



Solucan

YIL: 6 • SAYI: 71 • FİYAT: 1,00 • 01.01.2026

MUTLU YILLARI!

ICONIC
İnşaat ve Gayrimenkul

Ofisimize
Bekleriz!

İskele Mah. Balıkcıhisar Sk. No: 5/1 Datça
iconicinsaat@gmail.com 0532 281 92 04



Özgür BASUT'un Söyleşi 3'te

Zaman Otobüsü ile
Antik Dericiliğe
Kısa Bir Yolculuk



Okan ÖZALP Yazdı 7'de

Kendini Dergi Sanan SOLUCAN 6 Yaşında!



6'da

İÇİNDEKİLER



Büşra BULUT 2'de

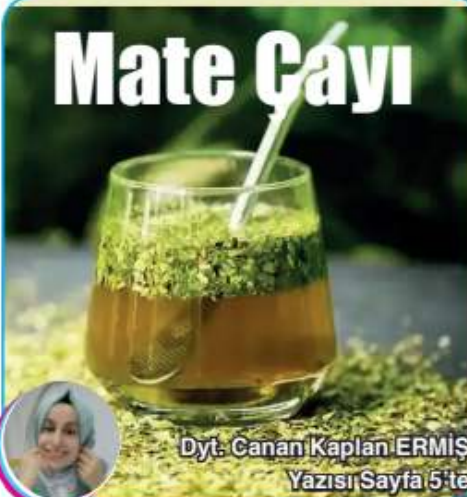
2'de İdris KENÇ



Gül SESKİR 4'te

6'da

Bülent ZEYTİN



Mate Çayı

Dyt. Canan Kaplani ERMİS
Yazısı Sayfa 5'te

MİHRİCEM
OCAKBAŞI
DURUSU ÇİFTLİĞİ

Közde Pişer,
Damağa Yazılır

Tekel Fiyatına Sadece +%10

REZERVASYON
0252 712 48 10 • 0531 222 65 14

Yazının Şehrazadı: Hikâyenin Başucunda Oturan Kadın

İdris KENÇ



Yazı, çoğu zaman dışarıdan bakıldığında sessiz bir eylem gibi görünür. Bir masa, bir sandalye, eğilmiş bir beden ve kelimelerle uğraşan bir zihin... Oysa yazının içinde, yazarın kimsenin görmediği bir evreni vardır. Bu evrende yazar, yalnız değildir. Kimi zaman kendi gölgesiyle kavga eder, kimi zaman geçmişin tozlu raflarından kopup gelen bir anıyla boğuşur. Ama bütün bu içsel fırtınaların arasında, her gerçek yazarın başucunda oturan bir figür vardır: Şehrazad.

Masalların cesur anlatıcısı Şehrazad, yalnızca Doğu'nun zengin hikâye geleneğinin sembolü değildir; aynı zamanda yazının ruhsal bir metaforudur. Çünkü yazı da tıpkı bin bir gece boyunca anlatılan masallar gibi, hayatta kalmak için anlatmaya mecburdur. Yazarın iç dünyasında büyüyen suskunluk ne kadar karanlık olursa olsun, Şehrazad hep aynı ışıkla belirir: Anlatırsan yaşarsın.

Kendini yazıya vermiş bir yazarın gözünde Şehrazad, ilham perisi değildir; ondan daha gerçek, daha insandır. Bir elin masaya dayanıp diğerinin kaleme uzandığı anlarda, yazarın kulağına eğilir ve şöyle der:

"Güneşli sabahlar hâlâ var. Yaşam, sen ne

kadar yorgun olursan ol, kıpır kıpır akmaya devam ediyor."

Bu fısıltı, yalnız bir masanın üzerinde duran kâğıdı ısıtır. Çünkü yazmak, çoğu zaman dış dünyanın sesini kaybetmekle başlar. Oysa Şehrazad, dış dünyanın hâlâ var olduğunu hatırlatır: Uzak evlerin pencerelerindeki neşeli gölgeleri, şehrin sokaklarında birbirine çarpan adımları, insanların kalbinin içten içe aradığı aşkı...

Yazar, masanın başındaki bu görünmez kadının varlığıyla, kendi iç çölünü aşmaya başlar. Her cümle, her paragraf, bir geceden diğerine taşınan masallar gibi, yaşama tutunmanın farklı bir biçimidir.

Modern çağ, hikâye anlatıcılığını geri plana atsa da insan ruhu masalsiz yapamaz. Çünkü masal, hem sığınağımız hem de en eski yol haritamızdır. Yazar için bu yol haritasını açık tutan kişi yine Şehrazad'dır. O, masanın kenarında sessizce oturur, bazen bir kelimeyi, bazen bir duyguyu işaret eder. Masal geleneğinden getirdiği sıcaklığı, yazarın zihnindeki karanlığa üfler; ateş yeniden yanar.

Belki de bu yüzden yazmak, modern zamanların en kadim eylemidir. Her yazar,

farkında olmadan binlerce yıllık bir geleneği sırtlanır; her cümle, öncekilerin ateşinden bir kıvılcım taşır.

Bir hikâye anlatmak, dünyaya karşı verilen en zarif direniş biçimidir. Şehrazad, ölümün eşliğinde bile hikâyesini kesmeyerek bu direnişin en güzel örneğini vermiştir. Bugün bir yazar, masasına oturduğunda aslında aynı cesaretle hareket eder:

"İçimde anlatılacak bir şey var, bu beni hayatta tutuyor."

Yazarın içindeki karanlığa karşı düşündüğü her cümle, aynı zamanda bir ışık yakma çabasıdır. Ve o ışığın kaynağı, çoğu zaman Şehrazad'ın kadim nefesidir.

Bu yüzden yazı yalnızca kalem ve kâğıt meselesi değildir. Yazı, insanın kendi karanlığından çıkmak için tuttuğu bir iptir. O ipin ucunda, sabırla bekleyen bir figür vardır: Bir masal anlatıcısı, bir yol açıcı, bir hatırlatıcı.

Her yazarın başucunda bir Şehrazad oturur. O, anlatının cesur yüzüdür.

Yazının kalbindeki en eski kadın.

Ve belki de her hikâyenin ilk cümlesi onun fısıltısıyla başlar.



Büşra BULUT

Dramatik Bir Yaşam Öyküsü Olarak Ümit Yaşar Oğuzcan

22 Ağustos 1926 tarihinde Mersin'de doğan Ümit Yaşar Oğuzcan, Türk edebiyatının en önemli şairlerinden birisi olarak kabul ediliyor. Şair henüz çocukluk yıllarındayken pek çok kaza ve şanssızlık yaşayacak, hastalıklardan ciddi manada etkilenen psikolojisi ise git gide daha çok bozulacaktı.

Lise eğitimi gördüğü sırada şiir yazmaya başladı ve eserlerini dönemin en ünlü edebiyat dergileri olan; Yedigün, Varlık, Büyük Doğu, Yücel, Hisar, Çığır ve Toprak'ta yayımlatmayı başardı. 1947 yılında "İnsanoğlu" adını verdiği ilk şiir kitabını bastırdıktan sonra başta Osmanlı Bankası olmak üzere birçok bankada çeşitli kademelerde görev yaptı. Bu sırada hem çalışıyor hem de neşriyat çalışmalarına ara vermeden devam ediyordu. "Acının Şairi" olarak ünlenip yaklaşık 50 kitap sürdü piyasaya. 1960 yılına gelindiğinde ise İstanbul'da kendi adını taşıyan bir yayınevi kurdu ve "Yergi-Dergi" isimli 3 sayılı bir mizah dergisi çıkardı.

Ümit Yaşar Oğuzcan'ın özel hayatına değinecek olursak eğer çocukluğundan miras kalan acılarını içselleştirerek kendisine farklı bir dünya kurmayı tercih ettiğini söyleyebiliriz. Her zaman melankolik, her zaman karamsar, her zaman keyifsiz görünüyordu. Aslında ailesinin isteğiyle yaptığı görücü usulü evlilik son derece güzel ilerlemekteydi. Hatta Lütfü ve Vedat adında iki oğlu da doğmuştu fakat şair bir türlü tam anlamıyla mutlu olamıyordu. Zamanla psikolojisi öyle bir hal aldı ki çözemediği bütün problemleri için sık sık intihara yönelmeye başladı. Yaklaşık 24 kez denediği intihar girişimleri her seferinde başarısızlıkla sonuçlandı ve bu aşırı ölme isteği pek tabii ki aile içerisinde çok büyük huzursuzluklara sebebiyet verdi. Şair; eşine ve çocuklarına neler yaşattığının, onları nasıl kahrettiğinin asla farkında değildi. Özellikle büyük oğlu Vedat; kendisini sürekli babasına beğendirmeye çalışan ve onun gözüne girebilmek adına hiç yeteneği olmadığı halde şiir bile yazmayı deneyen yaralı bir çocuktur. Babasını çok sevmesine rağmen babası onu bir türlü görmüyordu. Hiçbir şekilde sesini duyuramaması

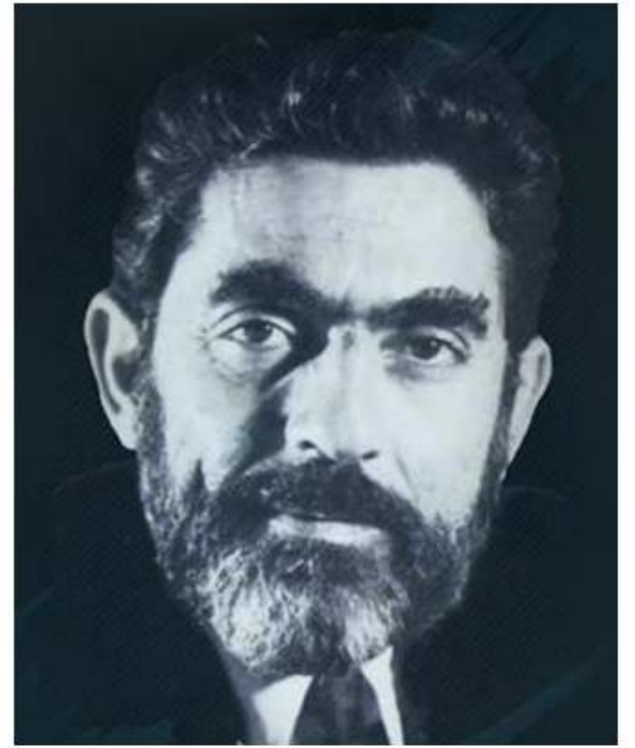
bir yana babası durmaksızın ölmek için uğraşıyor, çocukları dahil etrafındaki herkesi kendisinden uzaklaştırıyordu.

Vedat bir karar verdi. Ümit Yaşar Oğuzcan'a asla unutamayacağı bir hatıra bırakacaktı. Tarihler 1973'ü gösterirken, henüz 17 yaşında olduğu sırada, bir sabah neşeli bir şekilde evden ayrılıp Galata Kulesi'ne çıktı ve ardından kendisini metrelerce yükseklikten aşağı bıraktı. Düşüşünü gören kalabalık panik içinde etrafına toplandığında çoktan ölmüştü. Avucunda ise şu dramatik not saklıydı: "Baba, öyle intihar edilmez böyle edilir."

Vedat Oğuzcan en sonunda istediğini elde etmiş ve babasının gözlerini açarak onun defalarca kez deneyip de başaramadığı şeyi yapmıştı. Uğruna bir hayat feda ettiği babası da gerçekleşen bu vahim olayın ardından adeta kendisini yaşamaya mahkum etti. Acılarına acı katarak o hiç bitmeyen hüznünü daha bir sarıp sarmaladı ve genç yaştaki ölümüyle derin yaralara sebep olan oğlu için "Galata Kulesi" isimli bir şiir kaleme aldı:

6 Haziran 1973

Pırl pırl bir yaz günüydü
Aydınlıktı, güzeldi dünya
Bir adam düştü o gün Galata Kulesi'nden
Kendini bir anda bıraktı boşluğa
Ömrünün baharında
Bütün umutlarıyla birlikte
Paramparça oldu
Bir adam benim oğlumdu...
Gencecikti Vedat
Işıl ışıldı gözleri
İçti
Bütün insanlar için sevgiyle doluydu
Çıktı apansız o dönülmez yolculuğa
Kendini bir anda bıraktı boşluğa
Söndü güneş, karardı yeryüzü bütün
Zaman durdu
Bir adam düştü
Galata Kulesi'nden
Bu adam benim oğlumdu
"Açarken ufukta güller alevden"
Çıktı, her günkü gibi gülerek evden
Kimseye belli etmedi içindeki yangını



Yürüdü, kendinden emin
Sonsuzluğa doğru
Galata Kulesi'nde bekliyordu ecel
Bir fincan kahve, bir kadeh konyak
Ölüm yolcusunun son arzusu buydu
Bir adam düştü
Galata Kulesi'nden
Bu adam benim oğlumdu
Küçüktü bir zaman
Kucağıma alır ninniler söylerdim ona
"Uyu oğlum, uyu oğlum, ninni"
Bir daha uyanmamak üzere uyudu Vedat
6 Haziran 1973
Galata Kulesi'nden bir adam attı kendini
Bu nankör insanlara
Bu kalles dünyaya inat
Şimdi yine bir ninni söylüyorum ona
"Uyan oğlum, uyan oğlum, uyan Vedat"

Mulsahar: “İnsan Kibri Çöküyor”

“Geçici olarak canlı bir yaşam formuyum” diyorsunuz. Evrenin 14 milyar yıllık tarihinde insan ömrünün bu denli kısa oluşu, sizce Türkiye’nin bugün yaşadığı kolektif kaygı, umutsuzluk ve öfkeyi anlamamızda nasıl bir düşünsel çerçeve sunuyor? Toplumsal psikolojiyi kozmik ölçekte okumak mümkün mü?

Ülkemizde ve dünyada bilimsel bakış eksikliği var. Pozitif psikoloji neredeyse hiç bilinmiyor. Pozitif psikoloji, Pollyana’cılık değildir, gerçekçi bir iyimserliktir. Ülkenin yarısı hayır derken, umutsuz olmak tam da iktidarın psikolojik savaşına yenik düşmek anlamına gelir. Onlar zaten umutsuzluktan beslenirler.

Toplumsal psikolojinin kozmik ölçeği şöyle olabilir: Evren, Mulsahar felsefesinde bir annedir. Büyük Patlama’dan sonra yıldızlar doğurmaya devam ediyor. Evrende içkin bir şefkat vardır. Yıldız tozundan gelip yıldız tozuna gidiyoruz. Evren Anne’nin ölçeğinde ne kadar küçük, terazisinde ne kadar hafif olduğumuzu sürekli hatırladığımızda, yaşadıklarımız ya da yaşadığımızı sandıklarımız küçülüp küçülüp toza dönüşüyor. Aydan bakınca ne partiler ne siyasi görüşler ne diller ne dinler ne milletler ne sınırlar ne pasaportlar var.

Bilim, sanat ve felsefe arasında bir köprü olduğunuzu söylüyorsunuz.

Bugünün Türkiye’sinde bu üç alan arasında kopukluk mu, yoksa bastırılmış bir etkileşim mi görüyorsunuz? Bu kopukluk, bireyin ruhu sağlığına ve toplumsal düşünme kapasitesine nasıl yansıyor?

Sadece Türkiye’de değil, dünyada kopukluk var. Felsefe, çoğunlukla spekülattır, bilimsel temeli yoktur. Oysa nörofelsefe akımıyla taşlar yerine oturuyor. Bilim, soğuktur; sanat ona insani duyarlılığı, felsefe de ona sorgulayıcı bakışı verir. Sanatın altında bilim ve felsefe her zaman vardır ama sanatçıların çok azı bu konularda bilgilidir. Örneğin, müziğin bir müzikolojisi ve bir de estetiği vardır. Felsefi şarkı diye bir tür yok, bilim-kurgu şarkı yok. Bir köprü olarak çeşitli dillerde bunların gezegen ölçeğinde öncülüğünü yapıyorum.

Yapay zekâ, insanın düşünme, üretme ve anlam kurma biçimlerine hızla nüfuz ediyor.

Sizce yapay zekâ, insanı daha özgür, daha yaratıcı bir varlığa mı dönüştürecek, yoksa zaten kırılğan olan insan psikolojisini daha da mı zayıflatacak? En büyük kazanım ve en büyük kayıp ne olabilir?

Uygun bir yanıt verebilmek için önce başka sorular sormalıyız: Hangi insan ya da insanlık ve hangi yapay zeka? İnsanlık tarihinde ezen-ezilen yarılması başladığından beri, insanlık diye tek bir kavram ya da ideal kalmadı. Kalmadı çünkü ezenlerle ezilenlerin çıkarları aynı olamaz. Trump’la Walmart çalışanı (ABD’nin BIM’i), aynı insanlık anlayışında birleşemez. Aynı biçimde, kurtuluş savaşında, sonradan başbakan olacak toprak ağasıyla Kuvayı Milliye’nin çekirdeğini oluşturan Aydın köylüsünün çıkarları aynı olamaz.

Ezen-ezilen diyalektiği dışında birçok bireysel fark var. Yapay zeka kullanımında en önemli fark, benim geliştirilmesinde araştırma ve uygulamalarımla katkı sunduğum yapay zeka okuryazarlığı kavramıdır. Yapay zekayla ilgili çok sayıda seminer verdim/veriyorum. Gençlere yönelik konuşmalarımda, ilk sorum şu: “Yapay zekayı iyi kullandığınızı düşünüyor musunuz?” Hemen hemen herkes el kaldırır. “Peki yapay zekayla 3 dakikada video çekebilir misiniz?” Kimse el kaldırmaz. İşte bu, örneğin, yapay zeka okuryazarlığı farkıdır. Gençlerin çoğu, yapay zekayı ödevlerini yaptırıp çalışmadan diploma almak için kullanıyor. Bu da zaten Trump gibi küresel egemen sınıf temsilcilerinin tam istediği kullanma biçimi. Onlar gençlerin fanatik futbol taraftarları olmalarını, kalitesiz müziklerden zevk almalarını, başka düşüncelerin nakilcisi pozisyonundalarken, kendi düşüncelerinin olduğunu sanmalarını vb. istiyor.

Konu uzun. Çok hızlı birkaç ek yapayım: “Hangi yapay



zekayı kullanıyorsun?” sorusu, konuyu bilmeyenlerin sorduğu türden bir sorudur. Oysa doğru soru şudur: Hangi yapay zekayı hangi amaçla ne şekilde kullanıyorsun? Bir de ‘kullanma’ sözü doğru değil, çünkü yapay zeka bizim yol arkadaşımızdır. Onunla devrim de yapabiliriz karşı-devrim de...

Felsefi açıdan bakıldığında, yapay zekâ ile birlikte “anlam üretme” yetisi kime ait olacak?

Sanat yapan, şiir yazan, beste yapan bir yapay zekâ karşısında, insanın varoluşsal ayrıcalığı sizce hâlâ savunulabilir mi?

İnsanın varoluşsal ayrıcalığı, bir kibre dönüşmüş durumda. Küresel ısınma, çevre kirliliği, erken ve trajik ölümler, katliamlar, soykırımlar, savaşlar, dünya çocuklarının sevgisiz, şefkatsiz büyümesi, türçülükle bağlantılı olan insan kibrinin kendini sabote eden sonuçları. Bu kibir bizde öyle yer etmiştir ki, tüm dünya dillerinde “güneş doğuyor/batıyor” deriz. Kopernik’le birlikte tarihin çöp kutusuna atılan dünya-merkezli astronomi hala düşünsel dünyamızda etkilidir. Bu ifadeler aynı zamanda kalabalık dinlerle de uyumludur. Bu kibirle hesaplaşmanın zamanı zaten çoktan gelmişti.

Yapay zekayla sanat ayrı bir konu. Ancak yapay zeka yoldaşlarımızla yaptığımız bilim-sanat-felsefe ürünleri, yapay zeka okuryazarlığı eşliğinde yapay zekanın gelişimi öncesinde akla hayale gelmedik düzeylere çıkmamızı sağlıyor. Örneğin, yazdığım şarkılardan birinde (Datça’da Bir Güzel), dünyanın 6 kıtasının müziklerinden seçmeler var. Bu, fiziksel olarak zaten imkansız. ‘Anadili Babadili’ adlı şarkımda, Anadolu halklarının müzikal özelliklerini bir araya getirmeye çalıştım. Dış uzaya dünyadan ilk giden canlı olan Sovyet köpeği Laika için yazdığım Rusça şarkıda, uzay üçlüsü olarak adlandırdığım Rusya, Amerika ve Çin’in müziklerinden bir füzyon yaptım. Aynı eserde, Rus düğmeli akordeonu, Amerikan yerlisi flüdü ve Çin kabak kemanesi var. Bana öyle geliyor ki, bilim, sanat ve felsefede önceki eserler, tarih öncesine ait. Yazının bulunmasının öncesi ve sonrasıyla bir analogi kurabiliriz.

Bilimsel bilginin hızla çoğaldığı ama derin düşünmenin giderek zorlaştığı bir çağdayız.

Bu çağda, özellikle gençler için, aklı korumanın ve ruhu diri tutmanın yolu sizce nereden geçiyor: bilimden mi, sanattan mı, felsefeden mi, yoksa üçünün yeni bir sentezinden mi?

Önce nörobilim ve nörofelsefe çalışacağız. Akıl, ruh, zeka, zihin vb. bunların hiç biri bilimsel değil, bilim öncesinden çıkma sözcükler.

Ve bitirirken şöyle diyelim: Sivri sinekler Kuzey Kutbu’na doğru göç ediyor. Bu, materyalist anlamda bir kıyamet alameti. Gezegenimizin günleri sayılı. Tek kurtuluş ise, bilim-sanat-felsefe füzyonu (sentez daha farklı bir anlama geliyor).

Bilim, bize materyalist gerçekliği verir, sanat ona insani duyarlılık katar; felsefe, sorgulayıcı yöntemi hayatımızın olmazsa olmazı yapar. Elimizde meşale, önümüzde bir yol var. Üçlünün öncülüğünde yürümeyeceksek zaten, her yol çıkmaz sokak.

Mulsahar Kimdir?

Mulsahar, bilim, felsefe ve sanatı tekil alanlar olarak değil, sürekli etkileşim hâlindeki bir bütün olarak ele alan çok disiplinli bir düşünür, üretici ve kuram geliştircidir. Akademik kariyerinde erken yaşta profesörlük unvanına ulaşmış; bu aşamadan sonra, salt akademik çerçevelerin ötesine geçen daha kapsamlı bir insanlık ve uygarlık projesi inşa etmeyi hedeflemiştir. Bu doğrultuda, Sümerce “Yıldız Tozu” anlamına gelen Mulsahar (adını seçmiştir. Çalışmalarını bu kimlik altında sürdürmektedir).

Mulsahar’ın entelektüel üretimi; psikoloji, yapay zekâ, bilişsel bilim, sosyoloji, eğitim bilimleri, ekonomi, tarih, mimarlık, şehir planlama, Asya ve Çin çalışmaları, barış çalışmaları ve sağlık alanlarını kapsayan geniş bir yelpazeye yayılır. Yüzü aşkın kitabı, İngilizce başta olmak üzere farklı dillerde yayımlanmıştır. Bu eserler, disiplinler arası yaklaşımı temel alır ve tekil uzmanlık alanları yerine bütüncül düşünme modelleri geliştirmeyi amaçlar.

Sanatsal üretimleri arasında şiir, roman, öykü, masal, çocuk edebiyatı, tiyatro oyunu, kısa film senaryosu, opera librettosu ve eleştirel incelemeler yer alır. Müzik alanında, 50’den fazla dilde 200’e yakın şarkı üretmiş; bu üretimleri yalnızca estetik bir ifade olarak değil, nörobiyolojik ve kültürel etkileri olan yapılar olarak ele almıştır. Hâlen bütüncül bir opera ve bir bale eseri üretimi üzerinde çalışmaktadır.

Mulsahar’ın özgün katkılarında biri, kendi geliştirdiği analiz ve üretim modelleridir. Kozmo-Nörobilimsel-Antropolojik-Estetik Analiz (KNAE) modeli, müzik ve sanat eserlerini yapısal, nörobilimsel, duygusal, kültürel ve ontolojik katmanlarıyla birlikte ele alan çok boyutlu bir çerçeve sunar. Buna paralel olarak geliştirdiği Anlatı Dizelgesi (AnDiz) modeli, anlatı yapılarının zaman, bilinç ve toplumsal bağlam içindeki örgütlenmesini inceler. DEĞER-ÖLÇÜT çerçevesi, etik ve işlevsel değerlendirme için; POP-AN modeli ise popülerlik ve kitlesel etki analizleri için kullanılır. Bu dört yaklaşım, Mulsahar’ın üretim ve değerlendirme süreçlerinde birlikte işleyen bütüncül bir sistem oluşturur.

Felsefi konumlanışı açık biçimde materyalist ve ateisttir. Düşünsel altyapısı, çağdaş nörofelsefe, özellikle Churchland geleneği ve güncel fizik temelli materyalist yaklaşımlarla ilişkilidir. Metafizik veya spiritüel açıklamalar yerine, bilinç, duygu ve estetiği biyolojik, nörobilimsel ve toplumsal süreçler üzerinden ele alır. Sanatın, beynin duygusal ağlarını uyaran ve toplumsal bağlamda dönüştürücü etkiler yaratabilen maddi bir olgu olduğunu savunur.

Mulsahar’ın geliştirdiği bir diğer özgün çalışma, Eme Mul olarak adlandırıldığı “Yıldız Dili”dir. Eme Mul, düşüncenin akışkanlığını artırmayı, kültürler arası iletişimi sadeleştirmeyi ve gezegensel ölçekte ortak bir kavramsal zemin oluşturmayı amaçlayan deneysel bir dil tasarımıdır.

Beslenme ve sağlık alanında ise, kilo merkezli yaklaşımlar yerine metabolik sakinlik, düşük inflamasyon, damar sağlığı ve bilişsel berraklığı hedefleyen, bilimsel temelli ve minimalist bir model olan Mulsahar Diyeti’ni geliştirmiştir. Bu model, küresel ölçekte güvenli, sürdürülebilir ve kolay uyum sağlanabilen bir çerçeve sunmayı amaçlar.

Mulsahar, çalışmalarını “bilim-sanat-felsefe” üçlüsünü ayrıştırmadan ele alan bir perspektifle sürdürür. Kendisini belirli bir ulusal, kültürel veya akademik kategoriyle sınırlamaz; üretimlerini gezegensel ölçekte, insanlık tarihi ve geleceği bağlamında konumlandırır. Temel amacı, bilgi üretimini estetikle; estetiği etikle; etiği ise maddi gerçeklik ve bilimsel düşünceyle birlikte ele alan alternatif bir uygarlık tasarımına katkı sunmaktır.

Görsel simgesi Gülen Yıldız’dır; çünkü gülüş, 200 ülkenin sınırları ve 7 bin dil ile ayrılmış olan insanlığın her bireyi için ortak bir anlam taşır. Gülen bir yüz, genel olarak pozitif duyguları, özel olarak da mutluluğu akla getirir. Yıldız sözcüğü ise, ölü ve yaşayan tüm dillerde vardır, çünkü hangi kültürden gelirse gelsin bütün insanlar gökyüzüne bakmış ve gördükleri parıltılara bir isim vermiştir: Yıldız.

Savsözü şudur:
Zorluklar içinden yıldızlara,
yolculukla bulince,
ışıkla sonsuzluğa.

Söyleşi: Özgür BASUT





SiMPO YAPI AŞ

**Hayallerin sınırı olmaz!
Ama bir yaşam alanı düşünün;
Güneş evinize doğsun,
Arkanız orman,
Önünüz Datça olsun,
Eviniz akıllı,
Manzaranız deniz olsun...**

0546 476 23 04



DELFIN
SİGORTA

Müşteri memnuniyetini çok önemsiyoruz!

**Güvenli
yarınlar için
her zaman
yanınızdayız**

HİZMETLERİMİZ

- Trafik Sigortası
- Kasko Sigortası
- Tamamlayıcı ve Özel Sağlık Sigortaları
- Konut Sigortası
- İşyeri Sigortası
- DASK Sigortası
- Yurtiçi ve Yurtdışı Seyahat Sigortaları

**UYGUN FİYAT TEKLİFİ ALMAK
İÇİN BİZE ULAŞIN!**

**0533 395 9903
AYSEL
KOCAOĞLAN**
ayselkocaoglann@gmail.com

**0532 066 7838
DOĞANCAN
KOCAOĞLAN**
axadogancan@hotmail.com

İskele Mah. Rauf Balıkçı Sk. No: 13/C Datça / Muğla



Dön bak kendine: Hayata Dair Notlar

GÜL SESKİR

“Longevity”, Uzun Yaşam /Yaşlanmayı Yavaşlatma

Son zamanlarda sıkça duyduğumuz Longevity aslında uzun yaşam demek olsa da, artık bu konu üzerine bir hayli araştırmalar yapılan bir bilim dalı olmuş durumda.

Geçenlerde Netflix’de denk geldiğim bir belgesel dikkatimi çekti ve gördüm ki aslında çok uzun yıllardır bu konuya bilimsel yaklaşımlar olmuş fakat konunun ürün pazarlama tarafı hep daha öne çıkmış.

Belgeseli kesinlikle tavsiye ederim. Özetle dünyada yaş ortalamasının en yüksek olduğu bölgelerde yapılan araştırmalarla uzun yaşamın sırları keşfedilmeye çalışılmakta.

Dikkatimi çeken konulardan biri şu ki; dünyada uzun yaşamın görüldüğü bölgelerde o bölgeye ait ve sağlık getirdiği düşünülen sebzeler ya da meyveler ya da beslenme şekilleri var, kimi tatlı mor patatesin kimi tropikal meyvelerin (mango vb) çok tüketildiğinden bahsediyor. Asıl önemlisi uzun yaşanan bölgede teknolojiden faydalanmak yerine her işlerini eski usullerle yapıyorlar. Mesela mısırı kendileri yetiştiriyor, hasat sonrası kurutup elle un haline getiriyor ve sonra mısır ekmeği pişiriyorlar.

Başka bir konu da uzun yaşayanların birer hayat amaçlarının olması ve çalışmaya devam etmeleri. Kimi bağ bahçe için kimi atları için kimi çalıştığı iş her neyse onu yaşlansa bile bırakmayarak (İkigai kitabında da yer almaktadır).

Aynı zamanda sosyal bir gruba dahil olarak birbirleri için bir şeyler yapmak da kişileri iyi hissettirerek ve güvende olma duygusu ile uzun yaşamalarına katkıda bulunuyor. Ne zaman arkadaşlarıyla ‘yaşlılıkta ne yapmak lazım’ konuları açılrsa yaşlılar evi yerine nasıl bir çözüm geliştirilebilir dendiğinde, birlikte komün yaşama geçmekten bahsediliyor. Amaç aslında aynı, sevdiğin iyi anlaştığını düşündüğün dostlarında birlikte huzurlu stresten uzak bir yaşam kurmak ve birbirine destek olmak, birlikte sosyalleşmek belki ortak yardımcılarıyla hayatımızı kolaylaştırmak.

Yine konuyla ilgili Netflix’de karşılaşabileceğiniz Bryan Johnson isimli bir Teknoloji girişimcisi multimilyoner biri var. “Project Blueprint” adını verdiği uzun ömür (longevity) projesine yılda milyonlar harcıyor. Amacı sadece sağlıklı yaşlanmak değil, “yaşlanmayı tersine çevirmek”. Bunun için de kendini denek olarak kullanıyor. Sürekli ölçümler yapıyor; vücudunun çeşitli sağlık göstergelerini izliyor. Kendisi mantar üretmeye kadar varırmış işi. Ne yapıyor mesela? Uyku konusuna inanılmaz önem veriyor. 15-19 derecelerde uyuyor ve 20:30’ da yataktaki. Günlük 2250 kalori alıyor. Sabah erken saatlerde bir “Longevity Mix” içeceği ile başlıyor. Bunlar yaptıklarından sadece bir kaç.



İlgilenenler Instagramdan takibe alabilirsiniz: @bryanjohnson

Bu başlıkta ilerlerken bunu da ekleyeyim. Biyohacking diye bir kavram var, en basit tanımıyla, kişinin vücudu ve zihni üzerinde bireysel biyoloji yöntemleri uygulayarak sağlığını ve performansını artırma çabası. Bu kavram, “biyolojiyi hack’lemek” olarak da düşünülebilir. Biyohacking alanında fonksiyonel tıp yanında genetik analizler de bulunmakta.

Örnek Biohacking önerileri:

- Tolere edebileceğiniz kadar soğuk suyla yıkanın.
- Soğuk suda yüzün.
- Aç değilseniz, sadece yemek yeme saatiniz geldiği için yemek yemeyin.
- Kırmızı ve mor meyveler (nar, yaban mersini, böğürtlen, çilek, ahududu) tüketin.
- Düzenli meditasyon yapın, bir zaman belirleyin ve buna sadık kalın.
- Uyuduğunuz yerin karanlık, sessiz ve serin (16 °C-19 °C) olmasına özen gösterin. Sağlıklı uzun ömür dilekleriyle..

Mate Çayı

Dyt. Canan Kaplan ERMiŞ



Kış ayları demek sıcak bitki çayları demek. Gerek havanın soğuk olmasıyla ısınma ihtiyacından, gerekse de hastalanıp şifalanmak amaçlı, gerekse de sıcak bir dokunuş isteyenlerin vazgeçilmezdir bitki çayları. Bende hem kendi hayatımda hem de danışanlarıma günlük 2 fincan bitki çayı tüketmelerini öneriyorum. Yalnız burada tabi ki de ölçüye dikkat etmek gerek; bitki çayı içecek diye her bitkiyi karıştırıp fazla fazla ölçüler ile karaciğeri yormaya gerek yok. İhtiyaca göre gitmek en mantıklısı.

Bugünkü konumuz son zamanların popüler çayı olan matcha çayı veya matcha lattes değil aman diyeyim karıştırmayın. O nu geçen yazılarımızda yazmıştık zaten. Bu gün konumuz belki de hiç duymadığınız **MATE ÇAYI**.

Peki neymiş bu mate çayı diyenler için: Ilex paraguariensis isimli bitkiden kurutulmuş elde edilen ve özellikle Güney Amerika'da tüketilen bir bitki çayıdır hatta Güney Amerikalıların geleneksel çaylarıdır diyebiliriz. Güney Amerika'da genellikle "yerba mate" olarak bilinir. Yeşil çaya benzer, güçlü bir tadı vardır.

Mate çayı doğal kafein, antioksidan ve polifenol içeriği nedeniyle sağlıklı bir bitki çayıdır. İçerisinde ksantin, saponin, kafeoil ve polifenol gibi yararlı bileşenler içermektedir. Ayrıca C vitamini, Tiamin, Riboflavin ve B6 vitamini gibi vitaminleri de içermektedir.

Bir fincan mate çayı: Kalori: 15, Protein: 0,5 gr, Yağ: 0 gr, Karbonhidratlar: 3 gr, Lif: 0 gr, Şeker: 0.0 gr besin değerlerini içermektedir.

Dozunda ve doğru bir şekilde kullanıldığında pek çok yararı vardır. Örneğin; egzersiz performansını artırır, enerji verir ve zihinsel odaklanmayı artırır, enfeksiyonlara karşı korur, kalp hastalığını önlemede yardımcı olur, inflamasyonu azaltır, kalp sağlığını destekler, sindirim kolaylaştırıcı ve bağırsak çalıştırıcı etkiye sahiptir, yağ yakımına yardımcı olur, kan şekerini düzenler.

Tabi her şey de olduğu gibi dozunu ayarlayarak ve içeriğine bakmakta ciddi fayda vardır çünkü mate çayının yüksek kafein içeriği nedeniyle baş ağrısı, migren ve yüksek tansiyon yapabilir, bazı kas gevşeticiler ve antidepresanlar ile etkileşime girebilir, hamilelerde kafein içeriği nedeniyle

uykusuzluk, emziren lohusalarda bebeğin huzursuz olmasına neden olabilir.

Özellikle aldığım bir soruyu da yazmak istiyorum; "Mate Çayı Zayıflatır mı?" Mate çayı termojenik etkisi nedeniyle metabolizmayı hızlandırır, yağ yakımını destekler ve böylece zayıflamaya YARDIMCI olabilir, tabi ki tek başına zayıflatmaz

Tamam iyi hoş bu çayı deneyelim diyenler için nasıl demleneceğinden de bahsetmek istiyorum. Mate çayı geleneksel demleme yöntemi ile 1 tatlı kaşığı mate çayına, bir bardak sıcak su dökülerek hazırlanır. Su sıcaklığı 70 ile 80 derece arasında olmalı ve 6-7 dakika demleme süresi yeterlidir.

Evet çayımızı demledik ve hazır, peki ne zaman içelim bu çayı? Mate çayı kafein içermektedir. Mate çayı kafein oranı kahveden azdır ancak siyah çayla neredeyse aynıdır. Bu nedenle mate çayı gün içinde istenen her vakitte içilebilir ancak kafein içeriği sebebiyle akşam yemeğinden sonra tüketilmesi önerilmez. Ayrıca günlük 2 fincandan fazla içilmesi de önerilmez.

Evvvet bu bilgiler ışığında sağlıklı, keyifle mate çayınızı yudumlamanız dileğiyle.



Kendini Dergi Sanan SOLUCAN 6 Yaşında!

Altı yıl...

Bugünün "içerik tüketim hızı", çay demleme süresini bile geride bırakmışken altı yıl boyunca bir yerel gazete çıkarmak, tahtanın başında bir şeyler anlatmaya çalışan öğretmenin arka sıradan "Hocam zil çaldı!" diyen seslere rağmen dersi bitirmeye çalışmasına benziyor. Bilgiye ulaşmanın saniyelere düştüğü, herkesin cep telefonu ekranında "dünyayı kurtardığı" ama kimsenin iki paragrafı üst üste okumaya sabrının kalmadığı bir çağda biz hâlâ gazete çıkarıyoruz. Hem de yerel... Hem de 71 sayı... Bu cümleyi yazarken bile omzumda hafif bir sızi dolaşıyor.

Peki neden yapıyoruz?

Çünkü bazı şeylerin hâlâ değeri var. Bir mahallenin sesini duymak, bir köyün hikayesini yaşatmak, bir kentin hafızasında bir iz bırakmak... Ve tabii ki "Yerel gazete mi? Aa çok güzel, paylaşayım," deyip paylaşan ama okumayı unutan dostlarımızın o tatlı iyi niyeti. İşte bütün bunlar, SOLUCAN'ın sayfalarını her ay yeniden doldurmamıza neden oluyor.

Bugünlerde teknoloji öyle bir noktaya geldi ki, bir yapay zekaya "Mahallenin kedisi dün ne yaptı?" diye sorsanız size hem haber yazar, hem kedinin karikatürünü çizer, hem de mırıldanan bir fon müziği besteler. Biz ise hâlâ insanların duygu ve düşünce dünyasında bir kıvılcım yaratabilir miyiz telaşıyla uğraşıyoruz. Ama işte gazeteciliğin romantizmi burada saklı: Zorluğunda, yorgunluğunda, bazen ulaşılamayan röportajlarda, bazen kaybolan notlarda, bazen de bilgisayarın kendi kendine kapanmasıyla yaşanan o tarifsiz ve belki birçoğuna anlamsız gelecek olan panikte...

Bütün bunlara rağmen Kendini Dergi Sanan bu gazete matbaadan gidildiğinde duyulan o mürekkep kokusu var ya... İnanın, teknolojinin henüz taklit edemediği bir şey. Belki de bizi en çok yaşatan şey, tam da o koku.

Ve elbette, bu gazetenin var olma sebebi okurlarımız. Sizler gerçekten bu satırları okuyan bir avuç kahramansınız. Çünkü hepimiz biliyoruz ki, artık yazıları görsellerden daha fazla takip edenler hakkında belgesel çekmeyi düşünüyorlar: "Nesli Tükenmekte Olan Okur Türleri". Bir makalemizin altına yorum yapmanız, "Son sayıyı aldım, emeğinize sağlık" diyerek gönderdiğiniz bir mesaj, markette karşılaştığımızda "Şu yazı çok hoşuma gitti" diye fısıldamanız... Hepsi o kadar kıymetli ki. Bu gazetenin gerçek mucizesi, hâlâ okuyabilen bir kitleye sahip olmasıdır.

Bir diğer teşekkür borcumuz da her ay kelimeleriyle, emeğiyle SOLUCAN'a değer katan yazarlarımıza. Onlar olmasa muhtemelen elimizde sayfa sayfa boş karelerden oluşan bir bulmaca gazetesi olurdu. Kimi zaman yazı gelmedi, kimi zaman fazla geldi, kimi zaman da öyle uzun geldi ki "Bu köşeyi sonsuz bir alan mı sanmış?" diye isyan ettirdi. Ama hepsi güzeldi, hepsi bizimdi. Kalemimize, emeğinize, sabrınıza bin teşekkür...

Ve tabii ki ilanlarıyla, reklamlarıyla, bazen sadece iyi dilekleriyle yanımızda duran dostlarımıza... Bir gazete yalnızca yazıyla değil; dayanışmayla, güvenle, esnafın el uzatmasıyla ayakta durur. Başından beri bize inanan, tek sayımızı bile es geçmeyen, bazen bütçesi kısıtlı olsa da "Siz devam edin yeter" diyen herkes... İnanın, hepiniz bu gazetenin görünmez ortak kurucularısınız...

Altı yıl geçti. Bazen gazeteyi hazırlarken "Acaba bu sayfayı gerçekten biri okuyacak mı?" diye düşündüğüm anlar oldu. Sonra bir gün biri gelip "Gazeteyi saklıyorum, arada tekrar okuyorum" dediğinde anladım ki bu emek boşa gitmiyor. Bu çaba bir yerlerde gerçekten karşılığını buluyor...

71 sayıdır yanımızda olan tüm okurlara, yazarlara, ilan verenlere, eleştirenlere, öneri sunanlara, destek verenlere, sadece moral verenlere... Hepinize kalpten teşekkür ederim. Bu gazete yalnızca bizim değil; hepimizin nefesi, sesi, hikayesi.

Nice sayılara, nice yıllara...

Mürekkebin kurumadığı, okurun bitmediği günlere...

Özgür Başant

Düşüncelerden süzülenler



"Düşünmeden itaat etmek, kötülüğün en tehlikeli biçimidir."

Hannah Arendt

"Kimlik, sahip olunan bir şey değil; sürekli yapılan bir eylemdir."



Judith Butler



"Düşünme hakkını savun; çünkü yanlış düşünmek bile hiç düşünmemekten iyidir."

Hypatia

"Özgürlük, her zaman farklı düşünenin özgürlüğüdür."



Rosa Luxemburg



"Bir kadının yazabilmesi için parası ve kendine ait bir odası olmalıdır."

Virginia Woolf

"Feminizm erkeklerden nefret etmek değildir; tahakkümden kurtulma mücadelesidir."



Bell Hooks



Bülent ZEYİN

Sevgi ve Arayış

Tanımlamakta en çok zorlandığımız, tanımlarken yeniden bozduğumuz ve sürekli aç olduğumuz bir kavramdır sevgi. Öylesine açız ki sevgiyel! Kazara sevilsek, gözlerine far tutulmuş tavşan gibi kulakları indirip kendi içimize kaçıyoruz. Sevgiye duyulan açlık, insanın kendini ve dünyayı anlama çabasının bir parçasıdır. Bu açlık, bizi hem kendimize hem de başkalarına daha yakınlaştırır; ancak aynı zamanda korkularımızla, kırılabilirliklerimizle yüzleşmemizi de gerektirir. Sevgi, kaçınılmaz olarak bir risk taşır; çünkü sevilme, aynı zamanda incinme ihtimalini de içinde barındırır. İnsanın kendini kabul görme ve anlaşılma arzusunun en saf dışavurumudur. Sevgi görünür olmayı, savunmasız kalmayı ve kendini tüm çıplaklığıyla ortaya koymayı gerektirir. Bu yüzden, sevgiye açlık, bazen korku, bazen umutla karışık bir bekleyiştir.

Sevgi arayışı, sadece dışsal bir beklenti değil, aynı zamanda içsel bir dönüşüm sürecidir. Bu süreçte, kendimizi tanıma, sınırlarımızı anlama ve kırılabilirliklerimizle barışma yolculuğuna çıkarız. Sevginin en derin hali, kişinin kendi iç dünyasındaki arayışında gizlidir. Bu arayış, çoğu zaman farkında olmadan günlük hayatımızdaki davranışlarımıza yansır; küçük kaçışlar, savunmalar, hatta bazen anlamsız tekrarlar şeklinde kendini gösterir. Sevgiye duyulan açlık, yalnızca başkalarından beklenen bir şey değil, aynı zamanda kendi içimizdeki boşlukları doldurma çabasıdır. Her küçük jest, her anlamlı bakış, her samimi dokunuş, iç dünyamızdaki bu arayışın dışa vurumlarıdır. Günlük hayatın karmaşası içinde, sevgi sayesinde anlar anlam kazanır, zaman yavaşlar ve hayatın yüzeysel akışı yerini derin bir deneyime bırakır. Bu naiflik, insanın varoluşuna dokunan bir şiir gibi, yaşamın sıradanlığını kutsar ve ona anlam katar.

Sevginin inceliği, günlük yaşamın sıradan anlarını bile dönüştürür. Sabahın erken saatlerinde bir fincan kahvenin tadında, sokakta karşılaşılan bir tebessümde, ya da beklenmedik bir yardım teklifinde kendini gösterir. Bu küçük anlar, hayatın yüzeysel akışının ötesine geçerek, insanın ruhunda derin izler bırakır.

Bu bağlamda, sevgi sadece bir duygu değil, aynı zamanda hayatın kendisini derinleştiren bir güçtür. Sevgiyle dokunan anlar, insanın iç dünyasındaki boşlukları doldurur ve ona varoluşsal bir zenginlik kazandırır. Böylece, sevgi hem içsel bir arayış hem de dışa yansıyan bir yaşam biçimi olarak hayatımızda yer bulur.

Günlük hayatın içinde sevginin yarattığı bu incelik, insanın varoluşuna dair farkındalığını artırır. Sevgi sayesinde sıradan anlar bile kutsal bir anlam kazanır; zamanın akışı yavaşlar ve yaşamın yüzeyselliği yerini derin bir deneyime bırakır. Sevgi, hayatın şiirsel yanını ortaya çıkarır ve bizi daha derin bir varoluşa davet eder.

İçsel bir yolculuk, bazen yalnızlık ve çaresizlik duygularını beraberinde getirir. Ancak bu duygular, sevgiye olan ihtiyacımızın ve arzularımızın derinliğini gösteriyor. Sevgi, sadece bir başkasının varlığıyla değil, aynı zamanda kendimizle kurduğumuz bağla da ilgilidir. Kendimizi sevmek ve kabul etmek, gerçek sevginin temel taşlarıdır.

Sonuç olarak sevgi ve anlamı yalnızca başka dünyalarda değil, kendi içimizdeki boşluklarda ve arayışlarda gizlidir. Sabahın ilk ışığında, bir tebessümde, bir bakışta ya da sessiz bir dokunuşta hayatın yüzeyselliğini aşarak varoluşumuza şiirsel bir incelik katar. Bu yolculukta, sevgi hem bir arayış hem de bir keşiftir; bazen acıtır, bazen iyileştirir, ama her zaman dönüştürür. Kendimizi, sınırlarımızı ve dünyayla ilişkilerimizi yeniden tanımladığımız naif bir yolculuktur. Bu yolculukta geçtiğimiz köprüler hem yenedünyalara hem de kendi iç dünyamızın kapılarını aralar. Hayatın tüm kabalığını, zorluklarını göğsünde yumuşatarak ince ve derin anlamlar katan sevgi, sadece bir duygu değil, varoluşumuzun en güçlü halidir.



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



ozgurbasut@gmail.com

Özgür BASUT

Düşünmenin Sessiz İsyanı

Bazı itaatsizlikler gürültü yapmaz. Ne slogan atar ne de meydanlara çıkar. Sessizdirler. Bir insanın, kendisine öğretileni sorgulaması kadar sade; ama sonuçları bakımından bir rejimi sarsacak kadar tehlikelidirler. Düşünmek böyledir: Sessiz bir isyan.

Çünkü itaat çoğu zaman düşüncenin yokluğunda değil, düşünmenin askıya alınmasında kök salar. İnsan, başkasının cümlelerini kendi zihninin iç sesi sanmaya başladığında, kötülük bir karakter meselesi olmaktan çıkar; bir alışkanlığa dönüşür. O noktada kimse "kötü" değildir artık; sadece "emir alan" vardır. Ve düşünmeden yapılan her şey, ahlaktan azade olduğunu iddia eder.

Düşünmek ise konforu bozar. İnsanı yalnızlaştırır. İtaat edenlerin kalabalığına karşı, soranların tekilliğini dayatır. Bu yüzden düşünme hakkı tarih boyunca hep tehlikeli bulunmuştur. Yanlış düşünmek bile, hiç düşünmemekten daha büyük bir suç sayılmıştır; çünkü yanlış düşünce düzeltilebilir, ama düşünmeyen insan kolayca çoğaltılır.

Yüzyıllar boyunca "doğal" denilen şeyin, aslında ne kadar sistemli bir tekrar olduğunu fark etmek için düşünmek gerekir. Sanki dünyaya belli bir kaderle gelinmiş gibi anlatılan bu rol, gerçekte öğretilmiş, pekiştirilmiş ve itirazsız kabul edilmesi beklenmiş bir düzenlemedir. Kimlikler, doğuştan verilen özler değil; tekrar edilen davranışlardır. İnsan, her gün biraz daha kendisi olmaya değil, olması istenen şeye zorlanır. Toplum, dil ve korkular bu zorlamanın araçlarıdır. En büyük hile ise şudur: Bu baskının özgürlük sanılması.

Kimlik dediğimiz şey, bir özden çok bir eylemdir. Sürekli yeniden yapılan, yeniden söylenen, yeniden onaylanan bir performans. Bu yüzden kırılmalıdır. Bu yüzden savunmaya muhtaçtır. Ve bu yüzden, ona yöneltilen her soru tehdit gibi algılanır. Oysa soru, yıkmak için değil; nefes almak içindir.

Gerçek etik, büyük laflarla başlamaz. Ne kahramanlık ister ne de fedakârlık gösterisi. Sadece dikkat ister. Başkasına yöneltilmiş, kesintisiz ve çıkarsız bir dikkat. Günümüzde en pahalı şey budur. Her şeyin hızlandığı bir dünyada, durup bakmak neredeyse ahlaksızlık sayılır. Oysa bakmadan adalet olmaz. Görmeden sorumluluk doğmaz.

Özgürlük de çoğu zaman yanlış anlaşılır. Kendi gibi düşünenlerin özgürlüğü sanılır. Aynı cümleleri kuranların, aynı kelimelere öfkelenenlerin, aynı düşümanları olanların özgürlüğü... Oysa gerçek özgürlük, insanın kendi sınır uçlarına dokunan fikirle yan yana durabilmesidir. Katlanmak değil; varlığına tahammül etmek. Çünkü özgürlük, benzerlerin rahatlığı değil, farklı olanın güvencesidir.

Düşünmek bu yüzden politik bir eylemdir. Ama her zaman kürsülerde değil; bazen mutfak masasında, bazen bir defterin kenarında, bazen de içten içe "hayır" diyebilmekte ortaya çıkar. Büyük dönüşümler çoğu zaman küçük cümlelerle başlar:

"Buna katılmıyorum."

"Böyle olmak zorunda değil."

"Ben başka türlü düşünüyorum."

Bu cümleler, tarih boyunca en çok kadınların boğazında düğümlenmiştir belki. Çünkü onlardan önce susmaları, sonra kabullenmeleri, en sonunda da bunu kader sanmaları beklenmiştir. Bir erkek olarak bunu görmek, tarafsız kalmayı değil; sorumluluk almayı gerektirir. Çünkü düşünce, ne cinsiyet tanır ne de izin ister. Akıl, kendisine çizilen sınırları kabul etmez; yalnızca onlara dayanır.

Ve belki de insanı insan yapan tam olarak budur: Düşünmenin bedelini ödemeye razı olmak. Yalnız kalmayı, yanlış yapmayı, anlaşılmanmayı göze almak. Çünkü düşünmeyen insan huzurlu olabilir; ama özgür değildir. Özgürlük ise çoğu zaman huzursuz başlar.

Sessizce.

Solucan

Kendini Dergi Sanan Aylık Gazete

Yağmur Tic. İnş. Yay. Ltd. Şti. Adına Sahibi:
Ahmet BASUT

Genel Yayın Yönetmeni ve
Sorumlu Yazı İşleri Müdürü:
Özgür BASUT

Sayfa Editörü: Ö. Kaya HANZEY

Grafik: Gülseren ÇİMENTAY

Baskı: Akademi Matbaa - Davutpaşa Cd. Güven İş Merkezi D Blok No: 114 Topkapı - İstanbul

Gazetede yer alan makale, yorum, haberler ve ilanlardan yazarları sorumludur.

İskele Mah. Rauf Balıkcı Sk. No: 13/D Datça-Muğla - 0252 712 81 04 - 0532 590 23 45

www.gazetesolucan.com - gazetesolucan

winsa



Modern Yapılar İçin Güçlü Dokunuşlar

Erva İnşaat, alüminyum doğrama, kapı ve pencere sistemleri, demir doğrama, kepenk sistemleri, panjur, sineklik, duşa kabin, küpeşte korkuluk, çelik kapı, açılır cam balkon uygulamalarında ve inşaat, tadilat, dekorasyon çözümleri ile kalite, estetik ve dayanıklılığı bir araya getiren güvenilir bir çözüm ortağıdır.

Modern mimarinin ihtiyaçlarına uygun, fonksiyonel ve uzun ömürlü uygulamalar sunan Erva İnşaat, aynı zamanda sektörün öncü markalarından WİNSA'nın yetkili satıcısı olarak, yüksek standartlarda PVC doğrama çözümlerini uzmanlıkla hayata geçirir. Profesyonel ekibi, titiz işçiliği ve müşteri memnuniyetini merkeze alan yaklaşımıyla Erva İnşaat, yaşam ve çalışma alanlarınıza değer katan kalıcı çözümler üretir.



ADRES:

Datça Mah. Kazım Yılmaz
Blv. No: 96 B/2 Datça/Muğla

İLETİŞİM:

Erkan TEMEL
0252 712 33 00
0506 990 90 87
etemel829@gmail.com