

# paylaşım

MANİPÜLASYONUN  
SONU  
YOK



ÜÇ ŞEHİR, ÜÇ PAZAR



OSMANLI'DA  
YEMEK  
ALİŞKANLIKLARI

BURSA  
CUMALIKIZIK

FORMULA-1 RÜZGÂRI



BOĞAZ'IN  
BEKÇİLERİ

OYKUT

CEREN



BEDEN PERKÜSYONU

# Paylaşım

## Editörden...

Bugüne kadar “Paylaşım” aracılığıyla pek çok konuyu, haberi ve uğraşmayı paylaştık sizinle.

Artık yeni içeriği ve biçimiyle Paylaşım, yaşamı, çeşitli açılardan yansıtacak ve sayfalarında, bilimden sanata, eğlenceden sağlığa kadar uzanan bir yelpazede çeşitli konulara yer verecektir.

Amacımız; kimi zaman yaşamın kıyısında köşesinde unutulmaya yüz tutmuş hoşlukları hatırlatmak, kimi zaman geleceğe ilişkin varsayımlarla merak uyandırmak, kimi zamansa gülümsetmek için fırsatlar ortaya koyabilmek.

Paylaşım’ın elinizdeki sayısında konularımız, bu anlayış çerçevesinde hazırlandı ve oldukça geniş bir aralığa yayıldı. Anadolu’daki halk pazarlarıyla, bir Avrupa kentindeki halk pazarının karşılaştırılması, rüzgâr gibi geçen Formula 1 yarışı, Boğaz trafiğini yürüten sessiz rehberlerimiz ve beden perküsyonu gibi birbirinden farklı konuları derledik, toparladık ve beğenimize sunduk.

Küçük zihinsel kaçamaklar yapmak istediğiniz anlarda, beyninizi, gözlerinizi ve gönlünüzü keyifle oyalamayı hedefledik.

Bilgilerinizi tazelerken, yeni ufuklara açılmanızı, yaşamın zenginliklerine, ayrıntılarına, farklılıklarına, benzerliklerine, tuhafıklarına, kısacası her şeyine tanıklık etmenizi arzu ettik.

Kendimizi siz sevgili dostlarımız için yeniledik, yeniliklere açık olacağız ve yeni kalmaya çaba göstereceğiz diyerek, gelecek sayımıza kadar mutlu kalmanızı diliyoruz.

# PAYLAŞIM

## İÇİNDEKİLER

Dergi Adı	PAYLAŞIM Kartonsan A.Ş. Yaşam Kültürü Dergisi
İmtiyaz Sahibi	Kartonsan Karton Sanayi ve Ticaret A.Ş. adına Mehmet Talu Uray
Sorumlu Yazı İşleri Müdürü & Yayın Yönetmeni	Kaya Sarıcalı
Yönetim Yeri Adresi	Kartonsan Karton Sanayi ve Ticaret A.Ş. Prof. Bülent Tarcan Sok. No: 5 Pak İş Merkezi Kat: 3 Gayrettepe 34349 İstanbul Tel.: 0212 273 20 00 Faks: 0212 273 21 70 www.kartonsan.com
Basım ve Renk Ayrımı	Ali Rıza Başkan Güzel Sanatlar Matbaası A.Ş. Atatürk Organize Sanayi Bölgesi İstasyon Mah. Mustafa İnan Cad. No: 41, 3455 Hadımköy / İstanbul Tel.: 0212 771 46 06 Faks: 0212 771 46 26
Yayın Türü	Yaygın süreli yayın
Yayın Kurulu	Mehmet Talu Uray, Kaya Sarıcalı, Atiye Poyrazoğlu, Elvan Arpacık, Berat Alanyalı, Fahrettin Çiloğlu, Şule Gönülsüz
Sanat Yönetmeni	Feza Melek Bölükbaşı
Fotoğraf Editörü	Yekta Tan / Stüdyo Çınar
Hazırlık	Aura Yayın Tanıtım Hizmetleri Asmalı Mescit Mah. Sofyalı Sok. No: 8/9 Beyoğlu / İstanbul Tel.: 0212 293 35 47
Baskı Tarihi	Ekim 2005



Boğaz'ın  
Bekçileri

4

8

Müziğin  
Resmini  
Yapan  
Sanatçı:  
Ceren Oykut



FORMULA-1  
Rüzgârı

34

30 Üç Şehir,  
Üç Pazar



12

Manipülasyonun  
Sonu Yok

16

Fatih Dönemi  
Öncesinde Anadolu'da  
Türkler'in  
Yemek Alışkanlıkları



Beden  
Perküsyonu  
ya da KeKeÇa

26

38

Çok  
Derde  
Deva:  
Kefir



Osmanlı  
Sivil Mimarisinin  
Güzel  
Örnekleriyle

20

Cumalıkızık



# Boğaz'ın Bekçileri



## İSTANBUL BOĞAZI DENİZE AÇILDIĞI İKİ UCUNDA, DÖRT DENİZ FENERİYLE İŞARETLENİR.

İstanbul, Karadeniz'in tıkağı, iki kıtaya yayılan deve kervanları ve tır konvoyları, Akdeniz'e ve daha ötede dünyaya açılan deniz rotaları demektir. Boğaz'a giren gemi, kıvrıla kıvrıla ilerleyen suyolunu, sağlı sollu dizilen kimi kanıksamış, kimi ürkek, bazısı neşeli gözlerin arasında yavaş yavaş yarar. Bir podiyuma benzer Boğaz. Binlerce çift bakış, gelip geçen gemilere takılır. İstanbul Boğazı'ndan yılda 50.000'den fazla gemi geçer.

İstanbul Boğazı'nın belirgin yapısı, dördüncü jeolojik zamanda oluştu. Bu sırada daha önce Karadeniz'e akmakta olan bir ırmağın vadi sistemi ile arasındaki havza sınırı çöktü. Zaten var olan Marmara ve Karadeniz arasında bağlantı kurulmuş oldu. Kıvrıla kıvrıla ilerleyen nehir, karakter değiştiren sakın koylar, burunlarda güçlü anafolar, keskin dönüşler, ona akan dereler, Haliç ve karmaşık akıntılarla dolu tehlikeli bir suyoluna dönüştü. Boğaz'ın dipleri, akıntıları ve rüzgârı en az tarihi kadar karışıktır. Bu yüzden İstanbul Boğazı geçişi, tarih boyunca, kaldırımına sıralı kentliler için seyirlik, içinde ilerleyen denizciler içinse, tedirgin edici bir tecrübe olmuştur.

İstanbul Boğazı denize açıldığı iki ucunda, dört deniz feneriyle işaretlenir. Marmara'ya

açıldığı tarafta Fenerbahçe ve Ahırkapı fenerleri, Karadeniz tarafında Rumeli ve Anadolu fenerleri yaklaşanlara rehberlik eder, Boğaz'ı bekler. Her ne kadar uydu teknolojileriyle desteklenmiş navigasyon sistemleri denizcilere her türlü pozisyon bilgisini veriyor olsa da, insan, bildiğini gözlerine doğrulamak ister. Özellikle kötü havalarda açık denizden Boğaz'a yaklaşan gemi, fenerlerin ışığını görünce rahatlar. Boğaz'ın her iki girişinde de iskelede (sol tarafta) kalan fenerler devvar (dönen) mekanizmalarıyla ufku tararken, sancakta kalanlar çakar. Böylece denizciler Boğaz girişini doğru olarak tespit ederler. Ahırkapı ve Anadolu fenerleri devvar, Fenerbahçe ve Rumeli fenerleri çakar sistemlere sahiptir. Bu dört fenerden en eskisinin Fenerbahçe olduğu düşünülüyor. Fenerbahçe Feneri'nin Bizans döneminde kullanıldığı yönünde bilgiler vardır. Hatta bazı kayıtlar bu fenerde kullanılan ilginç bir haberleşme yönteminden bahseder.

Fenerbahçe'nin arka tarafındaki Kayış Dağı'nın eteklerinde bir kule daha vardı. Bu kule, diğer kulelerde yakılan ateşler vasıtasıyla haber aldığı bilgiyi özgün bir metotla Fenerbahçe'deki kuleye, o da tarihi



**Fotoğraf:** BEDİA CEYLAN GÜZELCE

Ahırkapı Feneri 300 yılı aşkın bir süredir, tarihi yarımadanın ucunda, şehrin en yoğun deniz trafiğine sahip bölgede görev yapıyor.



**Ertuğ Uçar koleksiyonu:** Fenerbahçe

Bizans döneminden bugüne aynı mevkide bulunan feneri, ucunda dikili bulunduğu parka ve dolayısıyla semte adını verir: Fenerbahçe

TARİHİ YARIMADANIN  
MARMARA KIYISINDA  
OSMANLILAR'IN  
KULLANMADIĞI VE DAHA  
SONRA ÜSTÜ KAPANAN  
BİZANS LİMANLARI  
VARDI.



yarımada'daki İmparatorluk Sarayı yakınında Kontoskopium denen kuleye iletirdi. Metot şuydu: ateş kulelerinin her birinde, aynı hacimde kapların altında, aynı çapta bir delik vardı. İşaret verilmeden önce bu kaplar doldurulur, işaret verilince de kabın dibindeki delik açılırdı. Su, kabın kenarına işaretli harflerden istenen harf seviyesine gelince delik kapanır, aynı sırada işareti alan kule de deliği kapatır, harfi okurdu. Seviyeleri, harfleri ve kelimeleri okuyan, diğer kuleye bildirirdi. Her ne kadar Celal Esat Arseven, "Eski İstanbul" kitabında, yukarıda anlatılan yöntemle Bağdat'tan İstanbul'a haber uçurulduğunu iletse de buna inanmak zordur. Fenerbahçe Feneri daha sonra Osmanlılar tarafından düzenli olarak işletilmiş, ardından 1856'da modernleştirilmiştir.

Tarihi yarımada'nın Marmara kıyısında Osmanlılar'ın kullanmadığı ve daha sonra üstü kapanan Bizans Limanları vardı. İstanbul Limanı kitabında Wolfgang Wiener-Müller bunlardan detaylıca bahseder. Bu limanların rıhtımlarında büyük bir ihtimalle fener kuleleri vardı. Ancak bunlara ait güvenilir bilgiler yoktur. Yarımada'nın ucunda, Topkapı Sarayı'nın altındaki Ahırkapı Feneri'nin yapımı ise bir deniz kazasına dayanır. 1755'te bir Mısır kalyonu Kumkapı'da karaya oturunca, III. Osman da yarımada ucuna bir fener yapılmasını emretmişti. Fener, bir yüzyıl sonra 1857'de yenilenmiştir. Kulesinin içinde Fransa'da parça parça imal edilip burada birleştirilen dökme demir bir sarmal

merdiven vardır. Kule boyunca inen ağırlık yuvası, ağırlığı ve en üst katta eskiden lens mekanizmalarını döndüren dişli kutusu hâlâ korunmakta, ancak lens artık elektrikle dönmektedir. 29 metrelik yüksekliğiyle ülkemizin Rumeli Feneri'nden sonra en yüksek feneridir.

30 metrelik Rumeli Feneri aynı adlı balıkçı köyünde ufka hakim 28 metre rakımlı bir tepededir. Mimarisinde İskenderiye'den sonra Roma İmparatorluğu döneminde özellikle Galiçya ve Britanya kıyılarına inşa edilen üç katlı fenerlerden izler taşır.

16. Yüzyılda İstanbul'a gelen gezginlerin anlattığı kadarıyla, o zamanlar fener düzenli olarak işletiliyordu. Tek tük gravürden yola çıkarak yapının, Bizanslılar zamanında inşa edildiğini söylemek mümkündür. Tam karşısındaki Anadolu Feneri ise minareye benzer yapısı ile Osmanlılar döneminde inşa edilmiş görünmektedir. İki kule de 1856'da yenilenmiştir.

Bu dört kule ve yalıların bahçelerine konan rehber fenerler eskiden Bahriye Dairesi tarafından yakılmaktaydı. Kulelerdeki görevliler ise Boğaz Muhafızlığı'na bağlıydılar. 1855'te Fransız Kaptan Marius Michel'in girişimiyle kurulan Memalik-i Mahrusa Fenerler İdaresi 1860'ta fermanla Osmanlı İmparatorluğu Fenerler İdaresi (Societe des Phares de l'Empire Ottoman) adını aldı. Marius Michel'in başında kaldığı kurum, aynı zamanda İstanbul Tramvay Şirketi'nin de müdürü olan başmühendis Garnier yönetiminde, üç yılda Osmanlı kıyılarına 98



**Ertuğ Uçar koleksiyonu:** Ahırkapı Feneri'nin lensleri artık elektrikle çevriliyor olsa bile, eskiden kullanılan kurmalı sistemin dişlilerini görmek mümkün.



fener inşa etti. Osmanlı karasularına giren gemilerden fener hizmeti için alınan ücretlerin dörtte biri İmparatorluğa, gerisi Fransızlar'a kalıyordu. 1904'e kadar fener sayısı 205'e yükseldi. Osmanlılar'ın üç kıtaya bıraktığı mimari eserlerin arasında cami, köprü, han ve hamamlardan başka fenerler de vardır. Önemlileri Midilli, Selanik, Rodos, Lazkiye, Beyrut, Hayfa, Hanya, Trablusgarp, Bingazi ve Varna olmak üzere Kızıldeniz, Basra Körfezi, Kuzey Afrika ve Yunanistan ile Bulgar ve Romen kıyılarına 50'yi aşkın fener, Osmanlı İmparatorluğu Fenerler İdaresi tarafından yapılmıştır.

Günümüzde Türkiye'de fenerlerin modernleştirme çalışmalarını Kıyı Emniyeti ve Gemi Kurtarma İşletmeleri Genel Müdürlüğü yapmaktadır. Fenerlerle ilgilenen kurumların tarihi, denizle olan ilişkimizi kurmak ve tanımlamakta ne denli zorluk çektiğimizin bir kanıtıdır. Yukarıda bahsi geçen Fenerler İdaresi, başında yıllarca hizmet veren Marius Michel'e Paşa payesi, kendisi ve ülkesine de müthiş paralar kazandırdıktan sonra, 1938 yılında Türk Devleti'nce satın alındı ve Denizbank'a bağlandı. 1939'da Denizbank ilga edilince Devlet Denizyolları ve Devlet Limanları İşletmesi Umum Müdürlükleri Teşkilatı'na geçti. 1944'de Devlet Limanları Umum Müdürlüğü kaldırıldı. Kurumun adı Devlet Denizyolları ve Limanlar Umum Müdürlüğü oldu. Fenerler ve Cankurtaran İşletmesi kurulup bu kuruma bağlandı. 1952'de bu kez Devlet Denizyolları ve Limanlar Umum

Müdürlüğü ilga edildi ve Denizcilik Bankası T.A.O'na intikal etti. Banka bünyesinde Fenerler ve Cankurtaran Teşkilatı kuruldu. Banka 1982'de TÜDEK (Türkiye Denizcilik Kurumu) adını aldı. Aynı kurum iki sene sonra TDİ (Türkiye Denizcilik İşletmesi) adını aldı. Nihayet 1997'de seyir yardımcıları, fenerlerin işletme, bakım ve modernizasyonu ile cankurtarma hizmetleri Kıyı Emniyeti ve Gemi Kurtarma İşletmeleri Genel Müdürlüğü çatısı altında toplandı.

Deniz araçlarının kendilerine ait şeritlerde sakin sakin ilerliyor göründükleri Boğaz, belki de şehri seyre dalan kaptanların başboş bıraktığı gemilerin sebep olduğu kazalar yüzünden her an ciddi bir tehlike altındadır. Her gün Boğazdan geçen ortalama 150 geminin 25'i tehlikeli yük taşıyor. İstanbul Boğazı, yeni kurulan Gemi Trafığı Bilgi Sistemi dahilinde 13 adet radar kulesi, akıntı ve yüzey suyu algılayıcıları, meteoroloji istasyonları ve başka seyir yardımcısı sistemlerle donatılmıştır.

İstanbul Boğazı'nda bahsettiğimiz 4 büyük fenerin dışında 32 ışık daha vardır.

Gündüzleri fark edilmeyen, geceleri ışığını şehir ışıklarına karıştırdığımız bu işaret ve şamandıralar denizcilere bizim anlamadığımız şeyler söyler. Işık alfabedir. Fener onu lisan haline getirir.





GÜNÜMÜZDE  
TÜRKİYE'DE FENERLERİN  
MODERNLEŞTİRME  
ÇALIŞMALARINI KIYI  
EMNİYETİ VE GEMİ  
KURTARMA İŞLETMELERİ  
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ  
YAPMAKTADIR.

**Ertuğ Uçar koleksiyonu:** Ahirkapı. Eski kartpostallardaki Ahirkapı Feneri yeni durumuyla karşılaştırıldığında İstanbul'da sahil yolları nedeniyle yapılan dolgunun büyüklüğü hakkında bir fikir vermektedir.





sağlam fikir sokak

Müziğin resmini yapan

**Sanatçı**

Ceren Öyküt

## CEREN OYKUT'LA "BERABER"

1978 yılında İstanbul'da doğan Ceren Oykut, İtalyan Kız Lisesi'ni bitirdikten sonra, eğitimini Güzel Sanatlar Akademisi (Mimar Sinan Üniversitesi) 5 no'lu Resim Atölyesinde tamamladı. "Baba Zula" ve "Fairuz Derin Bulut" müzik topluluklarının canlı performanslarında canlı dia ve kamera gösterileriyle başlayan çalışmalarını, yapılan müziklerin öykülerinin çizimleriyle sürdüren genç sanatçı, eskiyle yeniye bir arada resmettiği yapıtlarına da "Beraber" adını veriyor.

Grafiker bir ailenin çocuğu olarak kendini tanımlayan ve annesinin dediğine göre, iki buçuk- üç yaşlarında çizmeye başlayan Ceren Oykut'la eğitimi, sanatı ve ilgi alanları üzerine söyleştik.

Annesinin söylediğine göre, iki buçuk - üç yaşlarında çizmeye başlamış. Yuva yıllarındaki öğretmeni -kendisini sonsuza kadar etkilediğine inandığı Tonia öğretmen, Oykut'un sanatçı oluşumundaki en önemli kilometre taşlarından biri- "collaboration" çalışmasıyla bu yıllarda tanışan Ceren Oykut, ilkokula da yuvadaki arkadaşlarıyla birlikte gitmesini ve bu çalışmalarını orada da sürdürebilmesini kendi açısından şans olarak değerlendiriyor. Daha sonra, İtalyan Kız

Ortaokulu'ndaki Türkçe öğretmeni, Zehra Hanım, Ceren Oykut'u Sait Faik ile tanıştırır ve Sait Faik, genç sanatçının yaptığı desenlerin esin kaynağı olur. Yuva, ilkokul ve ortaokul yıllarının sanatçı oluşumundaki etkisini anlatan genç sanatçı, lise yıllarından aynı coşkuyla bahsedemiyor. Ancak Akademi yıllarından şöyle söz ediyor "Akademi bana çok iyi geldi, ortamdaki çok yararlandım, en önemlisi seçme özgürlüğümüz olan uygulamalı atölye çalışmaları vardı ve ben Halı Atölyesi'ni seçtim. Çağdaş sanatın uygulandığı bir atölyeydi burası ve deneysel işler yapılıyordu, öğrencilere özgür araştırma imkânları sağlayan demokratik bir ortam sunulmuştu; özgür tartışmaların yanı sıra, çağdaş sanatçılarla ilgili araştırma yapma ve bunu kendi işlerimize bağlama olanağına sahiptik. Çocukluğumdan beri, halı ve minyatür sanatı beni çok cezbeden sanat dallarıydı. Bunun peşinden gittim, birçok çalışmamı da bu iki temel üzerine kurmaya çalıştım. Zamanla anne ve babamdan devraldığım grafik, karikatür bilgisini de kendi yöneldiğim yolda kaynak olarak kullandığımı ve bunları kendi çalışmalarımıyla birleştirdiğimi fark ettim." Yarışmalarla ve sergilerle olan ilgisini şöyle açıklıyor:



"Yarışmalara değil de daha çok yurtiçi ve yurtdışı sergilere katıldım; bunlar maddi olanaksızlıklar nedeniyle kısıtlı bütçelerle yapılan projelerdi. Hiç ödül almadım. Daha çok bağımsız projelerde, olanaksızlıkların getirdiği yaratıcılıkla ve birkaç arkadaşımın birlikte gerçekleştirdiğimiz çalışmalarla bunlar."

Viyana'da gerçekleştirilen bir gençlik festivaline, ki bu festivale 30 yaşın altında özgün işler yapan sanatçılar katılabiliyordu. Nasıl bir çalışmayla katıldığını sorduğumda ise, "Tesadüfen çıkan bir çalışmaydı" diye yanıtlıyor beni ve sözlerini şöyle sürdürüyor: "Baba Zula Grubu ile Kars'a gitmiştik. Kars'ta Ani Harabeleri'ni gezerken fotoğraf çekmeye başladım, duvar resimlerini fotoğraflıyordum. Bu arada şehrin içindeki çocuk parkında da fotoğraf çekmeye devam ettim. Parkın duvarlarındaki Karagöz Hacivat



tavus havası



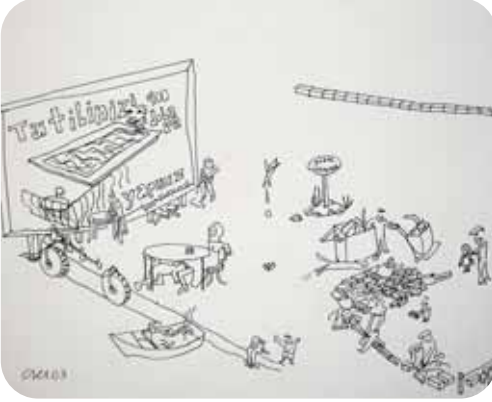
çivi



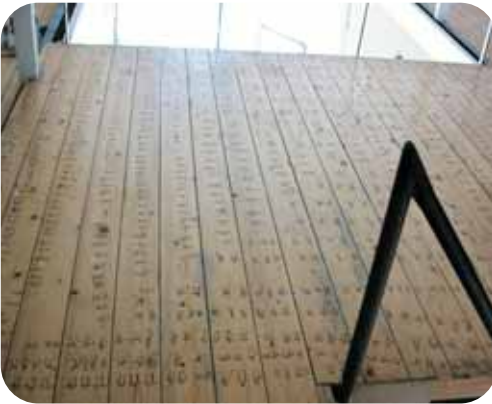
çatalhöyük



ah güzel istanbul



ahşap



resimlerini, oranın sanatını bozmadan kendimi de içine katıp, eskiyle yeni bir araya getirmeye çalışarak, devam ettirdim ve bu çalışmayı bilgisayara aktardım. Kars bana ilginç geldi, burayla ilgili bir çalışma yapmak istedim. Ben İstanbulluyum, İstanbul Doğu'yu Batı'ya bağlayan bir sınır şehri, Kars da bir sınır şehri, bize hem çok uzak, hem de çok yakın. Bu duygu, orada duvarlara resmedilenleri bozmadan kendimi de içine dahil ederek, renk tonlarını değiştirmeden biraz daha farklı bir dil yakalamaya yöneltti beni. Böylesi bir çalışma, bana kendimi iyi hissettirdi. Ancak bu çalışma Kars'a özel bir şey değildi, bunu İstanbul'daki bazı mekânlarda da yaptım.

Berlin'de katıldığımız bağımsız bir sergi sırasında Berlin duvarlarını da fotoğrafladım. Yaşamayı hissettiğim ve sevdiğim yerlerden duvar resimlerini toplamaya devam ediyorum. "Beraber" adını verdiğim bu projeyi sürdürmeyi düşünüyorum. "Bu çalışmanın bir benzeri ya da esinlendiğiniz başka bir çalışma var mı? diye sorduğumda ise, sanatçının cevabı, "Yaptığım bazı çalışmaların sonucu oldu" şeklindeydi. "Müzik gruplarıyla dia ve video gösterileri yaparak çalışmaya başladım ama bunu çok sevmiyordum. Bir düğmeye basıp iki saat beklemek beni sıkmaya başlamıştı. Orkestrayla birlikte üretmek istediğimi fark ettim. Bunun için de bir ekipman gerekiyordu. Para biriktirdim. Bilgisayar ve digital kalem edindikten sonra, müzikle birlikte ekranda canlı olarak çizmeye

başladım. Bu tamamen çocukluğumda tanıştığım ve beni çok etkileyen 'collaboration' tekniği ile ilgili bir çalışma şekliydi" diyor. " 'collaboratin'a alışık ve onu arayan bir tarafım var. Tek başıma bir şey yapmaktansa, ortaklaşa bir şeyler yapmak. Bir fikri beyaz bir kâğıda uygulamaktansa, bir fotoğrafla birlikte, yeniden uygulamak aklıma geldi. Fikir aynı; ancak hazır bir görüntü var, ama bu görüntüyü bozmak olmaz. Onu bir mekân olarak kabul edip tamamlamak ve onunla birlikte bir şeyler yapmak; müzikle birlikte çalışmak gibi geçmişle birlikte olmak. Bu, birisinden gördüğüm bir şey değildi; bu çalışma hayatımın ve yaptıklarımın doğal bir sonucu oldu sanki. Her şey birbirini takip etti ve bu çalışma doğru" diye tanımlıyor çalışmalarını.

"Baba Zula" topluluğuyla yaptığı çalışmalardan ise, "Grubun yaptığı her müziğin bir öyküsü var, müziğin bende hissettirdiklerini resmediyorum sadece" diye bahsediyor. Ceren Oykut şöyle devam ediyor: "Bembeyaz bir ekran düşünün, müzikle birlikte çizmeye başlıyorum. Perdede tüm çizim aşamalarını görüyorsunuz, parçadan kopmadan müziğin ritmine uyarak çiziyorum. Parçanın sonunda resim de tamamlanmış oluyor. Konser boyunca tek bir resim yapmıyorum, her parçayı ayrı ayrı resimliyorum. Grubun müziğinin görsel karşılığını yakalamaya çalışıyorum. Bu, her seferinde yenileniyor, yeniden yeniden yapıyorum bütün çizimleri."

'Picasso'nun Güncesi' adlı bir film vardır. Picasso beyaz perdenin arkasında müzikle birlikte resim yapar. İnanılmaz bir filmidir. Picasso ışıkla havaya da resim yapmıştır. 'collaboration' ayrı bir olay, yani bir grup elemanı olarak çalışmak." Kendini çalıştığı müzik topluluğunun bir elemanı olarak gören Ceren Oykut, grubun gitarcısı, davulcusu gibi birlikte çalışan ama müziğin anlattığı öyküyü çizen bir elemanım, diye tanımlıyor yaptığı işi. "Bir seneyi aşkın bir süredir birkaç konser hariç birlikte çalışıyoruz ve zamanımın çoğunu 'Baba Zula' topluluğuyla geçiriyorum" diyor.

Bir anlamda Picasso esin kaynağın diyebilir miyiz? "Evet, Picasso benim hayatımın en büyük esin kaynaklarından biri, ama tek değil; Türk sanatçıları da var. Özellikle İlhan Koman, büyük bir deha, inanılmaz gerçekten, çok düşündürücü eserleri var. Kuzgun Acar, Mengü Ertel, babam, annem, dayımın dışında Fikret Mualla'yı da çok severim." "Bedri Rahmi'nin şimdi adını hatırlayamadığım bir koya yaptığı bir balık resmi vardır. O beni çok etkilemişti. Altı-yedi yaşlarında idim o zaman. Nasıl buraya gelmiş, ne kadar sürede yapabilmiş diye ressam ve eseri üstüne çok düşünmüş, çok etkilenmişim. Daha sonraları, Bedri Rahmi'nin Kalamış'taki atölye haline dönüşmüş evine gidip, 'yazma' çalışmalarına katılmışım ama devam edemedim. Halk sanatı benim şu sıralar takip ettiğim ana kaynak. Akademi yıllarında Picasso'ya ve Matis'e o kadar çok baktım

ki. Daha sonraları ilk sürrealistlerden Bosch'u keşfettim ve Goya'yı tabii. Bu sanatçılar beni çok etkiledi. " Sponsorluk kurumuna nasıl bakıyorsunuz, herhangi bir projede maddi açıdan destek almayı düşünüyor musunuz? "İmkânlar geniş olsa bambaşka şeyler yapılabilir. Bir kere, sadece sanatla ilgilenme şansına sahip olurdum. Kendi yağımında kavruluyor olmak bir şekilde benim, kendimi teşvik etmemi sağlıyor. Büyük bir maddi olanakla karşı karşıya gelsem, mutlaka bir dolu şey yaparım; mesela deneysel bir atölye hayalim var, onu kurarım. Yazmalarla ve halılarla ilgili çalışmalar yaparım. Boyacıköy'de oturuyorum; yukarıda Armutlu yerleşkesi var. Oradaki kadınları yanıma asistan olarak alır ve onlara iş imkânı sağlarım böylece işler de daha hızlı çıkar. Maddi olanakların hayatı kolaylaştırdığı bir gerçek, ama imkânsızlıkların ve çekilen acıların da yaratıcılığı tetiklediği ve hayatı daha eğlenceli hale getirdiği de bir gerçek. Şu sıralar atölyemi beraber çalıştığım gruba klip çekmekte kullandığımız için boş tutmaya çalışıyorum. Bu nedenle küçük bir masa üzerinde çizimlerimi yapıyorum. İnsanın illa da büyük alana ihtiyacı olmayabilir. Okulu bitirdiğimde küçük bir odam vardı; burası hem yatak odası olarak, hem de atölye olarak kullanılmak zorundaydı. Bu, olanaksızlıklar içinde, bir ruh yakaladığıma inanıyorum. Yaşadığın ortam, işe karakterini veriyor. Önemli olan kimsenin hakkını yemeden, ayaklarının üzerinde durmayı başarmak, üretmeye devam etmek ve

inandığın şeyi yapmak."

Resim yapmak denince benim aklıma, yağlı ya da suluboyalar, tuval, kâğıt gibi resim malzemeleri geliyor, siz sanırım bilgisayarla çizimlerinizi gerçekleştiriyorsunuz. "Asıl malzemelerim A4 kâğıt ve karakalem, ama imkânlar genişleyip bilgisayara geçilince işler daha hızlandı tabii ama bu işi tepe gözle de yapabilirdim. Bilgisayarın başka özellikleri de var, film gösterisi yapıyormuş gibi bir duygu uyandırıyor insanda. Bilgisayar ya da tuval, çok bir şey fark ettirmiyor. Önemli olan, bir yolda devam etmek. Her olanağın kendine göre bir karakteri var. Çizgilerle öykü anlatmaya çalışıyorum. Herkesin yazarak yaptığını ben çizerek yapıyorum. Malzemem, kâğıt - kalem ya da bilgisayar. Gözlem ve zaman. Bir öykü çıkabiliyor." Başka uğraşlarınızın da olduğunu biliyoruz biraz onlardan da bahsedelim isterseniz. "Çocuk kitapları resimliyorum. Bu işi de çok ciddiye alıyorum. Bence insan her yaptığı işi ciddiye almalı ve onu kariyerinin bir parçası olarak görmeli. Bazı dergilere çiziyorum, konuları resimliyorum.



define bahçesi

[Manipülasyonun  
sonu yok]



## BİTKİLER BU İŞ İÇİN İDEAL BİR ARACI DURUMUNDALAR. ÇÜNKÜ İLAÇ ENDÜSTRİSİNDE KULLANILAN HER DÖRT MADDEDEN BİRİNİN KAYNAĞI BİTKİLER.

Bitkilerin de aynı bizim gibi hücreleri, genleri ve proteinleri var. Bizim için protein üretmeye de hiç itirazları yok! Ancak onlardan üretmesini istediğimiz, insandaki proteinler... Bitkilerin, bir dizi karmaşık süreçler sonunda yapılarının değiştirilerek arzu edilen maddeyi üretmeleri için laboratuvarlarda çalışmalar sürüyor. Örneğin, kan tipleri rh negatif olan kadınlar, rh pozitif kan taşıyan birinden çocuk bekliyorlarsa düşük yapma tehlikeleri çok artıyor. Bu tehlikeyi önleyecek olan karşıt madde, laboratuvarların uysal, yardımsever bitkisi kazayağına yapılan müdahaleler sonucu üretildi. Böylece, bu maddeye sahip bitki, ilaca dönüşecek ve dertlere deva bulacak. Ne çare ki, bu işin bütçesi çok büyük ve ilgi az.

Bitkiler bu iş için ideal bir aracı durumundalar çünkü ilaç endüstrisinde kullanılan her dört maddeden birinin kaynağı bitkiler. Bitkiler, pek çok konuda proteinler gibi karmaşık maddeleri üretmek için çok daha elverişli görünüyorlar. Aynı zamanda bitkiler, hastalık yapan molekülleri ya da maddeleri (patojen) taşımıyorlar. Örneğin, vücudumuzun B-12 vitamininden yararlanmasını sağlayan karmaşık protein IF faktörünün patates ya

da havuçta üretilmesinin yolları aranıyor. Bu gerçekleşirse, günde bir tane havuç yiyerek B-12 vitamini eksikimizi giderebileceğiz. Ancak ortada çözülmesi gereken bir sorun var; havucu (ya da patatesi) reçeteli mi alacağız yoksa reçetesiz mi?

Bitkilerin yanısıra hayvanların da yapıları değiştiriliyor. Yılda ortalama olarak 9000 litre süt veren, sütünün içinde kimi hastalıklara deva olacak ilaç bulunan ve hatta başka bir tatta sütü olan inekler ve şimdikinden 10-12 kilo daha fazla ve daha lezzetli eti, çevreyi kirletme sorunu aza indirgenmiş olan domuzlar, 1990'lı yılların başlarında hararetle tartışılan konulardı. Aradan 10 yıldan fazla geçti ve özellikle gelişmiş ülkelerde bu hayvanlar hayvancılık üretiminde yaygın olarak yerlerini aldılar. Eski günlerin bildiğimiz metodlarıyla yılda 12 dölleme gerçekleştirebilen, örneğin bir boğanın ya da erkek domuzun üretkenliği olağanüstü arttı. Yapay dölleme yoluyla artık binlerce dananın, yavru domuzun babası olabiliyorlar! Yanısıra sanal anneler de söz konusu, yaşasın tüp bebek! Bu süreçler sırasında hayvanlara yapılan gen müdahaleleri ile onların olgunlaşmaları



ESKİ GÜNLERİN  
BİLDİĞİMİZ  
METODLARIYLA YILDA 12  
DÖLLEME  
GERÇEKLEŞTİREBİLEN,  
ÖRNEĞİN BİR BOĞANIN  
YA DA ERKEK DOMUZUN  
ÜRETKENLİĞİ OLAĞAN  
ÜSTÜ ARTTI.



ÇEŞİTLİ MÜDAHALELERLE  
GENETİK YAPILARINI  
HARIL HARIL  
DEĞİŞTİRDİĞİMİZ  
HAYVANLAR VE BİTKİLER  
ARACILIĞI İLE  
DÜNYADAKİ AÇLIĞA  
ÇARE BULMAK GİBİ  
ERDEMLİ GÖRÜŞLER İLERİ  
SÜRÜLÜYOR. YANI SIRA  
KORKUNÇ GELECEK  
SENARYOLARI DA  
ORTAYA ÇIKIYOR. BU  
GELİŞMEYE KARŞI  
"EKOLOJİK ÜRETİM"LE ESKİ  
TANIDIKLARIMIZA  
KAVUŞMA GİRİŞİMLERİ  
YAPILIYOR.

erkene alınıyor. İneklerin sütlerinin içinde arzulanan ilaç maddeleri oluşturuluyor. Giderek ilerleyen teknoloji insanlara, pek beğenilen bir cinsin (şimdilik bildiğimiz kadarıyla koyun) kopyasını çıkartma olanağı da verdi. Hepimiz koyun Dolly'i tanıyoruz. Onun bir yetişkin olarak dünyaya gelmesi ve kısa süren hayatı pek çoğumuzun ilgisini çekti.

Çeşitli müdahalelerle genetik yapılarını harıl harıl değiştirdiğimiz hayvanlar ve bitkiler aracılığı ile dünyadaki açlığa çare bulmak gibi erdemli görüşler ileri sürülüyor. Yanısıra korkunç gelecek senaryoları da ortaya çıkıyor. Bu gelişmeye karşı "ekolojik üretim"le eski tanıdıklarımıza kavuşma girişimleri yapılıyor.

Meksika'daki gen katılmış mısır tarlalarının çevreyi etkisi altına alarak diğer mısır cinslerini yok etmeğe başladığı 2002 yılının tartışmalarında yer aldı. Tarlalar birbirinden ne kadar uzakta olursa olsun, manipüle edilmiş mısır, ekolojik üretim yapılan yerleri de etkileyebiliyor. Daha 1990 yıllarının başlarında, FAO (BM gıda örgütü) tahıl ve ev hayvanı cinslerinin ortadan kaybolduğuna dikkat çekti. Çünkü manipüle edilen cinslerde elde edilen kâr payının yüksekliği, diğer cinslerin giderek ortadan kalkmasına sebep oluyor.

Yazımı 1994 yılında okuduğum bir haberle bitirmek istiyorum: Oxfordlu bir araştırma grubu, lahanaya genetiği değiştirilmiş bir virüs katmış. Amaç, aşırı tacizci lahana kurdunu ortadan kaldırmak için daha çevre

dostu bir mücadele metodu bulmak. Ancak bu virüsün genetiğini değiştiren gen, çok korkulan bir akrepten ithal edilmiş! Gelin görün ki, lahananın kurtlarıyla birlikte İngiliz faunasının kimi kelebek ve kuş cinslerinin de bu akrep genli saldırgan virüsün kurbanı olacakları ortaya çıkmış. Bu bulguya varan çevreciler Oxfordlu araştırmacılara şu soruları yöneltmişler:

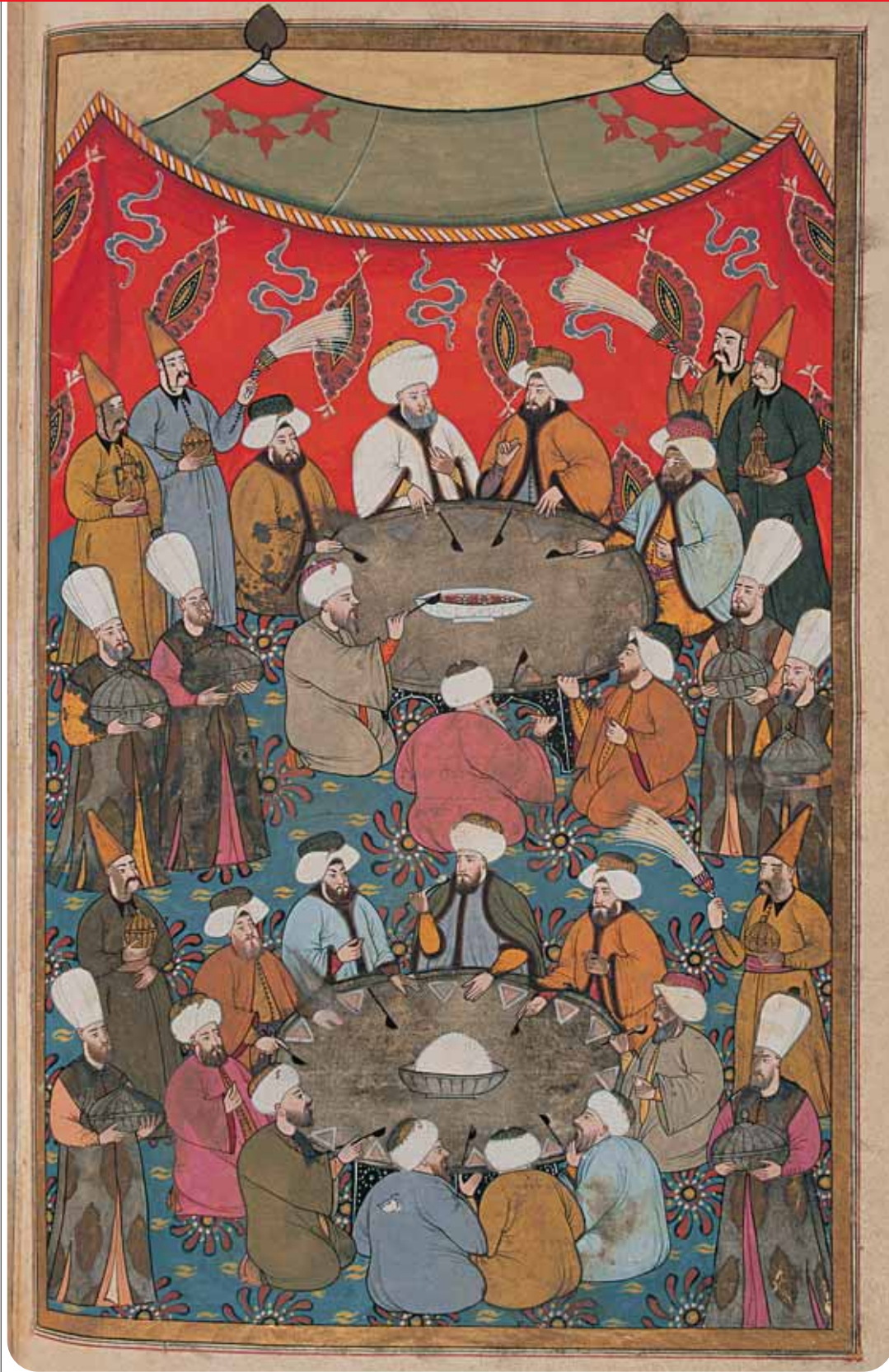
- Gen değişikliğinden muzdarip bir virüsün, doğaya bırakıldıktan sonraki ömrü nedir?
  - Bu virüsler başka cinslere de tehlike teşkil ederler mi?
  - Virüsteki akrep geni başka virüse de sıçrayıp tamamen kontrolden çıkabilir mi?
- Ne yazık ki, 11-12 yıl önce sorulan bu sorulara hâlâ açık bir cevap verilememektedir. Dünya çapında artan saldırganlığa bakılırsa, sanırım ki akrebin genini taşıyan virüs epey yol almış bulunmaktadır.



Fotoğraflar: Berat Alanyalı.







# Fatih Anadolu' Yemek

Anadolu Selçuklu Devleti ve onun devamı niteliğinde olan beylikler zamanındaki vakıf imaretlerin ve kervansarayların yönetim usullerini gösteren tüzük ve vakfiye hükümlerine göre misafirler için hazırlanan yemek çeşitleri azdır ve oldukça sadedir. Hatta sarayda da aynı gelenek vardır. Bertrando de la Broquiere'nin deniz aşırı seyahatlerini anlattığı kitabından Sultan II. Murad'ın sarayında verdiği bir ziyafette ikram edilen yemeklerin ne kadar sade olduğu öğreniliyor;

"....dairenin ortasında, içlerinde biraz koyun eti ile pirinç (pilav) bulunan yüz kadar kap vardı. Bunlar padişah gelmeden önce ortaya konmuştu.

.....Sultan Murad'ın önüne ipek bir havlu ve bir peşkir serildi. Kıpkırmızı yuvarlak bir meşin parçası da kondu. Buralarda sofraya yerine meşin konması adetti. Sonra etle dolu iki yaldızlı tabak getirildi. Hizmetliler

# Dönemi Öncesinde da Türkler'in Alışkanlıkları

kalaylı kaplardaki yemekleri, her dört kişiye birer tabak dağıttılar. Bu kaplarda biraz koyun etiyle, biraz da pirinç (pilav) vardı. Sofrada ekmek ve içecek bir şey yoktu. Dairenin bir tarafında yüksek bir raf gözüme ilişti. Üzerinde küçük, alt gözünde gümüşten büyük bir kap vardı. Bazıları kalkıp buradan bir şey içiyorlardı. İçtikleri su muydu, şarap mıydı anlayamadım “

Bu metinlerden 15. Yüzyılda saraya gelen ziyaretçilere verilen ikramların bile ne kadar sade olduğu görülmektedir.

Ancak 15. Yüzyılda imparatorluk daha yeni kurulmaktadır. 16. Yüzyılda ise imparatorluğun artık oturmasıyla birlikte yeme içme konusunda da önemli bir gelişme süreci başlamaktadır. 1573 tarihli Philippe de Fresne – Canaye'nin yazdığı “Le Voyage du Levant” adlı seyahatnamede, elçi sarayda yediği yemekler hakkında şunları yazmaktadır.

“ Sofranın örtüsü beyaz, peşkirler acem işi ve işlemeli, yemekte şarap yerine kokulu ve çok şekerli şerbet içiliyor. Yemekler hep önceden sofraya konmuş. Pirinç (pilav), çeşitli sebzeler, muhtelif cins tatlılar, tabaklarda dört beş tavuk, beyaz ekmek...”

Görüldüğü üzere, 16. Yüzyılda mutfak oldukça zenginleşmiştir. 17. ve 18. yüzyıllarda bu gelişme devam eder. 19. Yüzyıla gelindiğinde ise fakirleşmeyle beraber Batılı etkiler girmeye başlamaktadır.

15. Yüzyıl başında Anadolu'daki yemek çeşitleri hakkında Anadolu Selçukluları zamanına ait vakfiyelerde özellikle imaretlerde yenecek yemeklerin isimleri fazla belirtilmemiştir. Ancak Anadolu'da beylikler dönemi vakfiyelerine baktığımızda buna nazaran daha fazla bilgiyle karşılaşmaktayız. Bunlar incelendiğinde, İstanbul'un fethinden sonra Anadolu'daki

imarethanelerde pişen yemeklerin, Anadolu'da ve Rumeli'dekilerle aynı olduğu görülmektedir. Ele geçen vakfiyelerden öğrenildiğine göre, özellikle imaretlerde oldukça fazla miktarda yemek pişirilmektedir. Buralardaki umumi mutfaklarda öğrenciler, misafirler ve halk için yemek pişirilmektedir. Yemeklerin hepsi birlikte pişirilmektedir, yani kişiler arası bir sınıflandırma yapılarak ayrı ayrı pişirme sözü konusu değildir.

Bu yüzyılda Anadolu'da evlerdeki yemek çeşitleri hakkında da kesin bir fikir yürütülememektedir. Ancak yine aynı geleneğin burada da devam ettiği, çeşitlerin az, ancak doyurucu ve tok tutucu nitelikte olduğu düşünülmektedir. Özellikle unlu gıdalar ve et esas olmak üzere mevsimine göre sebze ve meyveler bunlara eklenmekteydi. Ayrıca başta yoğurt ve peynir olmak üzere süt ürünleri tarih

boyunca Türkler'in sofrasında önemli yer tutmuştur. Anadolu'da beylikler döneminde kurulan bu imaretlere ve burada pişirilen ve dağıtılan yemeklere bir göz attığımızda; Karaman'daki Karamanoğlu İbrahim Bey İmareti'nde; her gün en iyi cins buğdaydan tanesi bir buçuk kilo gelmek üzere en aşağı yüz elli ekmek ve yine her gün için otuz kilo et pişirilerek hizmetlilere, fakir ve muhtaç kişilere ve misafirlere dağıtılmaktadır. Burada günde en aşağı yüzden başlayıp iki yüze kadar varan sayıda kap yemek pişirilip dağıtılmaktaydı. Yemek, her gün iki öğün ve gerekirse üç öğün pişerdi. İmarete gelen ilim irfan sahibi misafirlere özellikle hürmet gösterilerek onlara has simit (katkısız beyaz ekmek), çörekler ve çeşitli yemekler imaretin en özel yerinde ikram edilir, hayvanlarına ise arpa ve yulaf verilirdi. Burada misafirlik üç gün sürerdi. (O dönemde bu imaretlerde misafirliğin üç gün sürmesi şeklinde bir gelenek vardı. Her yerden gelip giden herkese hizmet verebilmek için böyle yapılmaktaydı. Bir yerde üç günden fazla kalacak olan kişi imaretteki üç günlük misafirliğinden sonra, bir handa kendi parasıyla bir oda tutarak orada kalmaya devam ederdi) İbrahim Bey kandillerde ve bayram gecelerinde imaret hizmetlileriyle fakir ve kimsesizlere dağıtılmak üzere elli batman yani 184 kilo helva pişirilmesini şart koşmuştur. Kastamonu'da Çandaroğlu İsmail Bey

İmareti'nde; misafirlere üç gün sabah ve akşam çeşitli ziyafetler ve akşamları hayvanlarına yem verilmekteydi. Eğer imarete gelen misafir, yemek dağıtımından sonra oraya varmış ve yiyecek kalmamış ise onlara bal, ceviz, peynir ve bunlara benzer bulunabilmesi mümkün olan yiyecekler hazırlanmaktaydı. İmarete medresesindeki öğrencilere günde 5 akçe ve her birine yeterince ekmek ve yemek verilmekteydi. Ekmek, kırmızı temiz buğdaydan yapılırdı. Çorba, temiz buğdaydan olma zorundaydı. Her ay yine kabuğu soyulmuş beyaz pirinçten çorba, yapılırdı. Ayrıca ucuz ya da pahalı mutlaka et temin edilir ve beraberinde bal da verilirdi. Kütahya'da Germiyan Beyi Şah Süleymanzade Yakup Bey İmareti'nde; İmaretin medresesindeki öğrencilere her gün iki kap yemek ve dört ekmek verilmektedir. Her gün et yemeği bulunmaktadır. Yemeklerin ve ekmeklerin kalitesi çok iyi olmak zorundaydı. Yine burada da ayrıca misafirlere her gün yemek ve ekmek verilmekteydi. Anadolu'da Selçuklular ve beylikler döneminde imaret aşhanelerinde genellikle verilen yemek çeşitlerinin başlıcalarına bir göz atarsak; bunların içinde en yaygın olanları pirinç ve buğday çorbası, et, pilav, ispanak, şalgam ve çeşitli sebzeler, un helvası, ballı kadayıf gibi yemeklerdir. Yemek dağıtımına yetişemeyen misafirlere 80 dirhem bal, 50 dirhem peynir ve 100 dirhemlik pide verilirdi.

Halka yemek dağıtımı yapıldığı sırada, herkese ekmekten hissesi verilirken "güzel yüzle teselli eyleye" denmekteydi.

## **15. Yüzyılda Hastalara Verilen Perhiz Yemekleri Hakkında:**

Doğuda her dönemde hasta olan kişilere hafif yedirmek esastır. Eski ve ampirik tıbbın bilerek ya da bilmeyerek uyguladığı bu yöntem hakkında az da olsa kayıtlı bilgiler vardır. Ruhsal ve bedensel hastalıkları olan kişiler yanında, şairler ve âşıklar için de az yenmesi tavsiye edilmektedir. Bunun yanında tarikatlara giren kişilere de perhiz yaptırılır. Bu uygulamayı her dinde görmekteyiz, hatta zaman içinde oradan doğru, tıbbın içine de girerek bilimselleşmiş bir bilgidir. 15. Yüzyılda da bununla ilgili bilgiler bulunmaktadır. İkinci Sultan Bayezid zamanında yenilenen Arapça Fatih Sultan Mehmed Vakfı'nda; "Fatih Külliyesi Darüşşifası'nda yemek pişirmede usta iki tane de aşçı bulunmalı, bunlar, hekim hangi yemeği uygun görürse onu pişirirler ve günde üçer dirhem alırlar" denmektedir. Buradan Fatih Darüşşifası'nda hekimin belirlediği şekilde hastalara özel yemek pişirildiğini görüyoruz. Et'imei Ebu İshak adlı eski kaynakta da hastalar için çorba ve lapanın yağsız pişirildiğini öğrenmekteyiz. Özellikle 15. Yüzyıldaki perhiz yemeklerinin başında çorba gelmektedir. İkinci sırada onu lapa takip eder. Halk geleneğinde de asırlardan beri hasta olduğunda tuzsuz çorba ve lapa yemek adeti vardır. Bunun



yanında içecek olarak ayran, süt ve hoşaf suyu içilir. Hastalık olduğunda ağır ve karışık yemeklerden sakınmak çok eski ve yaygın bir gelenektir.

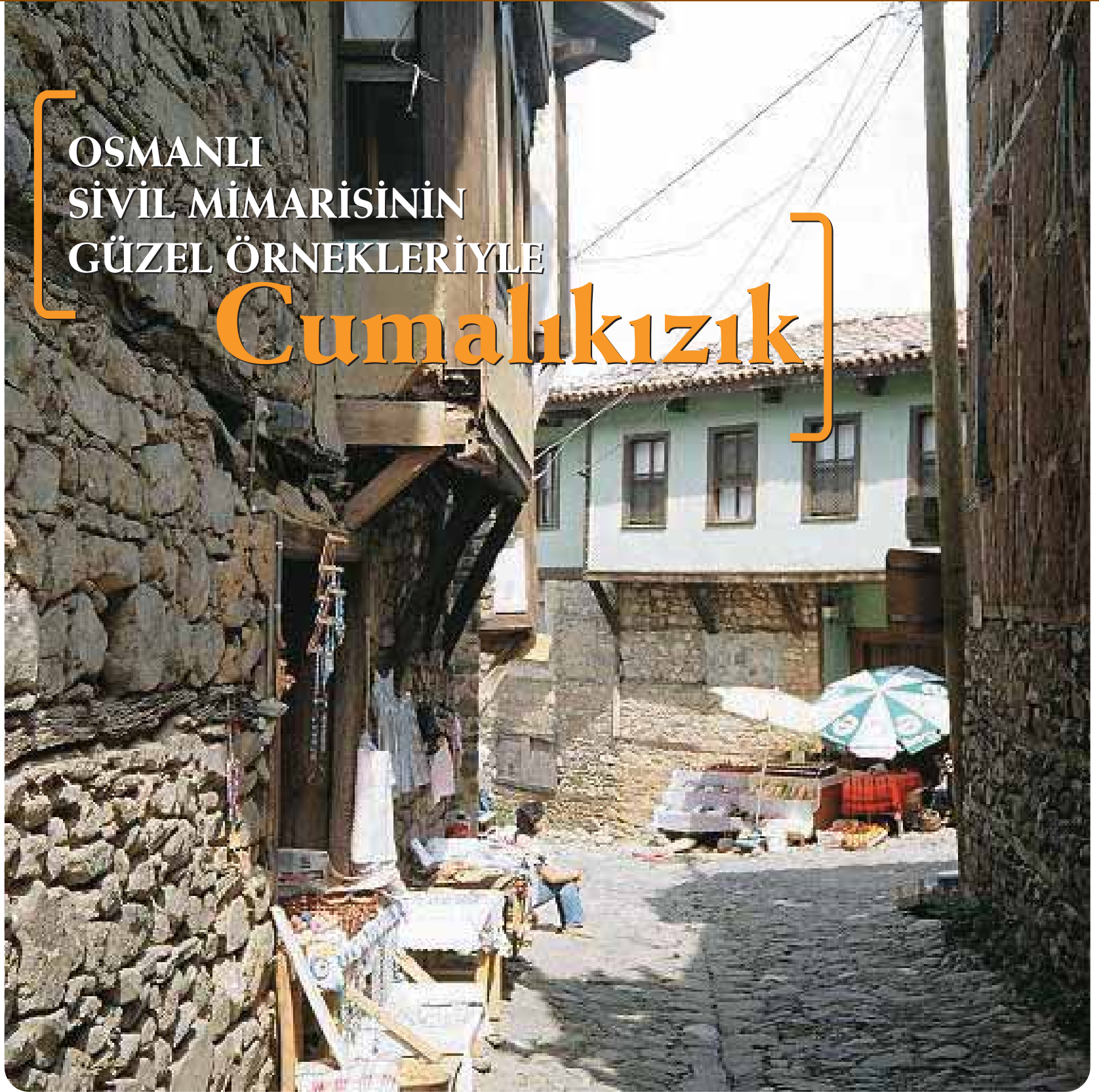
DOĞUDA HER DÖNEMDE  
HASTA OLAN KİŞİLERE  
HAFİF YEDİRMEK ESASTIR.  
ESKİ VE AMPİRİK TIBBIN  
BİLEREK YA DA  
BİLMEYEREK UYGULADIĞI  
BU YÖNTEM HAKKINDA  
AZ DA OLSA KAYITLI  
BİLGİLER VARDIR.



**Kaynak:** Prof. Dr. Shey nver, Fatih Devri Yemekleri,  
İstanbul 1952

OSMANLI  
SIVIL MİMARISİNİN  
GÜZEL ÖRNEKLERİYLE

# Cumalıkızık





**Cumalıkızık dedemin köyü. Gençliğinde Bursa'ya yerleşmiş ve köyle pek bağı kalmamış. Çocukken dedemin Cumalıkızık anılarını dinlerdik: Ne kadar çok kestane ağaçları olduğunu, nasıl Karagöz oynattığını, yumurta karşılığı çocuklara yaptığı fırıldak ve uçurtmaları, şimdi yerinde müze olan iki katlı güzel evlerini, Uludağ'ın eteklerindeki mağaraları... Cumalıkızık artık bir köy değil. 1987'de Bursa'nın Büyükşehir Belediyesi statüsü kazanmasıyla Yıldırım Belediyesi sınırları içinde bir mahalle oldu. Yaklaşık 700 yıllık bir tarihe sahip olan Cumalıkızık, Osmanlı kırsal sivil mimarisinin en güzel örneklerini günümüze taşıyor.**

Bursa'nın doğusunda, Ankara karayolunun 10. kilometresinde Uludağ eteklerine doğru sapan yol, 3 km sonra Cumalıkızık'a ulaşır. Asfalt biter ve kafanızı biraz yukarı kaldırıncaya Uludağ'ı görürsünüz. Kesme taş döşeli dar sokakları, güzel evleri, yaklaşık 300 yıllık camisi, hamamı, çeşmeleri, müzesi, anıt çınarları, doğallığı ve bozulmamış tarihi dokusu ile Cumalıkızık'tasınız. İçerilere arabayla devam edemezsiniz, otobüs durağının hemen arkasındaki okulun bahçesine arabanızı park edebilirsiniz. Bursa'da Heykel'den kalkan belediye otobüsleriyle de buraya ulaşabilirsiniz.

Girişte, Cumalıkızık hanımları özellikle hafta sonları küçük stantlarında kendi hazırladıkları yiyecek ve el işlerini sergiliyorlar. Yalnızca girişte değil, artık pek çok evin önünde rengârenk reçel kavanozları, tarhanalar, erişteler, salçalar, ev baklavaları, mevsimine göre ahududu, kızılçak, kiraz, kestane, dut ve başka meyveler var. Tüm bunlar işlemeli havlular, örtüler, danteller ve küçük hediyelik eşyaların yanında özenle dizilmiş, gelen misafirleri bekliyor.

Evlerin çoğu küçük işletmelere dönüşmüş. Dış kapıları ardına kadar açık. Hanımlar sokaktan geçenlere "içeri buyurun" diyorlar. Evlerinin avlusunda gözleme açıyorlar, öteki ev yemeklerinin satışını da kapı önünde veya avluda yapıyorlar. Cumalıkızık'ı ziyaret

edenler ayrı ayrı gözlemelerini yerken her köşesi tarih kokan mekânları inceleme fırsatı buluyor. Burada konaklama şansınız da var. Önceden Hatçe'nin yeri olarak bilinen Bulanlar Konak geçen yıl turizm belgeli bir işletme olmuş. Tam karşısında aynı adlı yedi oda kapasiteli bir pansiyonu var.

Cumalıkızık'ta geçtiğimiz üç yıl boyunca bir TV dizisi çekildi. Bulanlar Konak da dizide en çok gözüken mekânlardan biriydi. Cumalıkızık'ta yer alan bir başka pansiyon ise Mavi Çocuk. Daha yukarıda, Köy Kalkınma Kooperatifi'nin az üstünde. İki ayrı köy evinden oluşan bu pansiyonun altı odası var. Odalar, dolap içi banyo sistemi ve kış aylarında küçük sobalarıyla çok sakın ve otantik bir yer. Burada lezzetli ev yemekleri







Yiyebilir ve harika sabah kahvaltılarını yapabilirsiniz. Cumalıkızık'ın birçok evinde sabah kahvaltısı veriliyor. Bildiğimiz kahvaltılıklar burada daha leziz, ayrıca odun ateşinde pişmiş ekmeklerden, ahududu ve böğürtlen reçellerinden tatmakta büyük yarar var.

Bir zamanlar kestane Cumalıkızık'ın ana geçim kaynağıydı. Bugün ise daha çok ahududu yetiştiriliyor. 1998'den beri haziran ayında Ahududu Şenliği düzenleniyor. İlk şenliği 1992 yılında Yıldırım Belediyesi organize etmiş. 1997'de Büyükşehir Belediyesi'ne bağlı çalışan "Bursa Yerel Gündem 21 Cumalıkızık Koruma-Yaşatma Projesi" kapsamında gelişen etkinlik, ertesi yıl Ahududu Şenliği adıyla gelenekselleşmiş. Her haziran burada, "En İyi Ahududu", "Tarihi En İyi Yaşatan Ev ve Avlu" yarışmaları düzenleniyor, fotoğraf, resim ve karikatür sergileri açılıyor, şiir dinletileri, Karagöz, halkoyunları, ortaoyunu ve daha neler neler...

### **Cumalıkızık'ın Adı**

"Kızık"ın, Bursa yöresinde Yörüklerin kullandığı "derbent" anlamına gelen "kısık" sözcüğünden türediği düşünülmektedir. Cumalıkızık adının ise nereden geldiği konusunda birkaç farklı görüş var. Günümüze kadar gelen söylencelerden biri şöyle: Tokat civarında yaşayan Kayı Boyu'ndan olan Kızıklar, Karakeçili aşiretinin bulunduğu bölgeye göç etmişler ve Ertuğrul Gazi'den burada yerleşmek için yurt istemişler. Ama aşiret, Kızıkların bu isteğine karşı çıkmış. Ertuğrul Gazi de aralarında bir

düşmanlık olmasın diye Kızıklara Keşiş Dağı'nın (bugün Uludağ) eteklerinde bir yer göstermiş. İkisi de Oğuz boyuna mensup olan bu iki halk arasında sürekli dostluk sağlamak için de Kızık beyinin yedi oğlunu Karakeçili aşiretinden yedi kızla evlendirmiş. Yedi oğuldan biri olan Cumalibey ve ailesi bugünkü Cumalıkızık'a, Bayındır Bey Bayındırkızık'a, Dal Bey Dallıkızık'a, Fethi Bey Fethiyekızık'a (Fidyekızık), Hamlı Bey Hamamlıkızık'a yerleşmiş. Bu söylenceye göre Değirmenlikızık ve Derekızık'ın kimler tarafından kurulduğu bilinmemektedir. Cumalıkızık'ın adının önceden "Kızık Şihlar" olduğu da söylenir. 18. Yüzyıla ait kayıtlarda köyün adı Camilikızık olarak geçer. Çünkü bu dönemde buraya bir cami inşa edilir ve çevre köylerden insanlar buraya cuma namazı kılmak için gelir. Camilikızık'ın zaman içinde Cumalıkızık'a dönüştüğü düşünülmektedir.

### **Vakıf Köyünden Mahalleye**

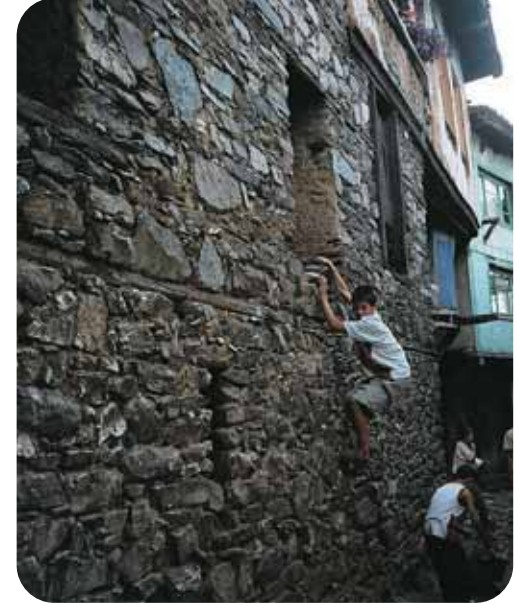
Cumalıkızık, muhtarlığındaki 1685 tarihli Vakfiye Belgesi'ne göre Orhangazi Vakfyesine bağlı bir vakıf köyü. Burası Osmanlıların Bursa'da ilk yerleştikleri bölgelerden biriymiş. 1326'da Orhan Gazi'nin Bursa'yı ele geçirmesinin ardından bölgeye yerleştirilen Oğuz boylarının en büyüğü olan Kayı Boyu'ndan Türkler burada yedi Kızık köyünü kurmuşlar. Bunlar içinde Dallıkızık ve Bayındırkızık bugüne kadar gelememiştir. Hamamlıkızık, Fidyekızık, Derekızık, Değirmenlikızık'tan farklı olarak yalnızca Cumalıkızık erken Osmanlı dönemi

konut dokusunu günümüze taşıyabilmiş. Bunun en önemli sebebi 1920-1922'de Yunan işgali sırasında burasının çevredeki pek çok köyün aksine önemli bir zarara uğramamış olmasıdır.

1920'lerden önce Cumalıkızık köylülerinin Gürsu yakınlarındaki Rum köyleri de olmak üzere çevredeki köyler ile ticaret yaptıkları bilinmektedir. Kurtuluş Savaşı'ndan sonra, Cumhuriyet'le birlikte köyde toplumsal yaşamda çeşitli gelişmeler olmuştur. 1926'da köyde bir ilkokul açılmış ve civar köylerden çocuklar da burada eğitim almaya başlamışlardır.

1940'lara gelindiğinde köyün temel geçim kaynağı olan kestane ağaçlarında bir hastalık baş göstermiş ve sonraki yıllarda da önüne geçilememiş. Böylece tarımdan elde edilen gelir hızla azalmaya başlamış. Bu da nüfusun önemli bölümünün, özellikle de gençlerin Bursa'ya göç etmesine neden olmuş. Sonraki dönemlerde köyde kalanlar yine geçimlerini tarım ve hayvancılıkla sağlamaya devam etmişler. Ama zamanla, merkeze yakınlığına karşın unutulmuş ve fakir bir yerleşim yerine dönüşmüş.

1980'de Anıtlar Yüksek Kurulu tarafından koruma altına alınan Cumalıkızık, 1981'de kentsel ve doğal sit alanı ilan edildi. 1983'te Ağa Han Vakfı ve Mimarlar Odası köyü koruma için proje yarışması açtı. Ardından çeşitli üniversiteler burada araştırma yapmaya başladı. 1987'de Cumalıkızık, Bursa'nın Büyükşehir statüsü kazanmasının ardından Yıldırım Belediyesi'ne bağlı bir

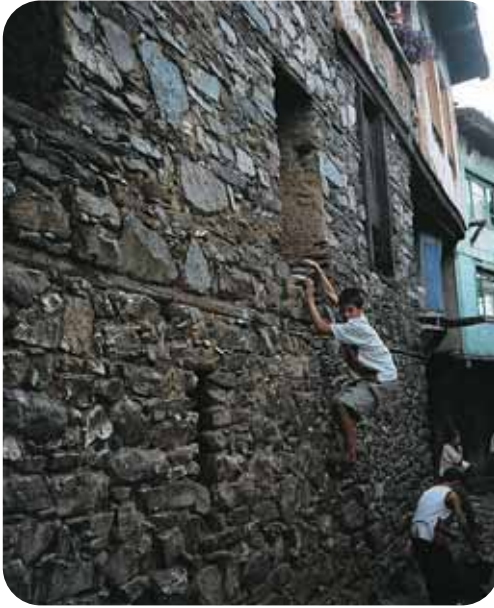


**Fotoğraf:** Şule Gönülsüz



mahalle oldu. Böylece belediye hizmetlerinden yararlanmaya başlayan Cumalıkızık'ın geliştirilmesi ve geleceğe taşınması için çalışmalara hız verildi. 1997 sonunda ise "Bursa Yerel Gündem 21 Cumalıkızık Koruma-Yaşatma Projesi" başlatıldı.

Bursa Büyükşehir Belediyesi ve Bursa Tophane UNESCO Gençlik Derneği'nin öncülüğünde yürütülen projeyi, yerel yönetimler, çeşitli Sivil Toplum Kuruluşları, üniversiteler, köy temsilcileri, gönüllü firma ve bireyler desteklemektedir. Cumalıkızık'ı koruma-yaşatma hedefiyle oluşturulan proje, yapılardaki tahribatın önlenmesi, altyapı sorunlarının giderilmesi, ekonomik yaşamın canlandırılması, ekolojik tarım ve ev-el ürünlerinin geliştirilmesi, "koruma" kültür



ve bilincinin oluşturulması gibi çalışmalarını içermektedir. Öncelikle Cumalıkızıklıların bilinçlendirilmesi ve kendi yerleşimlerinde ekonomik olarak güçlenmeleri için bir dizi eğitim çalışmasına başlanmıştır. Hanımlara gelir sağlayıcı çeşitli kurslar açılmıştır. Zaten Cumalıkızık'ta, Türkiye'nin çoğu köyündeki gibi, hemen her şeyi kadınların yaptığını söylemek yanlış olmaz.

Cumalıkızık'ta sivil mimari örneği olarak tanımlanan 270 ev var, bunların yaklaşık 180'i kullanılmakta. Evler kentsel koruma alanı kapsamında olduğu için yıkımı veya tamiri söz konusu değil, yalnızca aslına uygun restore edilmesine izin var. Büyükşehir Belediyesi ve Bursa Mimarlar Odası'nın satın aldığı, restorasyonu yapılmış veya devam eden birkaç ev dışında çoğunun durumu iyi değil. Yıllardır Cumalıkızıklılar evlerine "bir çivi bile çakamamaktan" şikâyetçi. Restore ettirmeleri için de paraları yok "yıkılıncaya kadar oturacağız" diyorlar. İşte bu yüzden Cumalıkızık Koruma-Yaşatma Projesi'nin daha çok kaynak ve destekçiye ihtiyacı var.

### **Cumalıkızık Evleri ve Sokaklar**

Cumalıkızık bir yamaca kurulmuş. Sokakları taş döşemeli, kaldırımsız, yaya, binek hayvanları ve at arabalarının geçebileceği genişlikte yapılmış. Cin Aralığı ise 55-60 cm genişliğinde, yalnızca bir insanın geçebileceği darlıkta. Evlerin cepheleri beyaz, sarı, yeşil, mavi, çivit mavisi, mor ve bunların tonlarıyla boyanmış, pencerelerde saksılar içinde renk renk çiçekler... Sokak taşları iki yandan hafif eğimle ortada birleşecek şekilde döşenmiş

ve buradan hemen her zaman kaynak suları akıyor. Evlerin arasından akan suların, tepeden ayarlanan bir mekanizmayla farklı sokaklardan geçmesi sağlanıyor. Bu sayede Cumalıkızık sokakları hep temiz ve ferah. Evler iki veya üç katlı olup çoğu yüksek avlu duvarlarıyla çevrili, pencereler üst katlarda kafesli ve cumbalıdır. Sokaktan bakıldığında evlerin içi gözükmez. Temel yapı malzemeleri taş, ağaç ve kerpiçtir.

Duvarlarda kerpiç ve çamur sıva vardır. Sıvalı bölümler çeşitli renklerde boyanmış, ahşap bölümler kendi renginde bırakılmıştır. Evlerin dış kapıları çift kanatlıdır ve genelde ceviz ağacından yapılmıştır. Kapılarda dövme demirden ilginç kapı kulpları ve tokmakları vardır. Birçoğunda Anadolu'daki benzerleri gibi gelenin kadın mı erkek mi olduğunun anlaşılması için farklı sesler çıkaran ikişer tokmak bulunmaktadır.

Cumalıkızık evleri iki tip planla inşa edilmiştir. Birincisinde etrafı yüksek duvarlarla çevrili dış avludan hayat ve ev kapısına girilir; ikinci tip evlerde dış avlu yoktur, doğrudan hayat kısmına girilir. Hemen her evin içinde avludan geçilen bir iç bahçe bulunur. Hayat bölümünden iç avluya, ahıra, kümese, depolara, mutfığa, tualete ve ahşap merdivenlere geçilir. İç avludaki fırında ekmekler, börekler, çörekler pişirilir, kazanlarda pekmezler kaynatılır. Çamaşırlar burada yıkanır ve kurutulur. Üst katlarda odalar ve sofalar yer alır. Evlerin ısınması ocaklarla sağlanmıştır.

Evlerde alt katlar kışlık olarak ayrılmıştır.



Burada yatak odaları, oturma odaları, banyo ve ocaklar yer alır. Üç katlı olan Cumalıkızık evlerinde ikinci kat yazlık olarak kullanılır. Bu katta odalar, sofalar, eyvan, sekiler ve uzun sedirler sıralanmışlardır. Üst katta ise baş oda denilen minderli yastıklı seki ve sedirlerin bulunduğu daha rahat oturmaya elverişli odalar bulunur.

Cumalıkızık'a fazla beklentiyle gidenler veya orada tarihi ve ayrıntılardaki güzelliği hissedemeyenler "içinde eski evler olan bir köy işte..." diyebilirler. Bu bir bakıma doğru, içinde eski evler var ama kaçımız yaşamında 700 yıllık bir evin içinde bulunmuştur? Bu evlerde sürekli yaşayan ve başka gönüllülerle birlikte burayı gelecek kuşaklara da yaşatmak isteyen insanlarla tanışmak, onlara destek olmak için Cumalıkızık'ı gidip görün. Üstelik burası büyük kentlerin karmaşasından uzaklaşmak, Uludağ'ın eteklerinde sakin, temiz ve doğal bir ortamda biraz kafa dinlemek için biçilmiş kaftandır.

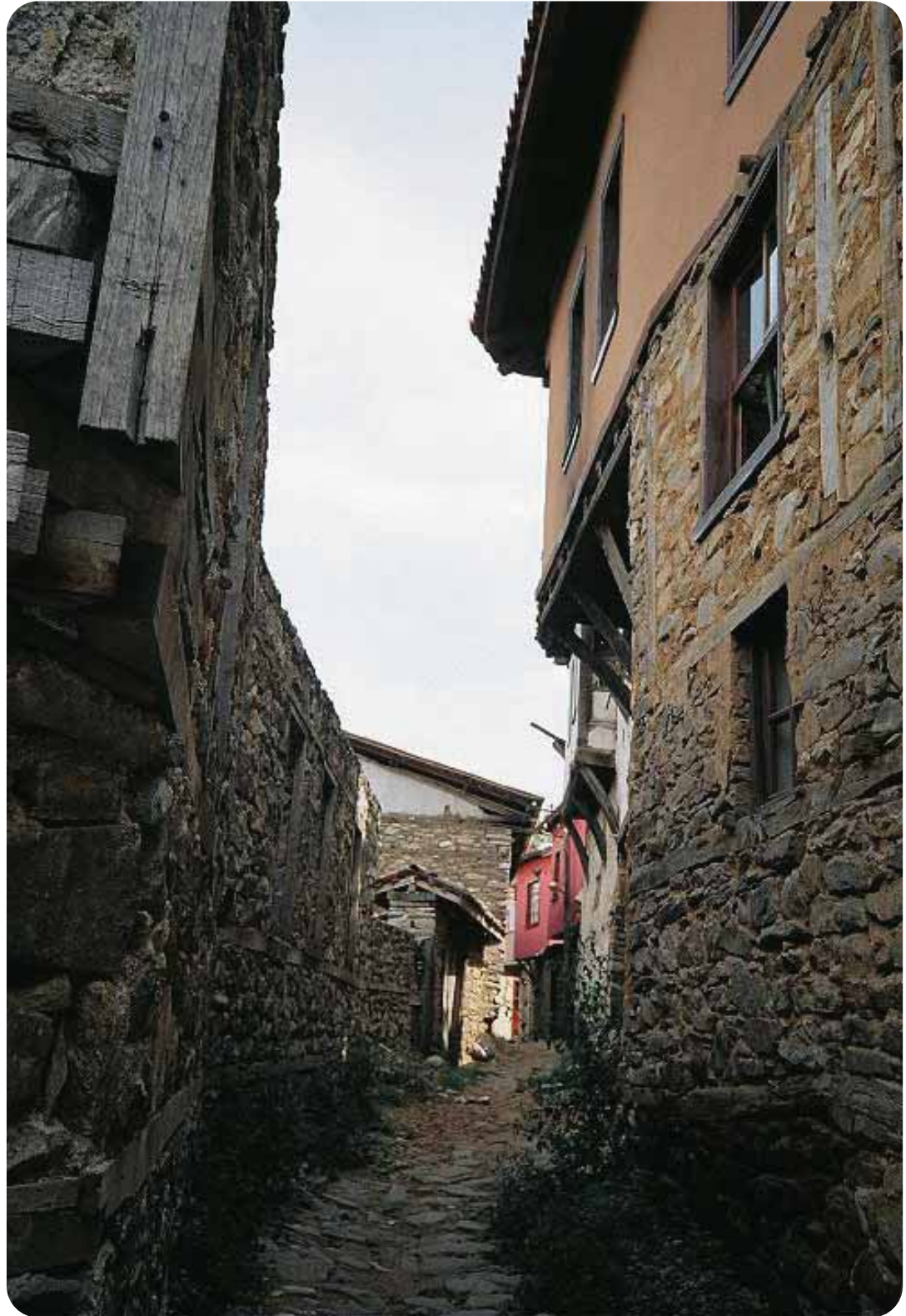
#### **Nerede Kalınır?**

##### **Bulanlar Konak Pansiyon**

Tel: 0224 372 48 69

##### **Mavi Boncuk Konukevi**

Tel: 0224 373 09 55







## BEDEN PERKÜSYONU ya da KeKeÇa

Sahnedeki adam, salonu dolduran yüz kadar yetişkine “başlıyoruz” dedi, “hata yapmaya hakkınız var, sonra düzeltmeye de...” ve ritmi verdi: “Dum şık şak, dum dum şık şak...” Salon, yavaşça ritme uydu. Dum’la göğüs kafesi, şık’la parmaklar, şak’la avuçlar, kalabalık bir orkestranın enstrümanları gibi ses vermeye ve tempoyu yakalamaya başladı. Az önce koltuklarında oturarak ciddiyle konuşmaları izleyenler, şimdi yüzlerinde bir gülümsemeye ayakta, bedenlerini bir vurmali saz gibi çalıyor ve ortaya çıkan çoksesli ritme uyarak coşkuyla salınıyorlardı. Birkaç dakika içinde uyum yakalanmış, sabah o salonda toplandıklarında çoğu birbirini tanımayan katılımcılar, hem çalan hem çalınan olarak, birlikte ürettikleri müziğin parçası olmuşlardı.

Müziyen ve eğitimci Tugay Başar, beden perküsyonuyla tanıştırdığı insanların yüzüne yerleşen gülümsemeye hayli alışık. Şirket eğitimlerinde, öğretmen eğitimlerinde, özel grup çalışmalarında veya kurduğu “KeKeÇa Ensemble” müzik topluluğunun performanslarında ortak gözlem, ritimle birlikte gelen rahatlama duygusunun neredeyse bulaşıcı olduğu. Başar, “Beden perküsyonuna başladıktan kısa bir süre sonra

ihtiyaç varsa, esnemeler, gülmeler geliyor. Birçok katılımcı, çok rahatladım, baş ağrım geçti, hiç bu kadar gülmemiştım diyor. Kimileri, yeniden resim yapma isteği duyuyor” diye aktarıyor gözlemlerini. Bir öğrencisinin ifadesiyle, “beden perküsyonu, esnemenin ve gülmenin yasak olmadığı ülke.” Başar, yaşamını hepsi müzikle ilgili birçok alan üzerine kurmuş. Çocukluğunda odasına kapanıp bir oyun duygusuyla saatlerce üflediği flüt, yıllar içinde zenginleşip yavaş yavaş su yüzüne çıkan ve şimdi daha çok insanla paylaştığı birikiminin ilk adımlarını oluşturmuş. Adnan Saygun’un öğrencisi, Mimar Sinan Üniversitesi Devlet Konservatuvarı’ndan mezun bir etnomüzikolog; miskal (panflütü), okarina ve birçok nefesli saza hâkim, zaman içinde yolu Ezginin Günlüğü, Uçan Halı, Bezmara müzik gruplarıyla ve şimdilerde “Ve Diğer Şeyler” adlı tiyatro topluluğuyla kesişmiş bir sanatçı; bir özel okullar grubunun müzik ve hareket eğitmeni; Orff Schulwerk Eğitim ve Danışmanlık Merkezi eğitmeni; çocuklarla ve yetişkinlerle çalışan bir uzman; beden perküsyonunu tanıtan, kişisel gelişim programlarından sahne performanslarına kadar uygulayan, uygulatan ve kariyerini



Nadire Şatıroğlu





Timuçin Gürer



Fotoğraf: Erkan Cerit arşivinden

zengin bir çeşitlilik içinde geliştiren bir müzik adamı. Önümüzdeki kış, ilk solo albümü çıkıyor. Söyleşimiz sırasında kısmen dinlediğim, henüz adı konulmamış bu albüm beni, içinde puhu kuşlarının öttüğü rüzgârlı, ıssız vadilerden doğanın tüm ritmini barındıran sık ağaçlı ormanlara sürükledi. Bazen mistik duygulara, bazen bir Şaman dansının akışına kapıldım.

“Akış, anı yaşamak ve farkındalık”, Başar’la sohbetimizin anahtar sözcükleriydi.

Ona göre, salt sonuç odaklılık, insanı nefes nefese bırakıp anı yaşamayı kaçırtan bir şey. Doğrusu, verilmiş bir randevuya on dakikalık yolu, yürüyüşün kendisi olarak yürümek. Yolumuz Boğaz’dan geçecekse, Boğaz’la randevumuzu da hesaba katmak. Çünkü her anın fark edilesi bir anlamı var ve süreçlerin keyfini çıkararak yaşadığımızda sonuçlar kendiliğinden gelir. Tıpkı her durumda kendi yolunu bulup akarak denize ulaşan su gibi.

20 yıldan fazladır çocuklarla çalışan Başar’ın yolu, 1997’de Avusturyalı Orff eğitmeni Ulrike E. Jungmair ile kesiştiğinde, Orff pedagojisi ile tanışmış ve “işte kendim kalarak var olabileceğim bir akış” demiş.

Katıldığı kursta, Orff’u bilmeden önce de eğitimlerinde kullandığı müzik, dil ve hareket yöntemleriyle, anlamlı bir bütün içinde karşılaşmış. 2000 yazında, Salzburg’daki Orff Enstitüsü’nün düzenlediği kursa katılmış. Eğitim aracı olarak her türlü hareketi, dansı, sesi ve müzik aletini kullanmayı ve böylece insandaki yaratıcılığı ortaya çıkarmayı

amaçlayan Orff pedagojisine ilişkin birçok dersle birlikte, bu disiplinin alt birimlerinden olan beden perküsyonunu görmüş ve büyülenmiş. “İnsan kendini yüzünde bir gülümsemeye üç saat ‘dövebilir’ mi, gerçekten sevmeli ki...” diyor.

Beden perküsyonu, Başar’ın adlandırmasıyla “Kendin Kendini Çal” veya kısaca “KeKeÇa”, hareketlerde simetrinin artmasıyla dokunuşma ve bütünlük duygusunu artıran bir etkiye sahip. İnsan kendi bedenini bir müzik aleti gibi çalmaya başladığında, her şeyden önce, kendisine dokunmuş oluyor ve fiziksel bir değişim başlıyor. Şöyle anlatıyor Başar: “Duygular karışık olabilir, ama dokunduğumda farkındalık başlıyor.

Bak, ben, dokunuyorum, burada ve şimdi... Çalışmaların bir yerinde dikkat kaydırmaları yapıyoruz. Doğal bir el çırpımda başlatıcı eylem, sağlaksak sağdan geliyor, solaksak soldan. Bunun tersini denediğimizde çok yabancı. Ciddi bir asimetri söz konusu.

Bedenimizin bir sağ ve sol, bir de üst ve alt bölümü var. Şehir hayatında bunun çok azını kullanıyoruz. Masa başında, otomobillerde, hareket azalıyor. Kala kala, bedenimizin dörtte biri kalıyor, bunun da tamamı etkin kullanılamıyor. Beden perküsyonu, ellerle ayakların, kollar ve bacaklar da dahil, birbiriyle ilişki içinde harekete geçmesi, ses çıkarması. Bu sesler içimizden geçerek, bizim malımız olarak dışarı çıkıyor. Sağ ve solun, alt ve üstün ilişkisi gündeme geliyor. Herhangi bir zorlama olmadan beden öğrenmesine izin veriliyor.” Başar’ın beden perküsyonuna

bağlanmasındaki en önemli nedenlerinden biri, herkesin yapabileceği bir şey olması, birlikte veya tek başına. Beden, herkesin yanında taşıdığı bir enstrüman, üstelik fırsatlar ve zengin tınılarla dolu. Neden kullanılsın ki?

Başar, KeKeÇa çalışmalarında kendine dokunmanın anlamı üzerine birkaç uygulama da yaptırıyor, kendine sarılmak gibi.

“Kendimize değil, daha çok başkalarına dokunuyoruz. Oysa bu bir zenginlik. Niye şefkatini kendisinden esirgesin ki insan?

Bedenimizin döngüleri, ritimleri var.

Kalbimizin atışını, nefesimizi, kanımızın damarlardan akışını ne kadar fark ediyoruz?

Bunlar uzak ve hissedilemez gibi geliyor.

Rahatlasak, bunları hissedebiliriz.

Dışarıda olup bitene, acil olana odaklanmış durumdayız. Acelemiz olmadığına verimimizin daha çok arttığını bir anlayabilsek.”

Başar, projelerle dolu. “Yoldayım, daha yapacak çok işim var” diyor. Pusula Danışmanlık bünyesinde Klinik Psikolog Dr. Sema Süvarioğlu ile PROBEN (Profesyonel Baskı Eritme Noktaları) adlı bir program geliştirmişler. Bu programın ilk modülü, stres ve motivasyon için tasarlanan “Ben Ritim” beden perküsyonu, perküsyon, dans, çeşitli ritim oyunları, derin dinlenme egzersizleri barındırıyor. Müzik terapisi yaptığı sekiz yılını ağırlıklı olarak otistik çocuklarla geçiren, son yıllarda kişisel gelişimle de ilgilenen, yirmi yılını eğitime ve neredeyse bir ömrü müziğe adayan Başar,

ilk fırsatta sağır-dilsiz çocuklarla beden perküsyonu çalışmak istiyor. Projelerinden biri de, yıl boyunca düzenleyeceği, herkese açık atölye çalışması. Katılımcılar, beden perküsyonu öğrenecek ve birlikte performans yapabilecek. İki yıldır Timuçin Gürer ve Nadire Şatıroğlu ile götürdüğü “KeKeÇa Ensemble”ın da yıl boyunca gösterileri olacak.

KeKeÇa'nın yolu açık ve Tugay Başar'ın deyişle, ritminizin şefkati üzerinize olsun...

**Tugay Başar Müzik Atölyesi 0212.325 87 63**

“AKIŞ, ANI YAŞAMAK VE FARKINDALIK”, TUGAY BAŞAR'LA SOHBETİMİZİN ANAHTAR SÖZCÜKLERİYDİ. ONA GÖRE SALT SONUÇ ODAKLILIK, İNSANI NEFES NEFESE BIRAKIP ANI YAŞAMAYI KAÇIRTAN BİR ŞEY.





# [ Üç Şehir Üç Pazar ]



Amasra: Kadınlar alışverişte.



## AMASRA, SAFRANBOLU ve BUDAPEŞTE

Arka arkaya gidilmiş üç şehir. Özel seçilmiş değil. Tesadüf sadece. Ama her şehir gibi ruhları farklı birbirinden... Şehirlerin kişilikleri var. Soluk alıp veriyorlar aslında. Kalpleri de atıyor. Bu can; binalarında, coğrafyalarında, iklimlerinde, müzelerinde değil sadece... Asıl soluk ve kalp atımı insanların doğasında. Onlar yarattılar bu şehirleri... Peki onlar en yoğun olarak nerede?! Tabii ki halk pazarlarında. O halde açık halk pazarlarını gezmek, o şehrin ruhunu solumak değil mi?

"Alakaya çay demle" deriz ya; **Amasra, Safranbolu ve Budapeşte bu üç şehir.** Dedik ama değil mi, sadece tesadüf bu. O kış ki seyahatlerimiz oralara isabet etmiş diyelim... Haftada bir gün kurulan açık hava halk pazarlarında insanlar alışveriş yapıyorlar ve karın doyuruyorlar. Sohbet ediyorlar. Pazarlık ediyorlar. Ve de her pazarda o yöreye ait nesnelere ve yiyecekler satılıyor. Satıcıların bağırışlarının tonu, yiyeceklerin çeşidi, pazarlık raconu, sokaklarda gezen halkın tavırları, sohbetlerin yoğunluğu değişiyor şehirden şehire...

**Amasra'dayız...** Hava beş derece. Sert rüzgâr var. Pazar kuytuda. Satıcıların çoğu kadın. Yüzleri soğuktan morarmış. Tezgâhların başına geçip fotoğraf çekiyoruz. Bir yan tezgâhtaki erkeksi yüzlü kadın

kıskanıyor "-beni de çeksenize evladım" diyor. "Tabii teyzeciğim" diyoruz. Ama sonu gelmiyor bu kıskançlığın... Hepsini çekiyoruz sıra sıra. Dijital olunca makina masrafsız ya. Hepsi de adres veriyor saf saf, fotoğrafları göndereceğimizi zannedip. Sabırla not ediyoruz adresleri, serde nezaket var ya. Kendi evlerinde yaptıkları veya komşularına yaptırdıkları yiyecekleri satıyorlar. Neler yok ki; her çeşit turşu, dağ çileği dahil her çeşit reçel, tarhana, makarna, şehriye, erişte, yeşil yöresel otlar, kurutulmuş her derde şifa ot ve baharatlar, Türkiye'nin en iyi şimşir kaşıkları, tahta oyuncaklar, ahşap beşikler... Birine diyoruz ki, "-teyzeciğim, bu turşuları plastik petlere koymuşsun, bu sağlıklı değil ki". O da şunu diyor: "- yavrum biz yıllardır bunu yaparız kanserden ölmedi birimiz"... Kadınlar dedikodu yapıyorlar aralarında. Bizle de paylaşıyorlar bunları. "Na şu ilerdeki tezgâh var ya! Rukiye karısının. Koca .... hiçbir haltı beceremez. Kocasını da boşadı bunu. Hiç birimiz konuşmayız. Siz konuşun bak, iyi bi karı zannedersiniz. Cadalozun biridir. Biz biliriz onu. Erişteleri ishal etmiş birilerini. Arkası büyük turistlerden biri aramış belediyeyi, hıfsı sarraf mıdır (hıfsıssıhha demek istiyor) nedir orada tahlil etmişler de, kapattılar bu cadalozun tezgâhını iki ay. Salak tabii bu.



**Amasra:**

(Üstte) Satıcı kadın soğuğa rağmen tezgâhının nöbetinde.  
Turşu, reçel erişte, tarhana satan kadın (altta).



#### Safranbolu:

(Üstte) Pazar yerinde bir dükkânın önüne kurulan fasulye sergisi. Pazar tezgâhında sergilenen kurutulmuş süs kabakları ve mısırları (altta).

Annesi de rahmetli bundan bi halt olmaz derdi. Bu, güneşte iyi kurutmaz erişt eyi. Yeter diyip torbalara doldurur... Mikrop ürer tabii..."

**Budapeşte'deyiz...** Hava iki derece. Bu sefer rüzgâr yok. Ama soğuk dondurucu. Pazar yerindekiler morarmamışlar. Çünkü onlar daha soğuğa alışıklar. Tezgâhlar bizdeki gibi değil. Ahşap barakalarda. Orada da neler yok ki: seramikler, ev yapımı sabunlar, koleksiyoncular için cilalanmış taşlar, deri çantalar, yiyecek için domuz ürünleri, çeşit çeşit sucuklar, müzik gösterisi yapanlar, palyaçolar, sokakta çocuk tiyatroları, mum satıcıları... En özeli de sıcak şarap satıcıları. Sıcak şarap satıcıları, küplerde şarap satıyorlar. Kepçelerle alıp plastik bardaklara döküyorlar bu mucizeyi. Küplerin altında kısık ateşle ocak yanıyor. Kışın soğuşunda dumanlar tütüyor bu küplerden. Eliniz yanmasın diye, iki veya üç plastik bardağı iç içe geçirip alıyorsunuz bu nektarı. İki tercihiniz var. Beyaz ve kırmızı şarap. Bunları herkes alıyor orada. İçi ısınıyor halkın ve gevşiyorlar alışveriş için. Kafa biraz kıyak olunca aylık bütçe filan göz ardı oluveriyor birden. Kırmızı sıcak şarabın tarifini veriyor bir pazarıcı. Aslında hiç biri vermiyor da, sarhoş biri veriyor. O da Türkiyeli olduğumuzu öğrenince... Diyor ki: "Türkiye Müslüman bir ülke, Macar sıcak şarabının sırrı orada işe yaramaz". Biz de içimizden sana öyle geliyor diyerek tarifini alıyoruz. Tarif şu: Bir litre kırmızı şarap tencereye dökülür; iki karanfil, bir orta boy kabuk

tarçın, üç tane karabiber, iki çorba kaşığı toz şeker katılır ve kısık ateşte kırk dakika pişirilir. Sıcakken içilir. Sıcak beyaz şarapta tarçın yok, şeker de bir çorba kaşığı...

**Safranbolu'dayız...** Hava -1 derece. Buradaki insanlar kara iklimine alışık. Satıcılar da morarmamışlar onun için. Kar atıştırıyor ara sıra. Soğuk olduğu için eksik tezgâhlar varmış pazarda. Burada da neler yok ki: çeşitli renklerde kurutulmuş mısırlar, kurutulmuş süs kabakları, en başta kokulu küçük yabani çileklerden ve kızılıktan mamul ev reçelleri, kurutulmuş yöresel kekikler, her boyda ve lezzette kuru fasulyeler, salkım salkım kuru bamyalar, kurutulmuş salkım salkım kırmızı biberler, küçük keselerde hakiki safranlar (safran buranın adını verir) ve de yörenin mezesi... Safranbolu'nun mezesini, kasabalı ve köylü kadınlar yaparak kavanozlarda satıyorlar. Adı yok, "meze" deniyor sadece. Bu mezenin tarifini bir pazarıcı kadından alıyoruz; "–duymasın öbür karılar gebertirler beni, Türkiye'de kimse bilmez de, bu kavanozları bizden alırlar sadece" diyor, tarifini aldığımız kadın... Tarif de şu: 1 kg. havucu kabuğunu soyarak rende. On diş sarımsağı havanda döv ve ekle. Bir su bardağı kadar çuşka biberi turşusunu ekle. İki su bardağı turşu suyu ekle. Yarım kilo kırmızı gamba biberini (sivri kırmızı dolmalık biber) haşla ve kabuklarını soyup ince ince şeritler halinde doğra, hepsini karıştır, son olarak bir su bardağı sirke ve iki limon suyunu ilave et. Daha da nihayetinde bir tatlı kaşığı tuz

eklemesiyle beraber, kavanozdaki içeriğin üzerine bir parmak çıka cak kadar zeytinyağı kat. Zeytinyağını da paran varsa sızma olarak kat... Pazarda yörenin kültürüne uygun nazar boncukları da var. Her şey nazarlık orada. Terliğe işlenen nazarlık camlar, at nalı şeklindeki camlar, kalp ve balık şeklindeki nazarlıklar ve daha hayalinize bile uğramayanlar....

**İşte üç şehir üç pazar. Üç ayrı ruh. Üç ayrı zevk. Üç ayrı damak tadı. Üç ayrı üretim. Üç ayrı dizayn. Üç ayrı gürültü. Ve üç ayrı insan...**

**Budapeşte:**

Pazar yeri barakasinda seramikler



**Budapeşte:**

Domuz çevirme, sosis ve domuz şiş ızgara.



**Budapeşte:**

Kazanlarda domuz çorbası, küpte sıcak şarap...





# FORMULA-1 Rüzgârı



**İstanbul Park pistinden F1 rüzgârı geçti. Kimi televizyonların başında, kimi pistin çevresindeki “beleş tepeler”den, kimi tribünlerden seyretti yarışı; kimi biletleri olduğu halde yoğun trafik yüzünden bu gösterinin büyük bölümünü kaçırdı. Yarışı ise Kimi Raikkonen kazandı. Fernando Alonso ikinci, Juan Pablo Montoya üçüncü oldu. Ünlü pilot Michael Schumacher ise, yarış dışı kaldı.**

Dünyanın en önemli organizasyonlarından biri olarak biliniyor Formula 1 ya da F1 dediğimiz yarış. Bu önem, yalnızca en heyecanlı ve izleyicisi çok olan bir spor etkinliği olmasından gelmiyor. Bu yarışın yapıldığı ülkeye parasal getirisi ve ülkenin tanıtımı da bu önemi belirleyen etmenlerden biri. Düşünün, F1 yarışlarını televizyonlardan göstermeyen ülke neredeyse yok ve bu yarış, canlı yayınlarda yüz milyonlarca insan tarafından izleniyor. Haliyle “F1 Türkiye” de öyle oldu. İstanbul Park pistinden bütün dünyaya canlı olarak yayımlandı; tahminen iki milyar kişi izledi ve Türkiye adını neredeyse duymayan kalmadı. Zaten F1’in, ülkenin tanıtımı ve turizmi açısından çok önemli olduğu ileri sürülüyor. Bir araştırmaya göre, bu yarışları izleyen iki milyar kişinin

yüzde 0,2’si, yarışmanın yapıldığı ülkeye sonradan turist olarak gidiyor. Ayrıca yarışmaları izleyen kitlenin yüzde 77’si, başka ülkelerden geliyor ve bu kişiler gittikleri ülkede günde 325 dolar harcıyor. F1 Türkiye, 19-21 Ağustos tarihlerinde yapıldı ve yaklaşık yüz bin kişi tribünlerden izledi. Kaç yabancı gelmiş olabileceğini, yaklaşık kaç gün İstanbul’da konakladığını varın siz hesaplayın. Bu arada, gelecek yıllarda ayrıca gelebilecek turist kitlesini de unutmayın.

Peki, bu kadar önemli sayılan bir yarış olan F1 nedir? Biz buradan başlayalım anlatmaya. Sonra İstanbul Park pistinden ve buradaki yarıştan söz edelim.

Yazımızı, F1 bayraklarının diliyle bitirelim.

### **F1 NEDİR?**

F1, en genel anlamıyla bir tür otomobil yarışıdır. Ama otomobil yarışları içinde, gerek yarış pisti, gerekse kullanılan araçlar ve kuralları açısından belki de en özel olanıdır. F1, daha özele inildiğinde Grand Prix yarışlarından biri olarak bilinir. Grand Prix’nin özelliklerinden biri, trafiğe kapatılmış yollarda ya da benzer koşulları taşıyan parkurlarda yapılıyor olması. F1, ilk kez 1950 yılında yapılmış ve o yıl yarışı Alfa



**F1, EN GENEL ANLAMıyla BİR TÜR OTOMOBİL YARIŞIDIR. AMA OTOMOBİL YARIŞLARI İÇİNDE GEREK YARIŞ PİSTİ, GEREKSE KULLANILAN ARAÇLAR VE KURALLARI AÇISINDAN BELKİ DE EN ÖZEL OLANIDIR.**

Romeo pilotu Guisepppe Farina kazanmış. Bildiğiniz gibi F1 yarışlarında kişisel olarak yalnızca pilotlar değil, aynı zamanda markalar yarışıyor. İstanbul yarışını kazanan Kimi Raikkonen, McLaren-Mercedes pilotuydu örneğin. F1 yarışını en çok kazanan pilot ise, İstanbul'da yarış dışı kalan Michael Schumacher olmuş ve tam yedi kez dünya şampiyonu olarak kürsünün en yüksek yerine çıkmış.

F1 yarışları, bir sezon boyunca değişik ülkelerde yapılıyor ve bu yarışlardaki sıralama sonunda dünya şampiyonu ortaya çıkıyor. Türkiye, Formula 1 ilk kez düzenledi ve bu yarışı düzenleyen 26. ülke oldu.

Hatırlarsanız, Türkiye Grand Prix'i 21 Ağustos'ta yapıldı ve yukarıda da söylediğimiz gibi, bu yarışın pisti İstanbul Park pistiydi. Sanırım şimdi, uzun süre yarış tarihine yetişip yetişemeyeceği tartışılan İstanbul Park pistinden söz etmeliyiz.

## **İSTANBUL PARK PİSTİ**

Türkiye F1 takvimine alınca, İstanbul Park pistinin yapımına başlandı. Pistin temeli atılırken takvimler 10 Eylül 2003 tarihini gösteriyordu. Yarışın hemen öncesinde tamamlanan pist, 2.215.000 metrekare bir alana kurulu. Pistin mimari Herman Tikle, pisti saat yönünün tersine koşulacak biçimde tasarlamış. Zaten yarışa katılan pilotlar da bu özelliği dolayısıyla pisti ilginç ve zorlu bir parkur olarak nitelediler. Pisti ilginç kılan inişleri ve rampaları dışında 13 de virajı var. Daha deneme sürüşlerinde bu virajlardan sekizincisinin tehlikeli ve sürprizlere açık bir

viraj olduğunu söylemişti pilotlar. İstanbul yarışında ciddi kazalar olmadı, ama bu virajdan sürüş parkuru dışına çıkan pek çok pilot oldu.

Yarış pistinin uzunluğu 5.378 metre ve İstanbul yarışı 58 turdan oluşuyordu. Yani pilotlar yarışı tamamlamak için bu pisti elli sekiz kez turladılar. İstanbul Grand Prix'inde en hızlı tur zamanına Kolombiyalı pilot Juan Pablo Montaya imza attı. Montaya, 1.24.770'lik derecesiyle en hızlı tur zamanına sahip oldu. Bu pisti bir buçuk dakikanın altında turlayan Montaya, aynı zamanda en yüksek hıza ulaşan pilottu. Bu hız saatte 330.3 kilometre olarak tespit edildi. Bu arada pistin genişliğinin de 14-21,5 metre arasında değiştiğini belirtelim. Pistin genişliği, hem sürüş kolaylığı sağlaması, hem de diğer araçları geçme açısından önemli. Birkaç tribünü bulunan İstanbul Park pistinin toplam seyirci kapasitesi yüz otuz bin. Yarışları ise, yaklaşık yüz bin biletli seyirci izledi. Bu yarışları izleyenler arasında sinema oyuncularını Ursula Andress ve Bo Derek, ünlü boksör Mike Tyson da vardı.

## **F1'İN BU SEZON TARİHİ**

Formula 1, bir sezonda değişik ülkelerde yapılan yarışlarla sona eriyor. İstanbul'daki yarış, on dördüncü yarıştı. Pilotlar ve markalar, Türkiye'den önce on üç parkurda yarışmışlardı. Bunlar sırasıyla Avustralya, Malezya, Bahreyn, San Marino, İspanya, Monako, Avrupa, Kanada, ABD, Fransa, İngiltere, Almanya ve Macaristan Grand Prix'leriydi. Avustralya'da Giancarlo Fisichella

(Renault pilotu), Malezya'da Fernando Alonso (Renault pilotu), Bahreyn'de ve San Marino'da gene Alonso, İspanya'da ve Monako'da Kimi Raikkonen (McLaren-Mercedes pilotu), Avrupa Grand Prix'inde yeniden Alonso, Kanada'da yeniden Raikkonen, ABD'de Michael Shumacher (Ferrari pilotu), Fransa'da sezonun en başarılı pilotu sayılan Alonso, İngiltere'de Juan Pablo Montaya (McLaren-Mercedes pilotu), Almanya'da bir kez daha Alonso ve Macaristan'da tekrar Raikkonen, damalı bayrağı ilk gören pilotlar oldular. Raikkonen de, Alonso gibi zaten bu sezonun favori pilotlarından biriydi ve Türkiye Grand Prix'ini alması sürpriz değildi.

Formula 1 yarışları, yalnızca pilotların değil markalar klasmanında da önemli demiştik. İstanbul yarışları sonunda markalar klasmanındaki sıralama da şöyleydi: Renault (117 puan), McLaren-Mercedes (105 puan), Ferrari (86 puan), Toyota (68 puan), Williams-BMW (52 puan), Red Bull-Cosworth (24 puan), BAR-Honda (20 puan), Sauber-Petronas (14 puan), Jordan-Toyota (11 puan) ve Minardi-Cosworth (7 puan). Bu sezonun yarışlarının Renault ve McLaren-Mercedes arasındaki çekişmeye sahne olduğunu söylemek yanlış olmaz. Markalardan söz açılmışken, F1'in 55 yıllık tarihinde Ferrari'nin bütün yarışlarda pistlerde yer aldığını belirtelim. Ferrari'den sonra tarihi en eski olan McLaren ise, 1966 yılından itibaren pistlerde sürekli boy göstermiştir.



## BAYRAKLARIN DİLİ

Yarışların heyecanı ve hızı arasında görmek mümkünse, F1 pistlerinde çeşitli nedenlerle farklı bayraklar kullanılır. Bu bayraklar bazen sallanmadan gösterilir bazen de sallanarak. Yazımızı bu bayrakların ne anlama geldiğini açıklayarak bitirelim.

### Damalı Bayrak

Yarış sona erdiğinde önce birinci pilot, sonra yarışı bitiren her pilot için sallanır. Bu bayrağı yarış direktörü ya da onun belirleyeceği bir görevli kullanabilir.

### Beyaz Bayrak

Pistte güvenlik aracı veya ambulans varken sallanır. Ayrıca yavaşlayan bir aracı haber vermek için de sallanabilir. Söz konusu araçlar durduğu anda beyaz bayrağın yerini sarı bayrak alır.

### Kırmızı Bayrak

Pisti kapatacak büyük bir kaza olduğunda, olumsuz hava şartlarından dolayı yarış durdurulacaksa gösterilir. Pilotlar sıralamayı değiştirmeden durmak zorundadırlar. Yarış bu sıralamaya göre bitebilir ya da aynı sıralamaya göre yeniden başlatılabilir.

### Mavi Bayrak

Bir pilotun diğer bir pilota tur bindirmesi sırasında kullanılır. Öndeki aracın bu uyarıya uyup yol vermesi gerekir. Uymaması durumunda tur yiyecek araca siyah bayrak gösterilebilir.

### Sarı Bayrak

Pistte tehlike yaratacak bir madde olduğu ya da tehlike yaratacak bir kaza meydana geldiği zaman sallanır. Bu sırada pilotların

birbirini geçmesi yasaktır.

### Yeşil Bayrak

Tehlikeli durumun sona erdiğini gösterir. Örneğin sarı ve beyaz bayraktan sonra sallanırsa, bu iki bayrağın gösterdiği durumun ortadan kalktığı anlamına gelir.

### Sarı-Kırmızı Bayrak

Sallanmadan gösterildiğinde pistin yüzeyinin tehlikeli bir maddeyle kaplı olduğunu işaret eder. Sallanarak gösterildiğinde ise, pilotu kaygan zemine yaklaştığı konusunda uyarır.

### Siyah Bayrak

Aracın kurallara uymaması durumunda, pilotun numarasıyla birlikte sallanır. Pilot ilk turda pist alanına girmek zorundadır.

### Siyah-Beyaz Bayrak

Sportmenlik dışı bir davranış gösteren pilota numarasıyla birlikte gösterilir.

### Siyah-Turuncu Bayrak

Bu bayrakta siyah zeminin ortasında turuncu yuvarlak yer alır. Aracın mekanik bir sorunu olduğunda araç numarasıyla birlikte gösterilir. Araç pist alanına girmek zorundadır.



### Formula 1 İstanbul Pisti

Pist - Çevreyolu - İyollar	
Pist uzunluğu	5.333 (m)
Pist genişliği	14 - 21,5 (m)
Çevreyolu uzunluğu	5.482 (m)
İç yolların toplam uzunluğu	2.286 (m)
Pist toplam viraj sayısı	14 adet
Pist toplam viraj sayısı (sağ)	6 adet
Pist toplam viraj sayısı (sol)	8 adet
Pist toplam düzlük sayısı	4 adet
En keskin viraj yarı çapı	15 (m)
Pist en uzun düzlük	720 (m)
Start-Finish düzlüğü uzunluğu	655,5 (m)
Teorik maksimum hız	320,58 km/h
Pist düşey karp sayısı	16 adet
Pistteki en yüksek boyuna eğim	8,145 (%)
Altgeçit sayısı	2 adet
Üstgeçit sayısı	3 adet
Kullanılacak lastik bariyer sayısı	124.000 adet

### Tribün ve Otopark kapasiteleri

Ana tribün	25.000 kişi
Geçici tribün	50.000 kişi
Doğal tribün	50.000 kişi
V.I.P. Locaları kapasitesi	5.000 kişi
Toplam otopark kapasitesi	12.000 araç
Toplam kapasite	130.000 kişi

# Çok derde deva Kefir

İnsanlar kefir adını, Rusya Devlet Başkanı Vladimir Putin’le ilgili çıkan haberlerle duydu. Putin her gün kefir içiyordu. Aslında yaklaşık bir yıldır büyük süpermarketlerin raflarında, üzerinde kefir yazan mavi renkli plastik şişeler vardı. Sonra bazı gazete ve dergilerde kefir hakkında yazılar görmeye başladık. Dört beş ay içerisinde kefir markası birken iki oldu, farklı boyutlardaki şişelerde ve hatta “light” olarak satılmaya başladı.

Kefir, kefir tanelerinin sütü mayalamasıyla oluşan, düzenli kullanıldığında pek çok rahatsızlığa iyi geldiği düşünülen bir süt ürünüdür. Görünümü koyu ayrana benzer, hafif ekşi bir tadı vardır. Kefir adı Türkçedeki "keyif" sözcüğünden gelir. Anavatanı Kafkaslardır. Buradan dünyanın dört bir yanına Türkler aracılığıyla yayıldığı düşünülmektedir. Bununla birlikte Türkiye’de yeni tanınmaya başlamıştır.

Gerçekte iki tür kefir vardır: **su kefiri ve süt kefiri**. Şeffaf su kefiri, tanelerin su ve şeker içinde mayalanmasıyla oluşur. Çeşitli meyve sularıyla da su kefiri elde edilebilir. Ancak yaygın olarak üretilen, tüketilen ve bilinen süt kefiridir. Bu yazıda da süt kefiri üzerine çeşitli bilgiler verilecektir.

**Kefir Söylencesi ve Tarihi**

Söylenceye göre Hz. Muhammed kefiri Kafkas Dağları'nda yaşayan insanlara vermiş. Onlara kefir taneciklerinin sırrını ve nasıl kullanılacağını öğretmiş. Bu tanecikleri kendi halklarına yaymalarını buyurmuş ama başka toplumlara vermelerini yasaklamış. Aksi takdirde kefirin sırrının ve gücünün yok olacağına inanılmış. Bu sebeple de kefir yüzyıllarca Kafkaslarda saklı kalmış. Kafkasya'da yaşayan insanların sağlıklı ve uzun ömürlü olmaları nesilden nesile geçen bu kefir taneleri sayesinde olduğu düşünülmüş.

13. Yüzyılda yaşamış İtalyan gezgin Marco Polo seyahatnamesinde kefirde bahseder. Ancak 19. Yüzyıla kadar kefiri Kafkas halkları dışında pek bilen yoktur. 1800'lerin sonlarında Rusya'da sanatoryumlarda tüberküloz, mide ve bağırsak hastalıklarının tedavisinde kefirin kullanıldığı üzerine söylentiler çıkar. Bunun üzerine Rus bilim adamları kefir üzerine araştırmalar yapmaya ve yayınlar çıkarmaya başlar. 1908'de Moskova'da ilk şişelenmiş kefir satışa sunulur. 1920'lerde Rusya'da probiyotik (yararlı) bakteriler üzerine araştırmalar yapılırken, kefirde yoğurda göre daha fazla sayıda bu bakterilerden olduğu görülür. Bunun üzerine binlerce ton kefir üretilmeye başlanır.

1930'lardan sonra kefir Rusya'dan sonra Avrupa'ya ve Amerika'ya kadar yayılır. Bugün kefir başta Rusya, Macaristan, Kuzey Avrupa ülkeleri ve ABD olmak üzere dünyanın hemen her yerinde tüketilmektedir. Pek çok ülkede yalnızca kefir üretilen markalar vardır. Rusya'da marketlerde 10 kadar kefir çeşidi satılmaktadır. Dünyaca ünlü Forbes Dergisi'nin 2005 yılı en iyi küçük işletme listesinde 38. sırada Amerikan kefir üreticisi Lifeway Foods yer almaktadır. Türkiye'de kefir ilk defa 2004 yılında Altıncılık firması tarafından üretilmeye başlanmıştır. İstanbul ve büyük illerdeki süpermarket zincirlerinde litrelik ve yarım litrelik plastik şişelerde satılmakta. Birkaç ay önce aynı firma yağ oranı azaltılmış Altıncılık-Kefir Light adlı yeni ürününü piyasaya sürmüştür. 2005 yılında ikinci bir kefir markası ortaya çıktı. Bursa'daki Eker firması kefir üreterek litrelik cam şişelerde satışına başladı. Eker Kefir de birçok süpermarketin raflarında yerini aldı. Geçtiğimiz yaz firma, meyveli kefir (çilekli, vişne, muz vs.) de üretilip 150 ml'lik plastik bardaklarda satışa çıkardı. Ağustos 2005'te firma yetkilileri ile görüştüğüm sırada Eker meyveli kefirinin Bursa dışında satışı için de çalışmalara başlanmıştır.

**Kefir, Taneleri ve Özellikleri**

Kefir taneleri beyaz veya sarımsı renkte, 05-3 cm boyutlarında karnabahara benzer jelatinimsi partiküllerden oluşur. Karmaşık bir mikrobiyolojik yapıya sahiptir. Bunlar kazein (süt proteini) ve birbiriyle ortak yaşayan mikroorganizmalarla birlikte koloniler oluşturur. Sütü fermante eder. Fermantasyon (mayalanma) sonrasında süzülüp yeniden kullanılabilir. Bu yüzden hijyenik koşullarda üretim yapıldığı, kullanılmadığı zaman uygun şekilde saklandığı sürece kefir taneleri ölümsüzdür denebilir. Süt içerisinde mayalanarak kefir üretildikçe bu taneler büyüyerek çoğalır. Geleneksel olarak kefir üretenler büyüyen kefir tanelerini bölerek başkalarına verirler, böylece halk arasında elden ele geçerek yayılır.

Kefir yararlı bakteri (probiyotik) ve mayalar, proteinler, çok sayıda vitamin, aminoasit ve enzim içerir. Kefirde bol miktarda bulunan önemli aminoasitlerden biri olan triptofan ile mineral maddelerden kalsiyum ve magnezyumun sinir sistemi üzerinde sakinleştirici etkisi olduğu bilinmektedir. Kefir B2, B12, K, A ve D vitaminleri bakımından zengindir. Yoğurda göre daha ince tanecikli yapısı sindirimini kolay olmasını sağlamaktadır. Böylelikle rahatsız yaşlılar ve



sindirim bozukluklarına sahip olanlar da kullanabilir. Hatta bebeklere bile rahatlıkla verilebilir. Kefir istenen miktarda ve zamanda tüketilebilir. Yalnız yararlarının ortadan kalkmaması için sıcak yemeğe katılarak kullanılmaması tavsiye edilmektedir.

## **Kefirin Yararları**

Kefir besleyici, koruyucu, tedavileri destekleyici ve iyileştirici bir süt içeceğidir. Ama bir ilaç değildir. Düzenli tüketildiğinde, içerdiği mineraller, vitaminler ve antioksidanlar sayesinde bazı rahatsızlıkları giderdiği ve bazı hastalıkların oluşmasını engellediği belirlenmiştir. Hücre yenileyici bir özelliğe sahiptir. Bağışıklık sistemine yardımcı olduğu, AIDS gibi rahatsızlıkların kötüye gitmesini yavaşlattığı, aşırı yorgunluk, herpes ve kansere karşı olumlu etkilerinin olduğu belirtilmektedir. Ayrıca uyku bozuklukları, depresyon ve hiperaktivite gibi rahatsızlıklar için de kullanılabilir. Kefirin yüksek tansiyon, bronşit astım, kemik erimesi, kan, karaciğer ve safra bozuklukları, damar sertliği, egzama, idrar yolu iltihapları, çıbanlar, mide ve bağırsak rahatsızlıklarına iyi geldiği bilinmektedir. Diyet yapanlar için çok zengin bir besin desteğidir. Bir su bardağı kefir yaklaşık 120 kaloridir.

## **Evde Kefir Nasıl Üretilir?**

Türkiye'nin pek çok yerinde piyasada satışta bulunan kefirlerden satın alabilirsiniz. Ancak bunların içinde kefir taneleri yoktur. Kefir taneleri İstanbul'daki Mısır Çarşısı'nda ve ülkemizin çeşitli yerlerinde bazı aktarlarda satılıyordu. Ama son zamanlarda

İstanbul'daki aktarlarda bulunamıyormuş. Kefir tanesine talep arttı ve bu yüzden aktarların elinde mi kalmadı, yoksa kefirin fabrikasyon üretiminden sonra ortadan mı kaldırıldı bilemem. Yalnız bazı üniversitelerin (örneğin, Ege Üniversitesi, Uludağ Üniversitesi, Ankara Üniversitesi) gıda mühendisliği veya süt ürünleriyle ilgili bölümlerinden hâlâ temin edilebilir. İnternette kefirle ilgili binlerce sayfanın yanı sıra çeşitli konuşma grupları da var. Aralarında kefir alışverişi de yapıyorlar. Belki bu yolla da kefir tanelerine ulaşabilirsiniz. Düzenli kefir üretimine başladıktan sonra bunlar çoğalacağı için siz de başkalarına verebilirsiniz (bana da sekiz ay önce ablam vermişti). Evde kefir üretmek için bir kavanoz, plastik süzgeç, süt ve buzdolabınız olması yeterli. Arzuya göre yağlı veya yağsız, çok farklı sütlerle (inek, koyun, keçi, hindistancevizi, haya soya ve pirinç sütü) kefir yapılabilir. Temiz bir kavanoz içerisine kefir tanelerini koyup üzerine 4-5 parmak süt koyup oda sıcaklığında bir gün beklettiginizde kefiriniz mayalanıyor ve içime hazır hale geliyor. Mayalanma süresi arttıkça veya süt az konulursa daha koyu ve daha ekşi bir kefir elde edilir. Mayalanan kefiri plastik süzgeçle süzerek bir bardağa koyup içebilirsiniz. Daha sonra kefir tanelerini çeşme altında iyice yıkayıp temiz kavanoza sütünle birlikte yeniden mayalanmaya bırakabilirsiniz. Eğer bir süre kefir yapmayacaksanız kefir tanelerinin üzerine içme suyu koyarak ağzı kapalı bir

kavanozda buzdolabında saklamanız gerekir. Kefirinizi bu şekilde buzdolabında haftalarca, hatta aylarca saklayabilirsiniz. Kuşkusuz süt içinde mayalayıp her gün düzenli tüketerek sağlığınız üzerindeki etkilerini gözlemek çok daha yararlı olacaktır.



paylaşım



**Karton Sanayi ve Ticaret A.Ş.**

Prof. Bülent Tarcan Sokak No: 5 Pak İş Merkezi Kat: 3  
Gayrettepe 34349 İstanbul

**Tel.:** (0212) 273 20 00 **Faks:** (0212) 273 21 70

[www.kartonsan.com](http://www.kartonsan.com)