORAY BAĞDATLI 93
6. ALİ ALİOĞLU 92
7. MURAT AHMET 85
8. GÜLCAN MÜMİN 79

DENETİM KURULU

1. MELTEM GİRİTLİ 128
2. DOĞA KASAP 113
3. PELİN KOCAMOLLAOĞLU 93

Aynı akşam gerçekleştirilen toplantı sonucu görev dağılımı şu şekilde belirlendi.

2024 YILI YÖNETİM KURULU

1. HÜSEYİN BALTACI BAŞKAN
2. ALİ ALİOĞLU ASBAŞKAN
3. BURAK ADİL GENEL SEKRETER
4. HANDAN ALİ HÜSEYİN KASADAR
- 5.ŞÜKRİYE MEMET ÜYE
6. KORAY BAĞDATLI ÜYE
7. MURAT AHMET ÜYE

2024 YILI DENETİM KURULU

1. MELTEM GİRİTLİ BAŞKAN
2. DOĞA KASAP ÜYE
3. PELİN KOCA MOLLAOĞLU ÜYE



BTAYTD MUCİZE TİYATROSU “KOMŞU KÖYÜN DELİSİ” OYUNUNU ANKARA’DA SAHNELEDİ

Batı Trakya Azınlığı Yüksek Tahsilliler Derneği çatısı altında faaliyet gösteren Mucize Tiyatrosu, Ankara Devlet Tiyatroları'yla işbirliği çerçevesinde "Komşu Köyün Delisi" oyununu Ankara'da sahneledi. 3 günlük Ankara gezisi kapsamında pek çok ziyaret ve aktivite gerçekleştirildi. İlk olarak 3 Ocak Çarşamba günü Ankara'ya ulaşan ekip Balkan VAKFI Bşk. Hıfzı KURUŞA ve yönetim kurulu üyeleri ve TİKA Bşk. Yrd. Sn. Mahmut ÇEVİK ile bir araya geldi. 4 Ocak Perşembe günü BTAYTD Bşk. Dr. Hüseyin BALTACI, İskeçe Kültür Merkezi Sorumlusu Sn. Sevtap HİNT ve Mucize Tiyatrosu Sorumlusu Sn. Senemahu TOPUZ'u Dışişleri Bakanlığında Büyükelçi Sayın Burak ÖZÜGERGİN makamında ağırladı. Akabinde rehber eşliğinde Anıtkabir ziyareti gerçekleştiren grup Ata'nın huzuruna çıktı. Devamında Yurtdışı Türkler ve Akraba Toplulukları Başkanlığında YTB Bşk. Sn. Abdullah EREN ziyaret edildi. 5 Ocak Cuma günü Devlet Tiyatroları Genel Müdürü Sn. Tamer KARADAĞLI ile bir araya gelen grup akabinde oyunun sahneleneceği Ankara Devlet Tiyatroları 75. Yıl sahnesine geçerek gösteriye hazırlandı. Gösteriyi Ankara halkının yanısıra YTB Başkanı Sn. Abdullah EREN ve eşi Sn. Elif EREN, TİKA Bşk. Yrd. Sn. Mahmut ÇEVİK, Altındağ Kaymakamı Sn. Cumali ATİLLA, Balkan Vakfı Başkanı Sn. Hıfzı KURUŞA ve Yönetim Kurulu üyeleri, BTTDD Genel Başkanı Sn. Hasan KÜÇÜK, BTTDD Kadınlar Kolu Başkanı Sn. Nalan HACİDELİ ve Yönetim Kurulu üyeleri, BATÖB öğrenci temsilcisi Sn. Furkan NİZAM ve Batı Trakyalı öğrenciler, Gümölcine geçmiş dönem Başkonsoloslarından Sn. Murat ÖMEROĞLU ve eşi, Dışişleri Bakanlığı temsilcileri ve çok sayıda sanat sever seyretti. 6 Ocak Cumartesi günü Medeniyetler Müzesi ve Ankara Kalesi ziyaretleri sonrasında gezi tamamlandı.



TÜRKİYE CUMHURİYETİ GÜMÜLCİNE BAŞKONSOLOSU AYKUT ÜNAL MUCİZE TİYATRO'YU AĞIRLADI

Türkiye Cumhuriyeti Gümülcine Başkonsolosu Aykut ÜNAL ve eşi İlayda ÜNAL, Ankara'da sahne alan Batı Trakya Azınlığı Yüksek Tahsilliler Derneği'nin Mucize Tiyatro ekibini ağırladı. Mucize Tiyatrosu üyelerinin yanı sıra Batı Trakya Azınlığı Yüksek Tahsilliler Derneği Başkanı Hüseyin BALTACI, Yönetmen Senemahu TOPUZ, Koordinatör Sevtap HİNT`inde katıldığı davet sonrasında T.C. Gümülcine Başkonsolosluğu'nun X resmi hesabından yapılan paylaşımında, "Ankara 75. Yıl Sahnesinde 'Komşu Köyün Delisi' oyununu geçtiğimiz hafta başarıyla sergileyen 'Mucize Tiyatro' ekibini ağırladık. Hayallerini paylaşan gençlerin heyecanına ortak olduk. Bu başarının mimarlarını ve mucize gençleri tebrik ediyoruz." ifadelerine yer verildi.



“SADIK AHMET” FİLMİNİN GALASI İSTANBUL'DA GERÇEKLEŞTİ

Batı Trakya Türk Azınlığının merhum lideri Dr. Sadık AHMET'in hayatını konu alan "Sadık Ahmet - Büyük Mücadelenin Hikayesi" filminin galası 30 Ocak Salı akşamı İstanbul Atatürk Kültür Merkezinin Türk Telekom Opera Salonunda Dr. Sadık AHMET'in ailesi ve çok sayıda davetlinin katılımıyla gerçekleşti. TRT ortak yapımı olan filmin galasında Batı Trakya'dan da çok sayıda davetli vardı.

TRT Genel Müdürü Zahid SOBACI, sosyal medya hesabından yaptığı paylaşımında, "Ömrü milletinin derdine derman olma gayesiyle anlamlanmış Dr. Sadık AHMET'in hayatını ve mücadelesini anlatan "Sadık Ahmet" filmimizin ilk izlemesini kıymetli misafirlerimizle gerçekleştirdik. 2 Şubat'ta tüm Türkiye'de vizyona girecek filmimizin yolu açık olsun." ifadelerini kullandı. Turgay AYDIN, Nur FETTAHOĞLU, Erkan CAN, Ozan AKBABA, Renan BİLEK, İlker AKSUM, Taner RUMELİ, Burak SATIBOL, Uğur YÜCEL, Erdal BEŞİKÇİOĞLU, Suzan KARDEŞ, Doğukan GÜNGÖR gibi ünlü isimlerin yer aldığı kadroda Dr. Sadık AHMET'i ünlü oyuncu Turgay AYDIN canlandırıyor.



GAT SELANİK YÖNETİMİNDEN NEZAKET ZİYARETLERİ

Batı Trakya Azınlığı Yüksek Tahsilliler Derneği çatısı altında faaliyet gösteren Genç Akademisyenler Topluluğu'nun Selanik Şubesi yönetim kurulu üyeleri 4 Ocak 2024 Perşembe günü ilk olarak Türkiye Cumhuriyeti Gümülcine Başkonsolosu Sn. Aykut ÜNAL'a akabinde de Gümülcine Seçilmiş Müftüsü ve Danışma Kurulu Başkanı Sn. İbrahim ŞERİF'e, Dostluk Eşitlik ve Barış Partisi Genel Başkanı Sn. Çiğdem ASAFOĞLU'na, Gümülcine Türk Gençler Birliği Başkanı Sn. Sedat HASAN'a, Batı Trakya Türk Öğretmenler Birliği Başkanı Sn. Aydın AHMET'e ve Batı Trakya Azınlığı Eğitim ve Kültür Şirketi yönetimine nezaket ziyaretinde bulunmuşlardır.



BAKEŞ TARAFINDAN YAYIMLANAN KİTAPLARIN TANITIMI GERÇEKLEŞTİRİLDİ

24 Ocak Çarşamba günü Gümülcine Türk Gençler Birliği lokalinde gerçekleşen ve Batı Trakya Azınlığı Eğitim ve Kültür Şirketi tarafından düzenlenen etkinlikte emekli öğretmen ve yazar Rahmi ALİ'nin "Yeri Geldikçe" isimli kitabı, azimli öğretmen ve yazar Asım ÇAVUŞOĞLU'nun "Azınlık Basınında Yazdıklarım" isimli kitabı ve Şair Yücel MISIRLI ŞAKİR'in kaleme aldığı "Sonsuzluk" adlı kitabı tanıtıldı.

Etkinliğin moderatörlüğünü yapan Koray BAĞDATLI ilk olarak kitapların içeriği ve yazarların öz geçmişleri hakkında dinleyicilere bilgiler verdi. Akabinde yazarlardan ilk olarak Rahmi ALİ söz aldı. Son yayınlanan kitabının 13. kitabı olduğunu söyleyen yazar ALİ, "Yeri Geldikçe" adlı kitabında günce, deneme ve sohbet yazılarının yer aldığını belirtti. Rahmi ALİ'nin ardından söz alan Asım ÇAVUŞOĞLU, "Azınlık Basınında Yazdıklarım" adlı kitabının 42 konu ve 145 sayfadan oluştuğunu belirtti. Son olarak şair Yücel MISIRLI ŞAKİR "Sonsuzluk" adlı kitabını tanıttı ve kitabında 200 şiire yer verdiğini kaydetti. Etkinliğe Türkiye'nin Gümülcine Başkonsolosluğundan Muavin Konsolos Barış ÇULHA, azınlık kurum ve kuruluş başkanları, yerel yöneticiler ve çok sayıda soydaş katıldı.



BTAYTD YENİ YÖNETİMİNDEN NEZAKET ZİYARETİ

Batı Trakya Azınlığı Yüksek Tahsilliler Derneği'nin Yönetim Kurulu ve Denetim Kurulu üyeleri 31 Ocak 2024 Çarşamba günü Türkiye Cumhuriyeti Gümülcine Başkonsolosu sn. Aykut ÜNAL'a bir nezaket ziyareti gerçekleştirdiler.



GTGB YENİ NESİL KOLU ANKARA'YA GEZİ DÜZENLEDİ

Gümülcine Türk Gençler Birliği Yeni Nesil Kolu üyelerinden oluşan öğrenci grubu 28 – 30 Aralık tarihleri arasında Ankara'yı ziyaret etti. GTGB Başkanı Sedat HASAN başkanlığında gerçekleşen gezi kapsamında öğrenciler; T.C. Cumhurbaşkanlığı Millet Kütüphanesi, Anıtkabir, Yurtdışı Türkler ve Akraba Topluluklar Başkanlığı, Gazi Meclisi, Ankara - II. Türkiye Büyük Millet Meclisi Cumhuriyet Müzesi ve Anadolu Medeniyetleri Müzesini ziyaret ettiler. Ankara'nın kültürel ve tarihi mekanlarını gezip görme imkanı bulan öğrenciler bu mekanlarla ilgili bilgi sahibi oldular.



İSLAM DİNİNDE MÜBAREK ÜÇ AYLAR



Halk arasında üç aylar veya Mübarek üç aylar, Hicri takvimde yer alan ve İslam dinine göre mukaddes olan Recep, Şaban ve Ramazan aylarıdır. Recep ve Şaban ayları, rahmet ayı olan Ramazanı karşılayan aylar olup Ramazan ayının müjdecisidir.

Peygamberimiz Hz. Muhammed'in bir hadisine göre Recep Allah'ın ayıdır, Şaban Peygamber Muhammed'in ayıdır, Ramazan da ümmetinin ayıdır. Ayrıca Recep ayı, Regaib Kandili ve Miraç Kandili'ni; Şaban ayı Berat Kandili'ni ve Ramazan ayı da Kadir Gecesini barındırır.

Hz. Muhammed (s.a.s.), Receb ayı girdiğinde "Allah'ım! Receb ve Şaban'ı bize mübarek kıl ve bizi Ramazan'a ulaştır." diye dua etmiştir.

Üç aylar, ilahi rahmet ve mağfiretin varlık âlemini kuşattığı, müminlerin topluca ibadete yöneldiği aylardır. Ramazan ayında oruç tutmak farzdır. Recep ve Şaban aylarında ise; Hz. Muhammed'in (s.a.v.) diğer aylara oranla daha fazla nafile oruç tuttuğu, ancak Ramazan'ın dışında hiçbir ayın tamamını oruçlu geçirmedeği hadis kaynaklarında yer almaktadır.

Cenab-ı Allah'ın (cc) kulları için açtığı sonsuz lütuf kapılarının ilki Recep ayıdır. Recep ayında, iki mübarek gece inanan gönüllere misafir olur. Bunlardan biri Regaib gecesi, diğeri ise Sevgili Peygamberimizin (s.a.s.) ümmetine emaneti olan Mescid-i Aksa ile bütünleşen Miraç gecesidir. Miraç, maddi heveslerden manevi değerlere geçmeyi, fani olandan baki olana yücelmeyi bizlere hatırlatır.

Recep ayından sonra, ruhen ve bedenen Ramazan'a hazırlandığımız Şaban ayı karşılar bizi. Şaban'ın ortasında parlayan Berat gecesi, kederden ve ilahi cezadan kurtulmanın, af ve afiyete kavuşmanın Allah'a kullukta gizli olduğunu hatırlatır bize. Günahlarımızdan tövbe ederek ibadetimizi artırarak Kur'an-ı Kerim'i okumalı ve Ramazan'a girdiğimiz andan itibaren bunları en üst seviyede yaşamalıyız. Faziletli sayıldığı için bu dönemde ibadetler artırılmalı, günahlardan sakınılmalı ve mübarek Ramazan ayına hazırlık yapılmalıdır.

Üç ayların sonuncusu, evveli rahmet, ortası mağfiret, sonu ise cehennemden kurtuluş olan onbir ayın sultanı Ramazan-ı şeriftir.

Müminler, Rabbimize gönülden bağlanmak, O'na hakkıyla ibadet etmek ve güzel ahlaka uygun bir hayat sürmek için üç ayları fırsat bilmelidir. Bu manevi iklimde varsa kötü alışkanlıklarını terk etmeli, hata ve günahları için içten tövbe etmelidir. "Ben" duygusundan sıyrılıp "Biz" olmanın şuuruna varmalı böylelikle dünyada ve ahirette huzura ermeyi ümit etmelidir. Bu mübarek aylarda imkanlar ölçüsünde oruç tutulmalı, gece ibadetlerine ağırlık verilmeli ve bol bol Kur'an okuyup anlamı üzerine tefekkür ederek Allah'ın razı olacağı bir hayatı yaşamaya gayret edilmelidir. Yine bu mübarek ayları bir eğitim imkanına çevirip, yeme içmeden uzak durarak tutulan oruçlar gibi, kötü alışkanlıklara karşı da oruçlu olmalı, yalan, dedikodu, gıybet ve faydasız boş sözlerden uzak durulmalıdır.





ÜLKÜ TAMER'İN ŞİİR ANLAYIŞI

“

Ülkü Tamer, 20 Şubat 1937 yılında Gaziantep'te doğmuştur. İkinci Yeni akımının öncü isimleri arasında yer almaktadır. 1958'de Robert Koleji'ni bitirmiştir. Ardından, İstanbul Gazetecilik Enstitüsünde eğitimini tamamlamıştır. Tamer, çok yönlü kabiliyete ve donanıma sahip bir şairimizdir. Tamer, yazın hayatına, Gaziantep'te bulunan bir gazetede yayımladığı bir hikayesi ile başlamıştır.

Yazarın pek çok dergide yayımlanmış şiirleri mevcuttur. Tamer'in yayımlanan şiir kitapları yanı sıra anı, hikaye, çocuk kitapları, senaryo ve tiyatro türünde eserleri de bulunmaktadır. Tamer, İkinci Yenicilerin vazgeçilmez unsurlarından kapalı imgeler ve alışılmamış bağdaştırmalarla dili yeni bir üslupla ele alıp işleyerek şiirlerini okuyucuya sunmuştur. Şiirlerinin merkezine iyice yerleştirdiği bu unsurlar onun şiirlerini halktan uzak hale getirmiştir. Belirli temalar üzerinde çalışan şair, toplumcu şiir anlayışına da hitap etmektedir. Ülkü Tamer'in sürekli arayış içerisinde olmayı İkinci Yeni anlayışına borçludur. Şairin İkinci Yeni anlayışı içerisindeki şiirleri çözümlenmesi oldukça zordur. Tamer'in, şiirleri üzerinde yapılan yorumlar pek açık değildir. Bu dönemde şiirlerinin ele alınıp incelenmesi mümkün değildir. Şairin bilinçaltındaki imge yüklü kelimeler kendi kendine yetebilen nitelikte olduğu görülmektedir. Ülkü Tamer, İkinci Yeniciler arasında çocuk imgesini en çok kullanan şairlerden birisidir. İkinci Yenicilerin arasında yer alan Ülkü Tamer, İkinci Yenicilerin imgelerle yüklü dünyasından uzaklaşır. Şairin şiirlerinde en çok çocuk imgesiyle karşı karşıya kalırız. Bunun dışında aşk, sevgi ve ölüm gibi konuları da ele alarak şiirini oluşturduğu görülür. Ülkü Tamer, şekil ve muhteva bakımından İkinci Yeni anlayışını örnek alarak şiirler kaleme alsada daha sonra yalın bir dil ile toplumcu gerçekçiliği ele alan şiirlerini okuyucuya sunar.

Güneş Topla Benim İçin

Seheryeli çık dağlara,
Güneş topla benim için.
Haber ilet dört diyara,
Güneş topla benim için.

Umutların arasından,
Kırpıkların karasından,
Döşte bıçak yarasından,
Güneş topla benim için.

Yazdan, kıştan, ilkbahardan,
Mahpuslarda dört duvardan,
Doludizgin sevdalardan,
Güneş topla benim için.

Seheryeli yâr gözünden,
Havadaki kuş izinden,
Geceleyin gökyüzünden
Güneş topla benim için...



Ülkü Tamer'in kaleme almış olduğu bu şiiri, Zülfü Livaneli besteleyerek sevenlerine sunmuştur. "Güneş Topla Benim İçin" şiirinin anlamı, umutsuzluğun içerisinde kendisini kaybetmiş bir insanın, kendi gücünü bulma ve küllerinden yeniden doğma hikayesidir. Burada temel mesaj; kişiler zaman zaman kötü zamanlardan geçebilirler, umut ve güvenlerini kaybedebilirler. Önemli olan mücadeleyi asla bırakmamaktır. Pes edilmediği takdirde, gün gelecek güneş gibi parlayacaklarına vurgu yapar.

AŞK OLSUN!

Fazla söze gerek yok...

Aşk Olsun!



Çoğu zaman kelimelerde olduğu gibi deyimlerin de manaları zamanla değişebiliyor. Bu değişimler ilk ve asıl mananın yorumlanması, yeni durumlarla harmanlanması gibi sebeplerle gerçekleşiyor. Fakat ne kadar başkalaşmış olursa olsun yine de özündeki maksadı kaybetmiyor deyimlerimiz. Halk arasında yaygın olarak kullanılan kalıplaşmış ifadelerden biri de aşk olsun deyimidir. Peki başka bir dile çevirmeye çalışırken zorlandığımız aşk olsun deyimini tam olarak ne anlama gelir?

Genellikle sitem, eleştiri cümlelerinde geçen aşk olsun deyimini, bir şeyi beğenmemek, yeterli ya da doğru bulmamak anlamına gelir. TDK'ya göre aşk olsun sözü kullanıldığı yere göre iki farklı anlama gelir. İlk olarak bir eseflenme, kınama sözü olduğu anlatılır. Tasvip edilmeyen bir söz ya da davranış karşısında söylenir. Aferin, helal olsun anlamında bir davranışın, bir tutumun çok beğenildiğini bildiren sözü de ifade ettiği gibi "Alacağın olsun" deyimini ile "aşk olsun" sözü eş anlamlı olduğu için cümle içerisinde birbirinin yerine de kullanılabilir.

Günlük hayatın içerisinde, televizyon programlarında, yazılarda, gazetelerde karşılaşılan bu ifade aslında Mevlevilerin kendi aralarında selam ya da merhaba sözcükleri yerine kullandıkları bir ifade kalıbıdır. Tasavvufun dilimize armağan ettiği fakat günümüzde bilhassa hanımların sitem ifadesi için kullandıkları "aşk olsun" deyimini aslında bir selamlaşma sözü olarak ortaya çıkmıştır. Mevlevîlerde selamlaşma maksadıyla da kullanılan "aşk olsun" tabiri, muhatap için "Allah aşk versin, aşkını ziyadeleştirsin, yaptığın her işi aşkla yaptırısın." makamında bir duadır.

Zaman geçtikçe başka hangi farklı anlamları içine alabilceğini kestiremesek bile sözü edilen ifadenin günümüzde kazanmış olduğu mana aslında muazzamdır. Yaşadığımız zamanda yaptığımız her işi sevgiyle aşkla yapmak dileğiyle...

Aşk Olsun, Aşkla Olsun...

HATALARIMIZLA VAR OLMAK

" Hatasız kul olmaz, hatam ile sev beni".

" Hatasız kul olmaz" güzel Türkçemizin güzel atasözlerinden bir tanesi. Anlamını irdeleyecek olursak çıkan sonuç, yanılmayan, hata, yanlış yapmayan insan yoktur, demek diyebiliriz.

"Hatam ile sev beni" sözü ise Türk müziğinin önemli ismi sn. Orhan GENCEBAY'ın atasözümüze yaptığı ekleme ile, o güzel şarkıya kattığı derin anlam.

Evet, hatasız kul olabilmek imkansız bir durum. İnsanlar çoğu zaman duyguları ve mantıkları arasında görünmez bir savaş halindedirler ve bunun sonucunda duygu ve mantık boyutunda zıtlıklar yaşayabilirler. İnsani yanımızın çoğunu duygularımız oluşturur. Ve bazen o duygusallık içinde hatalı davranışlar sergileyebiliriz.

Bir öfke anında veya çok sevindirici bir olay karşısında aşırı davranışlarda bulunup, hoş olmayan sonuçlarla karşılaşabiliriz. İnsanız sonuçta.

Sosyal yaşantımızda büründüğümüz onca rolün içinde, hayatımızın değişik evrelerinde mutlaka değişik hatalarımız olmuştur.

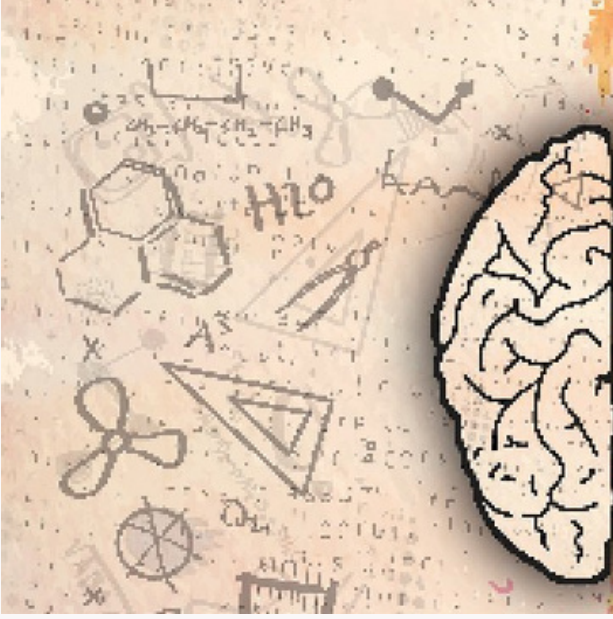
Ergenlikte yaşadıklarımızdan tutun da, okul ve iş hayatında yaşadıklarımıza, ebeveyn olarak yaşadıklarımıza kadar...

Hatalamızdan pay çıkararak katettiğimiz onca yola ve şu an bulunduğumuz noktaya baktığımızda eğer olumlu sonuçlarla karşılaşıyorsak, hatalarımız için üzülmemize gerek yok bence.

Ve her ne olursa olsun hatalarımız kendimizi sevmemize engel olmamalı. Hatalarımızdan ders çıkaracak kadar olgunlaşmışsak eğer, erdem sahibi olmuşuz demektir. Bu kişiliğimiz açısından çok önemli bir adımdır.

İnsanın kendisini hatalarıyla sevip, kabul etmesi, çevresindeki insanlarla olan iletişimini ve ilişkilerini de olumlu etkileyecektir. Onların hatalarına geliştirdiği bakış açısı da daha hoşgörülü olacaktır.

Zaten, yaşadığımız şu karmaşık hayat içinde sevgiye, saygıya ve hoşgörüye çok ihtiyacımız yok mu?



DUYGUSAL ZEKA

İnsanı insan yapan en temel olgulardan birisi de hiç şüphesiz duygulardır. Duygular o kadar hayatımızın içindedir ki onların var olmadığı bir hayat düşünmek neredeyse imkansızdır. Ancak duygulara sahip olmak kadar önemli olan bir diğer unsur da onları yönetebilmektir. Yoksa dozunda olmayan bir üzüntü, mutsuzluk, öfke, stres ve dahi mutluluk kişinin kendisine ve çevresine zarar verebilmektedir. İşte bu bağlamda son dönemin popüler konularından olan "duygusal zeka" dediğimiz olgu devreye girmektedir. Duygusal zeka; bireyin kendi duygularını ve başkalarının duygularını anlayıp kontrol ederek değerlendirme, yorumlama ve tepki verme yeteneğine verilen addır. Aslında zeka denilince akla ilk gelen IQ'dur. Ancak IQ testleriyle kişilerin ancak sözel ve matematiksel zekaları ölçülebilmektedir. Fakat oldukça karmaşık yapıya sahip zekayı tek bir test ile ölçebilmek maalesef mümkün değildir.

Duygusal zeka ilk kez 1966 yılında B. Leuner tarafından bir makaleye konu olmuş ve Leuner bu makalesinde çocuklarına bakma sorumluluğunu üstlenmekte isteksiz olan annelerde eksik olan şeyin "duygusal zeka" olduğunu savunmuştur. Ancak duygusal zekanın ilk kez ciddi bir şekilde ele alınması 1990 yılında Peter Salovey ve John D. Mayer tarafından olmuş ve bu zeka türünün aslında 1983 yılında psikolog "Howard Gardner'in çoklu zeka modelindeki kişisel zekaların bir alt grubu olduğunu belirtmişlerdir. Bu kuramda; zekanın birbirinden bağımsız 8 farklı türünün olduğu ve bu türlerin birçok yetenekten oluştuğu öne sürülmüştür. Duygusal zeka olan EQ ise bireyin duygularını rehber olarak kullanabilmesine yardımcı olmaktadır.



İnsanlar aynı anda pek çok duyguyu hissedebilmektedir ve bu nedenle duyguları anlamak oldukça zordur. Örneğin mutluyken aynı zamanda kaygılı olabileceğimiz gibi, öfkeliyken aynı zamanda üzgün de olabiliriz. İşte bu gibi durumlarda duygusal zeka açısından önemli olan hangi duygunun dominant olduğunu anlamak ve o duyguyu doğru şekilde adlandırabilmektir. Bu aşamada ise ilk olarak doğru tanımlanan duygunun sebebinin anlaşılması gerekmektedir, devamında da o duygunun ne şekilde dışarıya aktarılacağına karar verilmelidir. Çünkü duygular önemlidir ve davranışlarımızı etkilemektedir. İnsanlar çoğu zaman bahsedilen bu duygu analizlerini yapmadan hissettikleri duyguyu dışarıya aktarmaktadırlar. Oysa ki bu değerlendirmeler olmadan yapılacak her eylem hem bizi hem de karşımızdaki birey veya bireyleri etkileyecektir. İşte duygusal zeka dediğimiz yeti tüm bunları kapsamaktadır.

Duygusal zekanın geliştiricisi olarak görülen Daniel Goleman`a göre duygusal zeka 5 temel bileşenden oluşmaktadır.

Bunlar;

Öz farkındalık: Duygusal zekanın temeli olan öz farkındalık bireyin kendi iç dünyasının farkında olarak değerlendirmeler yapabilmesini tanımlamaktadır.

Öz düzenleme: Bireyin duygu, davranış ve dürtülerini yönetebilmesidir.

Sosyal beceriler: Bireyin dış dünya ile olan ilişki ve çatışmalarını doğru bir şekilde yönetebilmesidir.

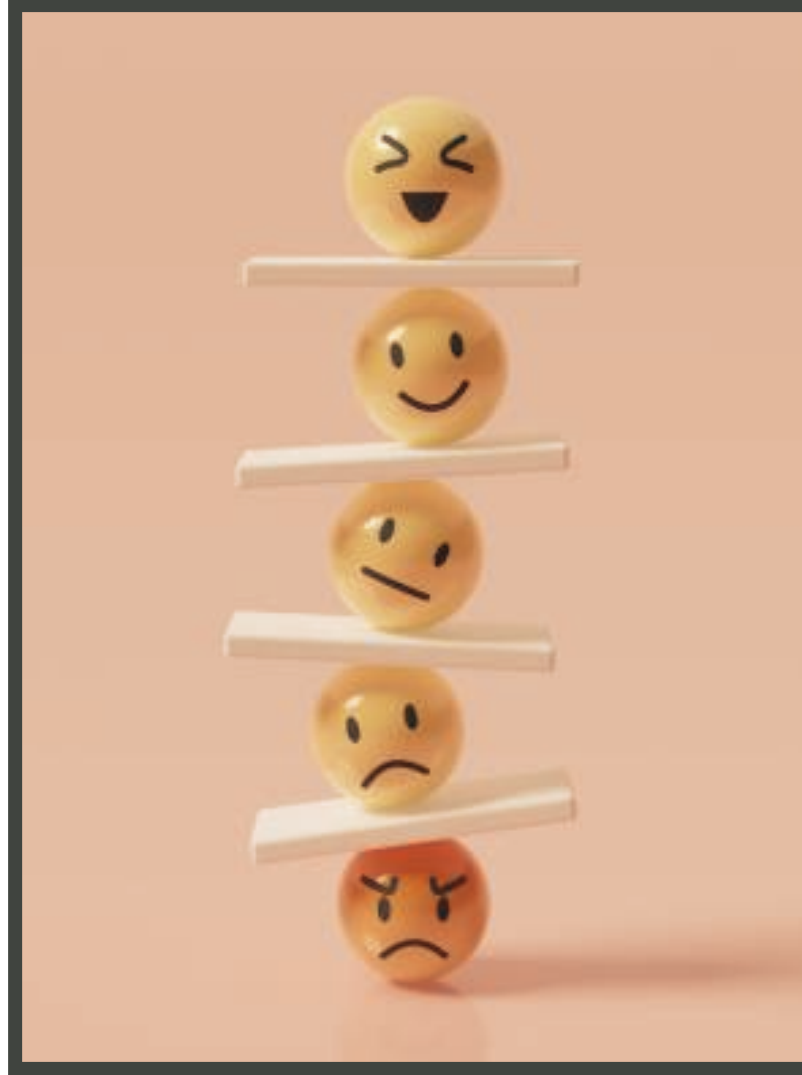
Empati: Başkalarının duygularını anlamayı ifade etmektedir.

Motivasyon: Başarma isteği ve kendini harekete geçirebilme gücünü tanımlamaktadır.



Duygusal zeka ile ilgili çeşitli araştırmalar yapılmaktadır. Örneğin 2015 yılında yapılan bir araştırmada duygusal zekanın hem iş hem de genel performansta oldukça önemli rol oynadığı ortaya çıkmıştır ve duygusal zekası yüksek bireylerin toplum içerisinde veya toplumsal rollerde daha başarılı olduklarına dair görüşler bulunmaktadır. Son yıllarda iş ilanlarına baktığımızda işe alımların da bu araştırmayı destekler nitelikte olduğunu görebiliriz. Geçmişteki iş ilanlarına bakarsak o ilanlarda işin tanımının yapıldığı ve bu tanıma karşılayacak belirli üniversite ve belirli bölümden mezunu kişilerin arandığı oldukça teknik verilerle anlatılırdı. Ancak günümüzde iş ilanlarında aranan kriterlere bakıldığında bu kriterler “zorluklarla mücadele edebilen, stresini yönetebilen, uyum içerisinde çalışan, iş birliğine yatkın, içsel motivasyonu olan”v.s olmakta.

Uzmanların, yaşamın her alanında bu kadar öneme sahip olan duygusal zekanın doğuştan geldiği ve önce aile ardında da okul ortamında gelişmeye devam ettiği görüşleri bulunmaktadır. Çocuğun dünya ve çevre ile iletişim kurduğu ilk ortam olan aile ortamının duygusal anlamda ne kadar destekleyici olduğu, çocuğun ileriki hayatında duygusal zekasının ne düzeyde olacağı konusunda bilgi vermektedir. Duygusal zekanın gelişimi için ebeveynlerin çocuğun duygularını anlaması ve çocuğun duygularını anlatmasına yardımcı olması gerekmektedir. Akabinde, okul ortamında çocuklar bu açılardan desteklenmektedir ve yine çocuklar için duygusal zekalarını geliştirebilecekler en verimli ortamlardan birisi de şüphesiz oyunlardır. Çocukları olabildiğince gerçek ve kuralsız oyunlara yönlendirmek önemlidir. Ergenlik döneminde de duygusal zekanın gelişimi devam eder. Empati hissi tüm bu gelişim süreçlerinde oldukça önemlidir.



Duyguları anlama ve onları yönetme yeteneği olan duygusal zekayı geliştirmek bugünün çocukları ve gençlerini yarının zorluklarına hazırlama olanağını oluşturmaktadır.

Son olarak; Aristoteles`in 2000 yıl önce söylemiş olduğu şu sözü bir nevi duygusal zekanın tanımı ve önemini açıklamaktadır.

“Herkes öfkelenebilir. Bu kolaydır. Ne var ki; doğru insana, doğru derecede, doğru zamanda, doğru maksatla ve doğru biçimde öfkelenmek... İşte bu zordur”

LÖNFÖDEM

Lenfödem; lenf bezlerinin yada lenf yollarının yeterince fonksiyon görmemesi, lenf sıvısının boşaltılmasını olumsuz etkileyerek kolda, bacaklarda veya vücudun her hangi bir bölgesinde ödem gelişmesidir. Lenfatik sistemin düzgün çalışmaması sonucunda oluşan lenfödem kronik uzun süreli bir durumdur.

Lenfödem vücudun birçok bölgesinde ortaya çıkabilse de genellikle kol ve bacakları etkiler. Ortaya çıkan şişlikler hastalığın başlangıç aşamalarında geçici olabilir, gün içerisinde etkisi artıp azalabilir.

Lenfödem belirtileri nelerdir?

- Ciltte gerginlik hissi ve sertlik
- Görsel bakımında deformasyon
- Rahatsızlık hissi
- Kol altı, kasık bölgelerinde ağrı
- Belli bölgelerde şişlik
- Şişliğin olduğu bölgelerde hareket kısıtlılığı
- Vücutta ağrı ve sıkılık hissi
- Hareket kabiliyetinin kısıtlanması
- Tekrar eden enfeksiyonlar
- Siğil ve benzeri oluşumlar
- Derinin sertleşerek kalınlaşması
- Ciltte kıvrımların oluşması
- Deride sıvı sızması

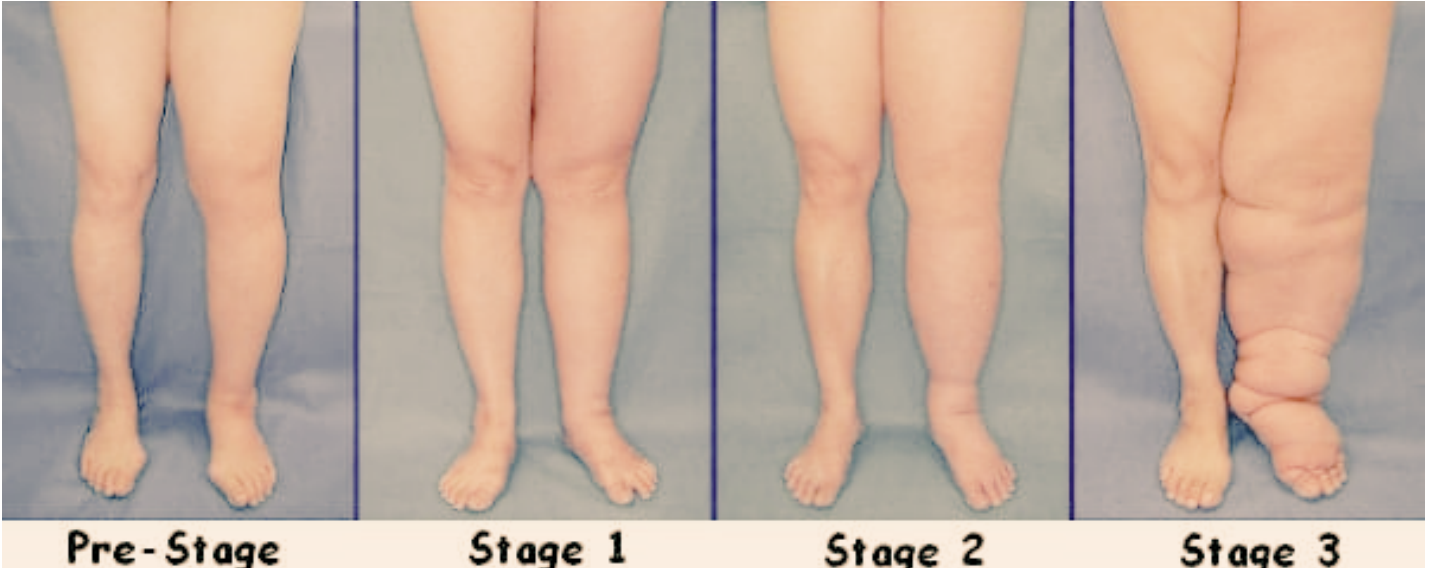
Belirtilerin şiddeti hastadan hastaya değişkenlik gösterir.

Lenfödem kimlerde görülür?

En çok meme kanseri cerrahisinde, koltuk altı lenf bezlerinin alınması yada koltuk altına ışın tedavisi radyo terapi uygulaması sonucu kadınlarda görülür, sadece buna bağlı olmayan, genital kanser, kadınlarda rahim, yumurtalık kanseri, erkeklerde prostat kanseri sırasında hastaların lenf bezlerinin alınması o bölgelere radyoterapi uygulanması özellikle bacaklarda lenf ödemi görülebiliyor. Bazen doğuştan lenf bezleri yetersiz çalışıyor, o zaman çocuklarda da lenfödemle karşılaşılabilir.

Lenfödem tedavisi nasıl yapılmaktadır?

- Cilt bakımı
- Masaj yapımı
- Bandajlama(hastanın kolu veya bacağı sarılır)
- Kompresif bandajlama
- Egzersiz uygulamalar



SÜTLÜ PİRİNÇ ÇORBASI

Bu ay siz değerli okuyucularımızın karşısına havaların da soğumaya başlamasıyla beraber Batı Trakya'da yaşlı ulu çınarlarımızın torunlarına severek pişirdiği yöresel çorba olarak bilinen Sütlü Çorba tarifi ile geldim...Kendimizi Batı Trakya'nın mutfaklarında pişen yöresel lezzetlerin tencerelerde yükselen dumanına kaptırdık gitti...

Şifa niyetine içilen klasik kış çorbalarından tutun, rengiyle şaşırtan farklı çorbalara, mutfağımız çorba çeşitliliği konusunda o kadar geniş ki eminiz bugüne dek hayatınızda hiç deneme fırsatı bulamadığınız çok çorba vardır hala. Sizler de denemediyseniz denemenizi tavsiye ederiz...Gelin hep birlikte babannelerimizin bizlere küçükken keyifle içirdiği çorbanın o eşsiz tadını dilimizde ve şahane kokusunu burnumuzda hissedelim!

MALZEMELER

- 2 kahve fincanı pirinç
- 2 bardak su
- 2 su bardağı süt
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber

Önce tezgâha malzemeleri dizelim ardından, bir tencereye suyu koyalım. Kaynadıktan sonra yıkanmış pirinci ilave edelim. Pirinçler pişme aşamasına geldiğinde sütü ilave edelim, bir 20 dakika daha pişirdikten sonra isteğe göre tuzunu ve biberini ekleyelim. Tercihe bağlı tereyağı yakıp dökebilirsiniz. Deneyeceklere şimdiden afiyet olsun...

TAM ŞU ANDA

Bilir misin şu anda
Neler oluyor dünyada
Belki çok yakınında
Ya da bilmediğın uzaklarda
Dışarda yağmur fırtına
Seyirdir sıcak yuvanda
Belki biri ıslandı
 ş yor tam  u anda

Bir bebek açıyor
Gözlerini dünyaya
Bir nefes veriliyor
Belki de son defa
Bir aşk dođuyor
İki kalp arasında
Bir sevda bitiyor
Belki tam  u anda

Kimi çok sevineceđi
Bir haber almış
Kimi aldığı haberden
YıkılmıŐ kalmıŐ
Kimi kavuŐmuŐ hasretine
Sıkıca sarılmıŐ
Kimi cananı candan
Tam  u anda ayırmıŐ

Bazı çok yoksul
A bila kıvranmakta
Bazı varlıktan ŐaŐırmıŐ
DolaŐır sapkınlıkta
Bazı nefes dahi zor alır
BođuŐur hastalıkla
Bazı hoş baŐını hasta eder
Belki tam  u anda

Bir dost arar bazıları
Muhtaçtır iki çift lafa
Kimi dostların içinde
İhtiyaç duyar yalnızlığa
Kimi atar kahkahalar
Dünya deđil umurunda
Kimi iki gözü iki eŐme
Belki de tam  u anda

Sibel Osman
23-11-2023



1 OCAK BEYAZLAR

Bir ezgi düşün semada,
Kainat huzuru sedada,
Gönlün nuru didardan,
Aslı, alaca mehtaptan...

O yollarına düzülmüş,
Beyzaya bezenmiş aşk,
“O” ak sümbüllere hayic...
“Laviniam” sana hayran...

Sebz eteklerde gelin,
Tüllere bezenmiş güz...
“Selene bak” dumanlı mı?
“Deryana bak” me`lüfe mi

Her katre başı üç adam,
Ne hüsrân, tasa biçare...
Dokuz cihanıma da bir âlim,
Hemdem ol bana yârim...

“Neşe`nin” masalı gülüşün,
Hasretine yanık gündüzüm...
Yoksun, varsında olma,
Varma yanında baharla...

Arafta mı kalmışım?
Yönümü mü şaşırılmışım?
Nereye baksam ordasın,
Neyse bu sır da bana kalsın...

Nokta kadar zamanda,
Denizleri kalbime sığdırmış,
Benliğimi karşıma almış,
Ama iki bakışa tav olmuşum...

De bana, ne değişti?
Bak bana, hâlâ sendeyim...
Sen de kabullen muhâlim, kabullen ki
Kavuşsun bu iki lehfan...

irem İSMAIL
16-01-2023



PUSULA



www.btaytd.org



www.twitter.com/BTAYTD



www.facebook.com/btaytd.wtamuga