



Ezber değil özel projeler!
Hayallerinizi inşa ediyoruz...

Bu özel yaşam alanında yerinizi alın!

0252 712 20 63 0554 503 26 63 dengeinsaatdatca denge inşaat emlak



Solucan

Kendini Dergi Sanan ON BEŞ GÜNLÜK Gazete



YIL : 1
SAYI : 18
FİYAT : 0,50
01.10.2021

ICONIC
construction & design

düşün think
hayal et imagine
uygula implement

İskele Mah. Balıkcıhisar Sk. No: 5/1 Datça
f iconidatca 0532 281 92 04

Cemil İPEKÇİ:

“Moda benim için çok faşist bir olgu”



Moda derken, hep söylerim; Moda benim için çok faşist bir olgu; ekonomiye dayanan, kapitalist bir olgu. Moda emreder, moda tüketir çünkü tükenmeyi gerektirir. Moda sizin kimliğinizi hiçe sayar, insanların kimliklerini yok etmeye bakar. Onun için modacı olarak iki sene çalıştım.

Datça, Bodrum'un ilk hâline benziyor. İlk yıllar geldiğimiz Bodrum'a... Ümit ederim ki Datça'nın sonu benzemez. Şu anda çok fazla istila edildi derim Bodrum için, çünkü Bodrum'un bu yarımadasında neredeyse toprak parçası kalmadı; dağlar, ovalar ev oldu ki çok üzülüyorum buna. İnşallah Datça aynı akıbete uğramaz. Datçalılar buna müsaade etmez.

Emina TEMEL'in Söyleşisi Sayfa 3'te

Sirkadiyen Ritim



Dyt. Canan KAPLAN'ın Yazısı 5'te

Zirve
İNŞAAT & EMLAK

*Bütün güzel şeyler
sınırsız hayallerin
ürünüdür...*

Devlet Halk ve İktidar



Mustafa PUSA'nın Yazısı Sayfa 2'de



Sayfa 7'de

BU SAYIDA

Özgür BASUT 2'de

İdris KENÇ 3'te

Ayhan VAROL 4'te

Gamze AKGÜN 6'da

OKYANUS
YAPI MARKET

MERKEZ: Datça Mah. Kazım Yılmaz Bulvarı
NO: 96/2 D blok Datça / Muğla
ŞUBE: A. Taner Kızıllı Bulvarı No: 4/1
www.okyanusyapidek.com

0553 140 35 82

info@okyanusyapidek.com

İnşaatınız için
A'dan Z'ye
aradığınız her şey!



CUBO
10 YILDA
MİLYONLARCA
EVİNE

**Kaliteli
ve
uygun
Çözümler**

BOYA
Kullanılan Boya, İşçilik Kalitesi
Çoklu Katmanlı Boya
Beyaz Boya, Beyaz Boya

NALBUR
Kullanılan Malzeme, İşçilik Kalitesi
Çoklu Katmanlı Malzeme
Beyaz Malzeme, Beyaz Malzeme

HİRDAVAT
Kullanılan Malzeme, İşçilik Kalitesi
Çoklu Katmanlı Malzeme
Beyaz Malzeme, Beyaz Malzeme

**SIHHİ TESİSAT
MALZEMELERİ**



Datça Mahallesi İr Meydanı
Sokak No:7/Z5 Datça/Muğla
0542 263 08 63 - 0252 712 82 94
azizzirve@gmail.com
f iconidatca zirveinsaatdatca



İşsel

Özgür BASUT

ozgurbasut@gazetesolucan.com

Mevsimler, Zaman ve Aşk

Zaman çok hızlı akıyor. Öyle ki, daha bir-iki ay var dediğin bir durum, bir anda yarına dayanıyor. Bu durum haliyle mevsimlerde ve yıllarda da aynılık gösteriyor. Hal böyle olunca, ertelediklerimiz yaşadıklarımızdan daha çok oluveriyor. Bu durum insanın anı yaşama gerekliliğini daha bir anlamlı ve elzem kılıyor.

Tabi bunun bilincinde olmak, gereğini yapmaya yetmiyor her zaman. Hayatın beklenmedik bir anda getirdikleri, bu şansı elimizden alıyor çoğu zaman. Kuşkusuz buna sığınmamak, hayatın bilinmeyen bir günde son bulacağını unutmadan, anı ıskalamamak gerekiyor.

Ve bu tür farkındalıklar mevsim geçişlerinde daha bir berraklaşıyor. En azından benim için sanki böyle oluyor.

Bizler de zamanla yoruluyoruz. Başarısızlıklarımızın, umutsuzluklarımızın, hayal kırıklıklarımızın ağırlığı bizi yoruyor, yıpratıyor. Başarı ve mutlu anlarımızın hazi bile o ağırlığı hafifletmeye yetmiyor bazen.

İşte bu noktada doğayı referans almak gerek. Yani bazen kendini kapatmak ve sonrasında aynı coşku ve ahenkle yenilenmek.

İnsanoğlunun eliyle her ne kadar dengesi biraz bozulmuş da olsa, doğanın müthiş bir dengesi var. Mevsimler, doğanın durup dinlenme, kendini korumaya alma ve tekrar yenilenme refleksidir.

Yaz sona ererken, doğa bir sonraki sezon için şimdiden hazırlanmaya başlıyor. Ve bu yazın bittiğini haber veren son bahar, en az bahar kadar (benim için) muhteşem bir mevsim. Sonbahar, doğanın soğuk, kasvetli kış aylarından önceki son koşuşturmasıdır.

Bir başka renk cümbüşü sarar doğayı. Altın, turuncu ve koyu kırmızı yaprakların göz kamaştırıcı görseli insana bambaşka duyguları egemen kılıyor. Huzur veren bir hüzün hali sanki. Bu hazan mevsimi, bana göre duygusal çelişkiler mevsimidir.

İlkbaharın o harika yenilenme coşkusunun getirdiği o yeşil yapraklar, bu mevsimde başka bir güzelliğe dönüşüyor. Geceler gündüzlere hakim oluyor bu mevsimde. Ve her iki durumun, yani gece ve gündüzün eşitlendiği gün de bu mevsimde, geçtiğimiz Eylül'ün 22'sinde gerçekleşti.

Bu huzurlu hüzün mevsimin ilk ayı üzerine farklı şairler tarafından çokça şiir dizelenmiş. Benim için de özel bir ay Eylül. Zira benim de yaşam döngümü değiştiren, mutlu olmama kapı aralayan, içimde oluşan kocaman uçurumu varlığıyla dolduran, çiçeklendiren bir insan bu ayda demir attı hayatıma. Ve her şey çok daha güzel olacak hissini bütün ruhuma serpiştirdi. Sevmenin, sevilmenin güzelliğinin farkına varmama fırsat verdi. Bir gülüşün bile, en karanlık anları aydınlığa boğabileceğini gösterdi bana. Özlemenin ne kadar özel ve güzel bir duygu olduğunu yaşattı...

Yazıya başlarken dediğim gibi, zaman çok hızlı akıyor. İşte o özel insanın hayatıma demir atmasının üzerinden üç yıl geçti. Ve geçtiğimiz Eylül'ün 22'sinde, yani gece ve gündüzün eşitlendiği o doğa mucizesinin gerçekleştiği günde dördüncü yıla adım attık. İyi ki hayatıma demir atmış ve beni birçok güzel duyguyla buluşturmuş. Ve umarım biz de doğa gibi, her defasında daha bir coşkulu, anı sektirmeden, yenilenerek, gelişerek hüzünleri güzelliklerle etkisizleştiren bir ömür yaşarız.

Ve dilerim ertelediklerimiz yaşadıklarımızdan çok çok daha az olur. Umudum odur ki, ne kadar vaktimiz kaldığını bilmediğimiz bu yaşam serüveninde, hep diz dize ve kalp kalbe oluruz.

Kızgınlıklarımız ve kırgınlıklarımız sonbahar-kış misali, her defasında baharın renk cümbüşü gibi yenilenme zaferi ile taçlansın.

Devlet Halk ve İktidar - 1

Mustafa Pusa



Devlet dendiğinde aklımıza, kendi ülkesinin vatandaşlarını koruyan, yararını düşünen siyasal ve askeri kurumlar mı gelir, yoksa her ne pahasına olursa olsun halkı zorbalıkla idare eden yöneticiler mi gelir? Belki de bütün bunlardan önce aslen devlet, iktidar, halk ve toplum kavramlarını yerli yerine oturtmak gerekiyor. Halkın ya da insanların gerçekten bir devlete, iktidara ihtiyaçları var mıdır? Devlet olmadan yaşanabilir mi? Şu halde kavramlara bir gözatalım.

Devlet; toprak bütünlüğüne bağlı olarak siyasal bakımdan örgütlenmiş millet veya milletler topluluğunun oluşturduğu tüzel varlıktır. Devlet siyasal bir birliktir. Bunun için her şeyden önce devleti kuran bireyler arasında kültürel bir birlik lazımdır. Bütün toplumlar, bir devletin varlığı ile nitelenmezler.

Bizim de içinde bulunduğumuz devlet, üniter bir devlet ama ulus-devlet değildir. Laik bir kuruluş vardır ama pratikte nereye tekabül ettiği tartışmalıdır. Genel olarak araştırdığımızda 'devletin amacı' başlığıyla karşımıza çıkan ibare şudur: "Halkı dış tehditlerden korumak, halkın refah seviyesini yükseltmek ve devamlılığını sağlamak, halkın kendi içerisinde güvenliğini sağlamaktır amacıdır." Teorik olarak kulağa güzel gelse de sorgulanması neredeyse suç sayılan onlarca soru barındırmaktadır. Genelde algılarımız önkabul üzerine şekillendiğinden, sorgulamaktan çok hayranlık ve haklı bulma önyargısıyla hareket eder ve düşünürüz. Aşağıdaki örnek bunu gayet güzel açıklar.

Hz. Ömer halifeyken Şam'a gitmek üzere sahabeleri, İslam Ordusu ve kendi kölesi Muğire ile birlikte yola çıkar. Sadece bir develeri vardır. Şam'a girecekleri zaman deveye binme sırası Muğire'ye gelmişti. Sahabeler deveye Hz. Ömer'in binmesini, ondan şehre bu halde girmesini isterler. Hz. Ömer

"Ama sıra Muğire'nindir neden ben bineyim?" der. Sahabeler "Şam şehrinin bütün ileri gelenleri sizi karşılamaya gelecektir. Onlar atlıyken sizin yaya olmanız münasip değildir" der. Ömer bunu kabul etmez ve kölesinin deveye binmesini ister. Sahabeler buna şaşırır. "Ya Ömer, senin gibi adil bir padişah daha yoktur. Bundan sonra da olmayacaktır. Bu kölenin böyle davranmaya hakkı var mıdır?" deyip Muğire'yi de zarlarlar.

Burada Ömer'in tevazusu, adil olma durumu hayranlıkla izlenir. Ancak asıl soru şu değil midir? Neden koca islam halifesi Hz. Ömer'in KÖLE'si vardır? İslam dini köleliği kaldırmamış mıydı?

Soru önemlidir. Soruyu sorabilmek önemlidir. Devletle ilgili soruları doğru soramazsak, hükümlerini bizim üzerimizde uygulaması için herhangi bir neden kalmaz. Başa döndüğümüzde bütün devletlerin temel amacı, "halkını dış tehditlerden korumak, refah seviyesini yükseltmek" vs. vs. Peki bu dış tehditler neler ve kimlerdir? Bütün devletler aynı amaçla bu sistemi oluşturuyorsa kim, kime niye tehdit oluştursun?.. Refah seviyesi zaten aslında yerinde olan halkın refah seviyesinden azaltıp, kendi refahını yükseltmek için olabilir mi? Halk zaten hep vardı, kısım kısım... Devlet yokken de vardılar... Kurumlar yokken de vardılar. Refah diye bir sorun, dış tehdit (sınırlar yokken dış tehdit nedir?) diye bir sorun da aslında yoktu. Devlet kavramıyla birlikte oluşan sınır, askeri ve siyasal kurumlar, dış tehditler, tam da devlet sultanının tepesinde bulunanların kendi refah seviyesini yükseltmek değil, fazla fazla refah yaratmak, yoksullar yaratmak için oluşturuldu. Birileri zengin olsun diye birileri yoksullaştırılmak zorunda. Oysa yoksulluk bir insan hakları ihlalidir!



YAĞMUR İNŞAAT' EMLAK

KIZLAN'da

**Doğallığı Korunarak Restore
Edilmiş 45m² Satılık Ev!**

0546 290 56 04



Cemil İPEKÇİ:

“Moda benim için çok faşist bir olgu”

Moda üzerine neler söylersiniz?

Moda derken, hep söylerim; Moda benim için çok faşist bir olgu; ekonomiye dayanan, kapitalist bir olgu. Moda emreder, moda tüketir çünkü tükenmeyi gerektirir. Moda sizin kimliğinizi hiçe sayar, insanların kimliklerini yok etmeye bakar. Onun için modacı olarak iki sene çalıştım, Zeki Triko'da işe başlamıştım, 1971 yılında. Ama iki sene içinde baktım ki benim modacı olmam mümkün değil, ben ancak giysi tasarımcısı olabilirim. Giyim tasarımcılığı çok farklı, çünkü giyim tasarımcılığı modadan uzaktır; modayı hiç düşünmez.

Kıyafetler, Kostüm Tarihi'ne baktığımızda bir kitap gibidir. Yani nerenin kıyafetiyse oranın sosyal yapısını, kültürel yapısını, inanç yapısını hatta ve hatta hangi bölgede ise hangi ırklar, kavimler geçmişse oradan, onu anlayabilirsiniz. Bir kıyafetin içinde tarihi dokuyu hissedebilirsiniz.

Bizim Anadolu dediğimiz hatta Avrasya dediğimiz bu kıta gibi bir toprak daha yok. Dünyaya yayılmış bir kültürden bahsediyoruz. Topraklarımızın altı bir Açık hava Müzesi... Her geçen tarih de bir renk, bir desen bırakmıştır. Ben de giyim tasarımcılığına bu verimli topraklarda başladım. Kostüm-giyim tarihini ele aldım. Sadece Osmanlı Kostüm Tarihi değil elbette, dünya kostüm tarihi beni çok ilgilendirdi ve bilgilendirdi. Ve ben tabi ki kendime ilk seçtiğim yer, bu toprakların kültürüydü. Birebir mi yaptım, hayır. Osmanlı şalvarı yaptım ama bugün giyilebilen şalvarlar. Elbiseyi basmadan, korsajlı büstiyer yaptım. Bugün Kapalı Çarşı'da çoğunlukla benim yaptığım ayakkabılar satılıyor. Suzeni (iğne nakışlı) işleme tarzından yaptığım ayakkabıyı, patentini almadığım için bütün Kapalı Çarşı onları satıyor. Demek ki doğru bir şey yapmışım. Patentini alsaydım bugün herhalde katrilyarder olmuştum.

Hayatımda ne kazandım dersen en çok kazandığım bu, maddi bir şey değil ama ben bu ülkeye basmasını, pazenini, şile bezini, renklerini, iğne oylarını kazandım. İğne oylarının suratına bakılmazdı, hatırlasanıza 1970-1975'te. Şu anda iğne oyları küpeler yapıyor, kadınların boynunda iğne oyları kolyeleri... Bugün Türkiye'de bir sürü ev kadını artık bundan para kazanıyor. Çok mutluyum çünkü kadın girişimcilerle çalışmayı sevdiğim için. Onların bunu yapmasını çok destekliyorum. Bana başvuranlara da yol gösteriyorum. Ben ülkenin unuttuğu bir şeyi veya unutmak istediği bir şeyi, hatırlattığım için çok memnunum.

Günümüzde yeni kavramlardan biri de minimalizm...

Ben minimalist hayatta olmadım, çünkü benim inandığım bir Allah var, yani bilmediğimiz, şah damarından daha yakın. Peki, Allah minimalist mi? Minimalist olaydı, bir balığın üzerine yüz bin tane renkte pul koyar mıydı ya da kuşun kanadına milyonca renkler serpiştirir miydi? Ya da bir gül türünde on binlerce çeşit yapar mıydı? Bu kadar renkli bir dünya, bu kadar renkli bir doğa, insanı bile bu kadar çeşit çeşit yaratmış, onun için ben onu örnek aldım, onun için ben çok rengârenğim ve her bir rengin de enerjisi olduğuna inanırım.

Yeni projelerinizden bahsedecek olursak...

Yeni projeler var...

Çok severim işleme yapmayı... Çin iğnesi yapıyordum 12 yaşına kadar sonra bırakmıştım. Tekrar işlemeye başladım, ilkin çok zorlandım, çünkü unuttuğum. Her gün hareket ettim, ağrılar acılar geçti.

İlk, kendime bir çanta yaptım. Sonra Rum Çerçeveleri, resim çerçeveleri yaptım, derken Ya Hasan Ya Hüseyin yazısını buldum. “Hiç”, “Ya Muhammed”, “Ya Fatima” yazılarını işlemeye başladım. Şimdi devam ediyorum. Sonra derken Ankara'da bir firma vardı Lapis diye. (Lapis by Cemil İpekçi) Lapis gümüşçülükten bir teklif geldi, takı teklifi idi, çok ahbab oldum. İşlediklerimi takıya çevirmeye başladım. “Ya Hüseyin” yazısı, gümüş, bakır oldu, “Ya Fatima” yazılı kolyeyi incilerle yapmaya başladım. Şimdi de koleksiyonu hazırlıyoruz, nasipse 2022'de Mart-Nisan'a yetişir zannediyorum. 25 adet işleme, takılardan da 25-30 kadar çıkacak. İlk Ankara'da açmak istiyorum sergiyi, sonra İstanbul'da sonra Allah nereleri kısmet ederse...

Takılar kışın başlıyor, şimdiden takılara talep var, satmaya



başladı takılar. Gayet iyi satıyor.

Şu anda defile yapamıyoruz; pandemiden memleketimizin bazı durumlarından dolayı. Ama tabi ki de bu pandemi de bana çok tesir etti. Bir koleksiyon da yapmak istiyorum, ama pandemiyi nasıl işlerim, nasıl desenlerle anlatırım onu bilemiyorum. Kafamda bin tane geçen şey var. Pandemi hem mutsuzluk, pandemi hem korku, pandemi hem ümitsizlik, pandemi hem hakikat, pandemi hem kendine yüzleşme... E bunu bir şiir olarak yazsaydım hangi sözcüklerle yazardım bilmiyorum. Onun için de bunu ancak kumaşlarımı ve boyalarımı elime aldığım zaman nasıl desenler çıkacak, nasıl giysiler çıkacak, ne renk çıkacak... Ama şundan eminim ki, pandemi koleksiyonu siyah olmayacak. Kesinlikle siyah olmayacak, çünkü siyah çok üzüntü, keder, hayatla yaşamını kapamak olan bir renk ama pandemi öyle bir şey değil, pandemi hepimizin kendisiyle yüzleşmesine neden oldu. Hakikati öğrendik, elimizdekilerin kıymetini öğrendik demek ki, güzel renkler de var içinde onun için simsiyah bir koleksiyon olmayacağı kesin. Ama bir bakalım...

Bodrum'da uzun yıllardır bulunuyorsunuz. Datça ile ilgili ne düşünüyorsunuz?

Datça, Bodrum'un ilk hâline benziyor. İlk yıllar geldiğimiz Bodrum'a... Ümit ederim ki Datça'nın sonu benzemez. Şu anda çok fazla istila edildi derim Bodrum için, çünkü Bodrum'un bu yarımadasında neredeyse toprak parçası kalmadı; dağlar, ovalar ev oldu ki çok üzülüyorum buna. İnşallah Datça aynı akıbete uğramaz. Datçalılar buna müsaade etmez. İnşallah Datçalılar para için topraklarını satıp ev yaptırmazlar. Para çok ihtiyaç bir şey ama sonradan da çok pişman olduğun bir şey... Datça inşallah bu bakiliğiyle kalır ve sadece insanlar hakikaten o güzelliği, sessizliği, sakinliği görmeye giderler. Birdenbire Datça'da da etrafında apartmanlar dikilip orası da şehre dönüştürülürse çok yazık olur diye düşünüyorum. Buna Datçalıların sahip çıkması lazım, biz sahip çıkamadık Bodrum'a, ama Datçalılar sahip çıkar umarım.

Söyleşi: Emina TEMEL

İdris KENÇ

idriskenc@gmail.com



Aşk ve Düş

Dünya, yüreğinizde ritimlendirdiğiniz aşk şarkılarının enginliği ölçüsünde az yada çok, dar veya geniş olarak belirecektir. Yüreğinde aşka dair büyük oktav besleyenler aşk ifadelerinde de diğerlerine oranla daha gelişmiş olanlardır. Öyle ki, onların aşk adına olan 'düşleri' diğerlerine hep bir ilham kaynağı olmuştur. Mem ü Zin, Siyabend u Xecê ve Ferhat ile Şirin vb.

İki kişinin bu aşk ritmiyle birbiriyle kaynaşması, sergiledikleri ahenk ve uyumlulukları doğrultusunda hem dünyaları hem de dünyamız bir hoş anlamalı olur.

Aşkın oktav genişliği, karşılıklı seslerin niteliği, aşk müziği ile bezenmiş güç ve zenginliği oranında başkalarına ilham olur.

Nasıl nerede ve ne zaman aşk başlar bilinmez... Aşık olmak kader midir yoksa anlık gelişen bir duygu seli midir o da bilinmiyor. Ama ansızın, hesapsız, kitapsız başladığı belli.

Genelde ilginç ve güzel şeyler eşiklerde beliririyor ya da oluşuyor. Aşkla düşünüyü genişletin. Varoluşun pentagramlarını kolaylıkla aşan, yaratan ve ezgilerini uçsuz bucaksız diyarlardan, yükseklerden yakalayan muazzam birer müzisyenlere dönüşebiliriz. Aşk, tüm dünyayı zihninizde yaşatabilen bir enerjiye sahiptir. Düş kurmaya sevk eder. Düş var olan en gerçek şeydir ve bizi tek düzelikten, korku dolu hislerden ve şüpheli zihnimizden kurtaracak olandır.

Aşk, beni teneffüslerde kapı eşliğinde yakalayarak düş'e sevk etti. Yüreğim aşk melodisiyle bir serçeye dönüştü.

Görmediği anlarda özleyerek debelendi, nefessiz kalır ama boğulmazdı. Fakat suya hasret çorak toprak misali ela gözlerinin buğusuna hasretti; onsuz kavuruluyordu.

Bu acı, melankolik seanslar ancak çalan 'teneffüs bitti' ziline uyaran sesiyle bir sonraki teneffüs arasına kadar son bulurdu. O ana dek hüylara dalardı. Bu gelgitler uzun bir süre devam etti. Ta ki aşk nağmeleriyle oluşmuş o buğulu büyüleyici 'merhaba' deyişini duysana dek...

Benim için aşk "beş dakikalık teneffüs aralarında ki bakışma anındaki o yürek titreyişidir".

İlk olan hiçbir şeyin yeri ve etkisi unutulmaz ilk araba, seyahat...

İlk aşk tamamen erme de, etkisi damağına yapışan yıllanmış şarap misali unutulmazdır. Yüreğine alıp büyüttüğün yeni aşkın huzuruyla yol alırken bazen anımsar ve gülümsersin...



Dünya ile bağınız kopmasın

UYDU - KAMERA - BİLGİSAYAR TAMİR ve SATIŞI

0545 901 47 17 - www.pielektronik48.com



Empoze Edilmiş Yaşamlarımız

Ayhan VAROL | aragondovme



Bilinçaltı insandaki sessiz sistemdir. Bilinçli farkındalığımızın dışında, aslında biz istiyormuşuz gibi, nedenlerini de oluşturarak yaptığımız davranışların çoğunu otomatik olarak gerçekleştiririz. Trend ve moda dediğimiz şeylerin çoğu bunlara örnektir. Birçok düşüncenin aslında bize ait olduğunu düşünür onun ısrarıyla hareket ederiz. Oysa bu gibi davranışların çoğu bize dışarıdan giydirilmiş fikirlerdir. Yoksa bu kadar benzer tarzların, benzer beğenilerin oluşması mümkün olmazdı. Toplumda bireysel özgürlük anlayışının, kendine has düşüncelerin oluşması bundan dolayı körelmekte.

Empoze kültürü aslında, sizin dışınızdakilere yüksekte bakma, onları düzeltmek gibi varyantı sayıca fazla olan psikolojik bir ötekileştirme durumudur. Temelinde yatan neden ise "öteki"lerin, yetersiz olması, düzeltilmeye ihtiyaç duymaları, yönetilmeleri gerektiği, varolan herkesin benleştirilmesi/bizleştirilmesi takıntısıdır. Çıkarlar gereği tabi ki...

Peki bunlar gerçekleşmeyince neler olmakta? İşte o zaman ötekinin "düşman" olduğu algısı yaratılmaya çalışılır. Düşman, terorist, dinsiz, meczup v.d. bu liste uzar gider. Size uymayan ne varsa hedef haline getirilir. Ortak kararda bir vatandaş yaratılır. Giysiler benzerleştirilir, güzellik anlayışı biçimlendirilir, estetik algı forma sokulur, iyi ve kötü anlayışı bir kalıba sokulur... kısacası eleştirme ve farklı bakış açısı yok edilerek beğeniler benzerleştirilir.

Giydiğimiz giysinin yargılanma sebebi olması, millet kavramı yaratılarak insanların milletine göre yargılanması, aynı koşul dinler için de geçerli. Müslüman coğrafyasında müslüman olanın ötekilerine oranla üstünlüğü, Hristiyan coğrafyasında İsevi olanların haklılığı vesaire....

Bu süreç iktidar olgularının yarattığı yapay bir süreçtir. İktidarın varoluş biçimi ayrıştırmak, kalıplar oluşturmak suretiyle aslında toplumda yer alan bireylerin hepsini tehdit olarak görme eğilimindedir. "Azınlık Raporu" filmindeki gibi aslında önceden cezalandırılıyor.

Attığımız her adımda aslında bir tehdit unsuruyuzdur, yoksa gözetlenmezdik.

Buraya bu satırları yazarken ne kadar zorlandığımı tahmin edebilirsiniz diye düşünüyorum. Gazetenin kapanması, baskının durdurulması, yazı işlerinin binbir zorlukla karşılanması vs. vs. Bütün bunlar bizi yaşamak istediğimiz tarzda yaşamaktan alıkoyuyor, farkında olarak veya olmayarak. İzlediğimiz filmler bizi şekillendiriyor, kendimiz dışında herkes oluveriyoruz. Greta Garbo oluyoruz, Brad Pitt oluyoruz, bazen Michael Jackson, bazen Viking'deki Ragnar oluyoruz... Ya da Wonder Woman'ın Diana'sı oluyoruz. Hayal ettiğimiz için mi, yoksa bize empoze edildiği için mi? İktidarlar, empoze edecek bireyler bulmadan iktidar olabilir mi sizce?

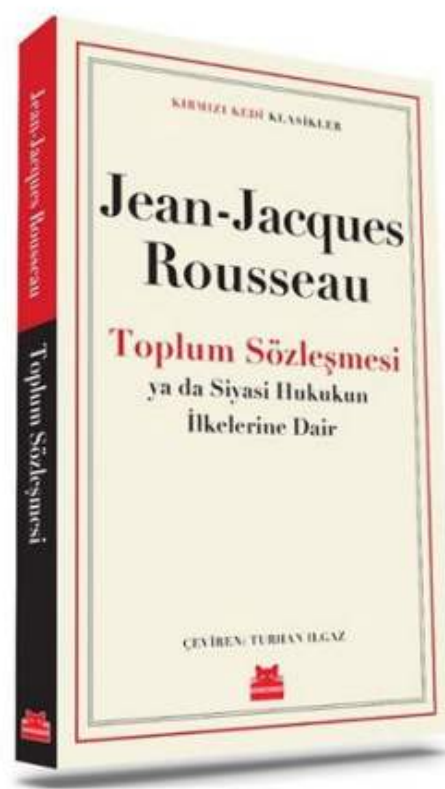
Farkında olmadan hayallerimizi ve de aslında ne yapmak istediğimizi unutuyor, kendimiz olmaktan vazgeçiyoruz. Oysa bu hayat bizim ve nasıl istersek öyle yaşamalıyız!

Kitaplar Dünyasından...

KADİM ÖĞRETİLER/ DOĞANIN AKIŞI



Acele karar vermeyin. Hayatın küçük bir dilimine bakıp, tamamı hakkında karar vermekten kaçının. Karar; aklın durması halidir. Karar verdiniz mi, akıl düşünmeyi, yeni çözümleri araştırmayı, dolayısıyla gelişmeyi durdurur. Buna rağmen akıl, insanı daima karara zorlar. Çünkü gelişme halinde olmak tehlikelidir ve insanı huzursuz yapar. Oysa yol asla sona ermez. Bir yol biterken, yenisi başlar. Bir kapı kapanırken, bir diğeri açılır. Bir hedefe varırsınız ve daha yüksek bir hedefin hemen önünüzde olduğunu görürsünüz.



Toplum Sözleşmesi

Jean-Jacques Rousseau (1712-1778) Aydınlanma'nın en önemli düşünürlerindendir. Onun 1762'de yayımlanan Toplum Sözleşmesi, toplum yaşamına ilişkin en temel kitaptır. Rousseau Toplum Sözleşmesi'nde egemenlik, devlet, mülk, halk, yürütme, yasama, yargı, demokrasi gibi kavramları incelemiş ve etkisi günümüze kadar uzanan bir çerçeve oluşturmuştur. Rousseau'nun "egemenliğin bölünmezliği" ve "egemenliğin devredilmezliği" gibi ilkeleri ve "egemen gücün sınırlarına" dair yaptığı çözümleme, bugün hâlâ geçerliliğini korumaktadır... "İnsanın toplum sözleşmesiyle yitirdiği şey, doğal özgürlüğü ve onu çeken ve erişebileceği her şey üzerindeki sınırsız bir haktır; kazandığı şey, sivil özgürlük ve sahip olduğu her şeyin iyeliğidir. Bu karşılıklar konusunda hataya düşmemek için, bireyin sahip olduğu güçlerinden başkaca sınırları olmayan doğal özgürlüğü, genel istenç aracılığıyla sınırlanmış olan sivil özgürlükten ve gücün sonucu ya da ilk işgalcinin hakkı olan edinimi de, ancak olumlu bir kimlikte temellenebilen iyelikten özenle ayırtmak gerekir."

Diş fırçalarken forma girin



Fotograf

Sırtınızı koruyan kaslarınızın çalışması için dişlerinizi fırçalarken tek ayak üzerinde durun. Genellikle çoğu insan bu kaslarını çalıştırmayı bilmiyor. Bu yüzden bu egzersiz bu kasların çalışması için çok kolay bir yol. Bir egzersiz topunun üzerinde oturduğunuzda olan etkinin aynısı yaratıyor. Dişlerinizi tek elinizle fırçalayın ve dişinizi fırçaladığınız elinizin ters tarafındaki ayağınızın üzerinde durun. 1 dakika sonra tam tersini yapın.



Sirkadiyen Ritim

Dyt. Canan KAPLAN

Zaman denilince akla ilk gelen saatlerimizin gösterdiği sayısal değerler, kıymeti bilinmeyen en önemli olgulardan biri ya da geçip giden yerine getirilemeyen "şey" deriz çoğunlukla. Aslında bu tanımlamaların hepsi doğru ve biz buna "dış saat" deriz. Dış varsa içi de vardır mantığıyla iç saat dediğimiz bir durum da var.

İç saatimiz olan biyolojik saatimiz yani sirkadiyen ritimimiz. Sirkadiyen ritim; vücudumuzun güne ve geceye olan adaptasyonunu sağlayan sisteme denir. Özetle Ayşegül Çoruhlu Hocamızın dediği gibi vücut mekanizmasını dünya döngüsüne kalibre etmek veya hücrel ritmi dünya ritmine akort etmek. Kalibrasyon veya akort işlemleri bildiğiniz üzere ince ayarlardır ve aynı olay sirkadiyen ritimimiz içinde geçerlidir. Çünkü yemek yemek/aç kalmak, uyumak/uyanık olmak, hormonların artması/azalması, öğrenmek/bilgiyi hafızaya almak, onarım işlemleri, detoks işlemleri, sindirim, vücudu belli bir ısıda tutma, büyüme, yaşlanma, üreme, menopoz gibi aklımıza gelebilecek tüm işlemler bu sirkadiyen ritme göre ayarlanır. Yani vücut işlevlerinin düzenleyicisi olan sistem diyebiliriz. Uzun süreli seyahatlerde meydana gelen jet-lag bozulan sirkadiyen ritme en güzel örnektir. İki üç gün kendimize gelemeziz çünkü sirkadiyen ritim bozulmuştur ve de ancak düzeltilmektedir.

Sirkadiyen ritmi etkileyen etmenlerin başında ısı ve ışık gelir. Gün ve gece yani mevsimler ve iklimler. Bu nedenle güneşe göre yaşamak, onun doğuşuyla uyanmak ve batışıyla dinlenme moduna geçmek ile en düzgün sirkadiyen ritmi yakalamış oluruz. Bunların dışında uyku ve beslenme de sirkadiyen ritmi ciddi derecede etkileyen etmenlerdendir. Bu nedenle yeterli ve kaliteli uyku ile birlikte doğru beslenme çok önemlidir. Yetersiz uyku alımıyla sirkadiyen ritim bozulur

ve de; enerji düşer, hastalıklara yatkınlık artar, metabolik yağ yakımı yavaşlar, iştah kontrolsüzlüğü gelişir, besin tüketiminde özellikle de gece geç saatlerde ve atıştırma tüketiminde artış meydana gelir, yine aynı şekilde gece geç saatlerde rafine karbonhidratlı ve yağdan zengin gıdalar daha çok tercih edilir iken sebze tüketimi azalır, gece geç birşeyler yenildiği ve uyutulduğu için sabah geç kalkılır sonuçta kahvaltı öğünü atlanır dolayısıyla öğün düzeni bozulur, metabolizma ve hormonlar ciddi anlamda etkilenir (yetişkinlerde 8 saatten daha az uyku uyutulduğunda leptin (tokluk hormonu) düzeyi azalır ve grelin (açlık hormonu) düzeyi artar). En nihayetinde şunu söyleyebiliriz uyku-beslenme-iştah metabolizması- kilo

verme hızı- sirkadiyen ritim birbirleriyle hem doğrudan hem de dolaylı olarak etkilenmektedir ve de bu dengenin korunması gerekmektedir. Bunun için yapılabilecekler;

- Yağ ve tahıl grubundan olan yiyecekleri sabah saatlerinde, bol proteinli gıdaları öğlen saatlerinde ve lifli sebze yemeklerini akşam saatlerinde tüketmeliyiz.
- Akşam güneş batmadan önce akşam yemeğini yemeliyiz.
- Saat 21:00' den sonra kalorili besin alımını durdurmalıyız.
- Kafein alımını sınırlandırmalı ve saat 17:00' den sonra tüketmemeliyiz.

Günlük 6-8 saat uyumalıyız, özellikle de 22:00-04:00 arasında mutlaka uykuda olmalıyız.

- Karanlık, sessiz ve de serin bir yerde uyumalıyız.
- Güneşten en iyi şekilde faydalanmak için sabah 06:00-07:30 arasında uyanık olmalıyız.

Bunları yapmaya başlayarak akıp giden zamana en iyi adaptasyonu, sağlam bir sirkadiyen ritim ile sağlamış oluruz. Tıkr tıkr işleyen sirkadiyen ritimlerinin olması temennisiyle. :)



DADYA İNŞAAT
Nesri TUNA

*Kalite ve zarafetin
buluştuğu adres!*



İskele Mah. Ahmet Taner Kışlalı Cad. No: 28/B Datça/Muğla

(0252) 712 01 92 (0552) 502 66 04 dadyainsaat

YURTBAY
SERAMİK
DATÇA BAYİSİ

*Yaşam alanınıza hijyen
ve kalite katar...*

**Yağmur
Mermer**

0507 921 02 04



Bunları biliyor muydunuz?



Topuklu ayakkabılar ilk olarak 1600 lü yıllarda erkekler tarafından giyilmiştir. Daha sonra kadınlar daha erkeksi görünmek için giymeye başlamışlardır.

American Airlines, 1987 yılında menülerinden sadece 2 adet zeytin çıkararak 40 bin dolar kâr etti.



8 yıl, 7 ay, 6 gün bağıracak üretilen sesten bir fincan kahveyi ısıtacak kadar enerji ortaya çıkarılabilir.



Düşüncelerden süzülener



James A. Baldwin



Lütfen onların inandıklarının, yaptıklarının ve size katlanmanıza neden olan şeylerin sizin aşağılık değil, onların insanlık dışı olduğuna tanıklık ettiğini hatırlamaya çalışın.

Karşılaşılan her şey değiştirilemez. Ancak karşılaşılan kadar hiçbir şey değiştirilemez.

Özgürlük, kimseye verilebilecek bir şey değildir. Özgürlük, insanların aldığı bir şeydir ve insanlar olmak istedikleri kadar özgürdür.

İnsanlar yaptıkları için para ödüyorlar ve yine de kendilerine dönüşmelerine izin verdikleri şeyler için daha fazlasını ödüyorlar. Ve bunu çok basit bir şekilde yaşadıkları hayatlarla ödüyorlar.

Aşk, onsuz yaşayamayacağımızdan korktuğumuz ve içimizde yaşayamayacağımızı bildiğimiz maskeleri çıkarır.

Yoksullukla mücadele etmiş herkes, fakir olmanın ne kadar pahalı olduğunu bilir.

Herhangi bir toplumun en tehlikeli yaratımı, kaybedecek hiçbir şeyi olmayan insandır.



NAR TİCARET

Arif KIRKAN



Bildiğinizden şaşmayın!

Dün olduğu gibi bugün ve yarınlarda da eviniz, işiniz, inşaatınız için uygun ve güvenilir adres...



Reşadiye Mah. Knidos Yolu

0532 157 83 31 - 0535 208 34 08



İçişleri Bakanlığı: "Telefonda kendisini polis, asker, savcı olarak tanıtır. ADINIZ FETÖ/PDY vb. TERÖR ÖRGÜTÜ SORUŞTURMASINA KARIŞTI diyerek para ve altın isteyenlere inanmayın."



DEVİRİM
İNŞAAT

130 m²
Villalar

**Bu emsalsiz yaşam alanını
kaçırmayın!**

0546 476 23 04



Sitrona
Cafe & Bistro

*Sergi ile
gelen lezzet*

İskele Mah. Rauf Balıkcı Sok. No: 6/A Datça
0535 342 58 40 sitronacafe

OTUZ
Bar - Bistro - Dart

Kıyılı sokağın kültürü...



Balıkcı sokağına girdiğinizde görmemeniz mümkün değil

Datça'dan...



Demokrasi Evi geceleri bir başka güzel...

Demokrasi Evi'nin cephe aydınlatmasında 16 adet, pencere aydınlatmalarında ise 5 adet toplam 21 adet wallwasher kullanılmış. Sınırsızlık Meydanı'nda 3 adet çift konsol aydınlatma direği ve 9 adet sergi panosuna toplam 18 spot, barış güvercini heykeline 2 adet spot kullanılmış olup, mini amfiye 3 adet dekoratif aydınlatma yer almış ve oturma alanlarına Led aydınlatmalar koyulmuş. Mevcut çınara ve ön taraftaki Jakaranda ağaçlarına, ağaç aydınlatmaları kullanılmış. Aydınlatmalar için gün ışığı ve amber sarısı tercih edilmiş.

Öte yandan, Demokrasi Evi ve çevresi düzenleme çalışmaları da sürüyor.

21 Ekim'de açılması planlanan Demokrasi Evi'nin

tamamlayıcı unsurları olacak olan çevresel peyzaj çalışmaları ve kent mobilyası düzenlemeleri belediye ekiplerince titizlikle yürütülüyor. Ahmet Taner Kışlalı heykellerinin yer alacağı bölüm ve anıt çınar ağacının etrafı düzenlenirken, doğal kaynak suyu akan tarihi çeşme de bu düzenlemeler içinde yer alıyor. Heykellerin güney tarafında ise altın orana göre düzenlenmiş ve ahşap-metal karışımı bir enstalasyon yer alacak. Üst kısımda yer alan boşlukta ise her mahallemizden getirilmiş bir kaya ve ortalarında Yağ Taşı yer alacak. Bütün bu düzenlemelerle birlikte gerek Demokrasi Evi ve gerekse çevredeki atıl alanlar uyumlu bir tasarımla bütünleştirilmiş olacak.

Datça Kent Konseyi ve Gönüllüler ile "Yaşamı İyileştiriyoruz"



Küresel iklim değişikliğinin sonuçlarını ağır bir şekilde hissettiğimiz bu günlerde yeni projeler hayata geçiyor. Datça Kent Konseyi'nin girişimleri, Yaşamı İyileştiriyoruz girişiminin destekleri, gönüllülerin emekleri ile Çevre Koruma ve Kontrol Müdürlüğü'nce ilçemizin pazar artıkları ve budama atıkları kompostta dönüştürülüyor.

Datça Kent Konseyi'nin girişimleri ile birçok il ve ilçede Pazar artıkları ve budama atıklarından kompost üretimi projesini hayata geçiren "Yaşamı İyileştiriyoruz" ekibi ilçemizdedi.

"Yaşamı İyileştiriyoruz" kurucusu Ebru Baybara Demir ve Çevre Mühendisi Eda Dalgıç'ın katılımıyla 18.09.2021

Cumartesi günü saat 18:00'da Kent Parkta'ta bir eğitim buluşması gerçekleştirildi. Aynı gün saat 20:00'de, gönüllüler ile birlikte cumartesi pazarında, pazar artıkları ayrıştırıldı.

Ayrıştırılan pazar artıkları ve budama atıkları Kızılan'da belediyeye ait araziye taşındı. 19.09.2021 Pazar günü saat 09:00'da artıkların taşındığı alanda buluşuldu ve ilk kompost üretim çalışması böylelikle başlatılmış oldu.

Çalışmalarda gönüllü olmak ve gelişmelerden haberdar olabilmek için [yasami_iyilestiriyoruz_datca](#) instagram hesabımızı takip edebilirsiniz.



Çizmenin Topuğunda Lezzet Deneyimi

Fatoş PUR | morvaliz.com /sitrona cafe



Puglia, tam da İtalyan çizmesinin topuğunda sanat, tarih, doğa ve lezzetin merkezi... Bir yanında 800 kilometrelik Adriyatik sahili, diğer yanı Tiren denizi ile çevrelenmiş, dünyanın nimetlerinden fazlasıyla pay almış bereketli toprakları, içerisinde birbirinden güzel minik kasabaları, binlerce yıllık zeytin ağaçları, alabildiğine uzanan üzüm bağları barındırıyor. İtalya'da hep duyduğumuz turistik bölgelerin aksine doğası, mimarisi, yemekleri ve şarapları ile henüz pek de keşfedilmemiş gerçek İtalya!

Puglia dendiği zaman akla gelen bir çok doğal güzelliğin, tarih ve mimarinin yanı sıra, gerçek İtalya lezzetlerini tadabileceğiniz verimli topraklar da ön plana çıkıyor. Özellikle göz alabildiğine uzanan üzüm bağları ve yolunuzun üstünde bile rastlayabileceğiniz binlerce yıllık zeytin ağaçlarıyla, ekstra saf zeytinyağı ve şarap, her zaman ılık bir mevsim ve tuzlu toprakların mükemmel sonucu.

Hal böyle olunca bölgede insanın aklına da yemekten başka bir şey gelemiyor. Tadını özlediğimiz, bozulmamış lezzetleri ile Puglia'da, bizim çiğ böreğimize benzeyen **Panzerotti**,

Her yerde karşınıza çıkıyor. Mozzarella ve domatesli, somonlu ya da etli çeşitleri var.

Tabi ki her yanı deniz ile çevrili bölgede, deniz ürünleri olmazsa olmazlardan. Her yerde en iyi ve tazesini bulabileceğiniz midye ya da istiridyeyi sadece sirke ya da limon sıkıp yiyebilirsiniz.

Tam anlamıyla bir peynir cenneti olan İtalya'nın bu bölgesine ait olan, bizim lor peynirimize benzer **ricotta** ve sadece Puglia bölgesinde üretilen ve bir günde tüketilmesi gereken dışı mozzarella, içi kaymak olan **burrato** peynirleri ise benim başlıca favorim.

Sokaklarda dolaşırken kadınların kapı önünde yaptığını göreceğiniz **'orecchiette'** yani şekilden dolayı 'kulak' adını verdikleri makarna ise buranın spesiyali.

Puglia bölgesinde, bizdeki balıkçılar gibi kasapların hem çiğ et sattığını, hem de pişirerek servis ettiğini görebilirsiniz. Verimli topraklarda yetişen, bin bir çeşit otla beslenen hayvanların etleri çok lezzetli. Kasapta et pişirerek yemek, hem ilginç bir deneyim olacaktır, hem de oldukça hesaplı ve lezzetli bir yemek sunuyor.

Genelde, siz bir şey anlamasanız da onların İtalyanca bol bol konuşan yaşlı kadınların yaptığı, geleneksel kare şeklindeki mısır kızartmalar ise mahalle kültürünü tanımak ve kendini yerli gibi hissetmek için iyi bir sebep.

Bölgenin Kkalbi Bari!

Bari, eski şehri Bari Vecchia ile tarih boyunca ağırladığı tüm kültürlerden bir parça sunuyor. Tarihi dokunun yanında, kapı önünde oturan yaşlıları, avluda oynayan çocukları, balkonlara asılı çamaşırları ve açık kapılı evleri ile hala bozulmamış bir mahalle kültürünü bizlere hatırlatıyor.

Cisternino ve Martina Franca da, diğer kasabalar gibi Alberobello'ya giderken yol üzerinde ziyaret edilebilecek harika kasabalardan bazıları. Aralarında yaklaşık on beş dakika mesafe olan bu güzel kasabalardan geçtikten sonra, son durak **Alberobello**...

Corso Vittorio Emanuele'den aşağıya indiğinizde, ana meydana gelinir. Sağ ve sol taraf iki ana Trulli yani kübik taş çatılı evlerin bölgesidir. Ana cadde Largo Martellotta tipik İtalyan restoranlarının ve barlarının olduğu cadde. Perşembe günleri sebze- meyve pazarı kuruluyor ve yerli ürünler satılıyor.

Casa Nova, Largo Martellotto'nun sonunda, Via San Marco'nun hemen içinde son derece tipik bir Puglia restoranı. Mönüsü yanında ambiyans da tipik İtalyan. Duvarları boydan boya köylülerin ve zeytin toplayan kadınların resimleriyle boyanmış.

Yemeğin sonunda kahveyle beraber kocaman bir kesme tahtasının üzerinde çikolata geliyor ama esas sürpriz tavada pişen kestane!

Bölgede her şey lezzet üstüne o kadar kurgulanmış ki, tüm vadede yıl boyunca neredeyse her ay düzenlenen lezzet festivalleri var. Hangi mevsim gidilirse gidilsin keşfedilecek ve tadılacak çok şey var.

Yakında maskeli ve mesafeli seyahatlerin başlayacağını umarak diyorum ki hayat bu lezzetleri denemeye değer!



KASAP/ŞARKÜTERİ

taze
hijyen
kalite
lezzet



İskele Mah. Ahmet Taner Kışlalı Cd. No: 82/B

0252 712 37 84 - 0531 795 96 48