

TIAP GRUP Tarım Hayvancılık, Turizm,  
Reklamcılık ve Doğal Ürünleri Pazarlama San. ve Tic. Ltd. Şti.  
Altıntaş Mah. İstasyon Bulv. No: 5 Nazilli / Aydın - Tel.&Fax: 0256 313 70 73  
bilgi@antikoil.com - www.antikoil.com

Gıda, Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı'nın TR-09-K-000576 belge no.'lu  
Yeni Sahra Gıda Ltd. Şti. tarafından,  
Türk Gıda Kodesi'ne uygun olarak dolun yapılmıştır.  
Yeni Sanayi Mahallesi 521 Sk. E/1 Blok No: 94 Nazilli / Aydın

**MUTİAP**  
MUCİT TÜRK İSADAMLARI PLATFORMU





Doğaya dönüş akımının hızlandığı günümüzde, bitkisel ürünlere talep giderek artmaktadır. Bilim dünyası ve teknolojik gelişmeler sonucu, bunları değerlendirecek metot ve tekniklerin geliştirilmesiyle gelişmiş ülkelerin doğal kaynaklara olan talebi daha da artmıştır.

Sistematiklere göre dünya üzerinde 750.000 - 1.000.000 arasında bitki türünün bulunduğu tahmin edilmektedir. Bunlardan 500.000 kadarı tanımlanıp isimlendirilmiştir. Her yıl 2000 kadar yeni tohumlu bitki türü tanımlanıp isimlendirilmektedir.

Tedavi amaçlı kullanılan bitkilerin miktarı antik çağlardan beri devamlı bir artış göstermektedir. Mezopotamya Uygarlığı döneminde kullanılan bitkisel dray (ilaç yapımında kullanılan kurutulmuş ve belirli ölçüde hazırlanmış bitki kısmı) miktarı 250 civarında iken, Grekler döneminde 600, Arap - Fas Uygarlığı döneminde bu rakamın 4000 civarına yaklaştığı kayıtlıdır.

Dünya Sağlık Örgütü (WHO)'nce yapılan bir çalışmaya göre, Dünya'da 20.000 bitki türünün tıbbi amaçlarla kullanıldığı saptanmıştır. Bunlardan 4000 bitkisel yağın yaygın bir şekilde kullanılırken, Avrupa'da 2000 kadar bitkisel droğun ticareti yapılmaktadır. Ancak unutulmamalıdır ki Dünya'da kayıtlı bitki türlerinden, sadece yaklaşık %20'si az yada çok bilimsel olarak incelenmiştir.

Güney Amerika'da Amazon havzasındaki bitki türlerinin %99'unun bilimsel yönden halen incelenmediği bilinmektedir.

Türkiye bitki florası ve tıbbi bitki sayısı yönünden oldukça zengin potansiyele sahiptir. Anadolu bitki çeşitliliği yönünden Dünya'nın en zengin bölgelerinden biri olup, bitkisel çeşitlilik bakımından Dünya'da bulunan 8 gen merkezinin 3 tanesinin keşişme noktasında yer almaktadır. Bu yüzden Türkiye Florası oldukça zengindir. Türkiye Florasının sahip olduğu biyolojik zenginliğinin ortaya konmasına E. Boissier (1810-1885), A. Huber Morath (1901-1990) ve P.H. Davis (1918-1992) büyük katkı sağlayan araştırmacılar. Ülkemizin bitki florası hakkındaki en büyük kaynak 1965-1988 yıllarında P.H. Davis tarafından yazılan "Flora of Turkey and the East Aegean Islands" adlı 10 ciltlik ansiklopedidir.

Flora çalışmaları sırasında yeni bitkilerin bulunması, adlandırılması ve tanınması uzun süren araştırmalarla yapılabilmekte ve maddi kaynak gerektirmektedir. Son yıllarda yapılan çalışmalarla Türkiye florasına kayıtlı bitki türü sayısının 12.054 olduğu belirlenmiştir. Tüm Avrupa kıtasında bu sayının 12.000 olduğu göz önünde bulundurulursa ülkemizin bir kıta zenginliğine sahip olduğu söylenebilir. Ülkemiz aynı zamanda bünyesinde barındırdığı endemik (sadece dünyanın bir bölgesinde bulunan) bitki türü sayısı bakımından da dikkat çekmektedir. Tüm Avrupa kıtasında toplam endemik bitki tür sayısı 2400 civarında olmasına rağmen, bu sayı Türkiye'de 3905 adettir. Mevcut endemik bitki türlerinin önemli bir kısmı Akdeniz flora bölgesi içerisinde yer alan, içinde yaşadığımız coğrafyayı da kapsamaktadır.

Ülkemiz bu kadar zengin bir endemik bitki örtüsüne sahip olmasına karşın bitki özü ilaç üretiminde çok fazla katkı gösterememektedir. Oysa dünyada doğal ürün çalışmalarına hız verilmektedir. Doğal ürün kimyası adı altında tüm dünyada çalışmalar yapılmaktadır. Bu konunun en fazla geliştiği ülkeler Çin Halk Cumhuriyeti, Hindistan, Pakistan, Japonya ve Almanya'dır. Bu ülkelere Türkiye'de eklenebilir.

Türkiye, dünya tıbbi bitki ticaretinde, Çin ve Hindistan'dan sonra üçüncü sırada bulunmaktadır.

Şifalı otlarla bitkisel tedavi insanlık tarihi kadar eskidir. Henüz tıbbın bilinmediği zamanlarda insanlar hastalıklarını bitkisel reçetelerle tedavi etme yoluna gitmişlerdir. Teknolojinin olmadığı dönemlerde hastalıkların bitkilerle tedavisinde insanlar, genellikle hayvanlara öykünmüş ve onların tükettiği bitkilerin güvenilir olduğunu tespit etmişlerdir.

Şifalı bitkilerle geleneksel tedavide dikkat edilmesi gereken hususlar vardır. Özellikle bilinmeyen bitkiler kesinlikle kullanılmamalıdır. Günümüzde pek çok bitki detaylı araştırmalara tabi tutulmuş ve insan sağlığı için zararlı olan bitkilerin kullanımı kesinlikle yasaklanmıştır. Bunun yanında bitkilerden doğru faydalanmak gerekir. İçindeki etken şifalı maddelerin ancak sıcak su ile hazırlandığında faydalı olduğu bir bitkiden çay yapılmalıdır. Bu bitkinin kurutulularak yenmesinin tedavi edici özelliği olmayacaktır.

Doğru hastalıklar için doğru bitkiler olduğu kadar doğru bitki bölgesi, doğru uygulama şekli ve doğru miktar alınmalıdır.

Günümüzde modern tıbbın yanında alternatif tıp adını almış olan bitkisel tedavi yöntemi bir çok rahatsızlığa gerek tek başına, gerekse de modern tıba yardımcı olarak şifa olmaktadır.

Bağıışıklık sistemimiz vücudu çeşitli mikroorganizmalara karşı koruyan mükemmel bir oluşumdur. Ancak zayıf bir bağışıklık işlevini yerine getiremez. Bağışıklık sistemiyle ilgili en önemli şey denge ve uyum içinde doğru çalışmasının sağlanmasıdır. Bu da beslenme düzeni, besin takviyeleri, yaşam tarzı değişiklikleri ile elde edilebilir.



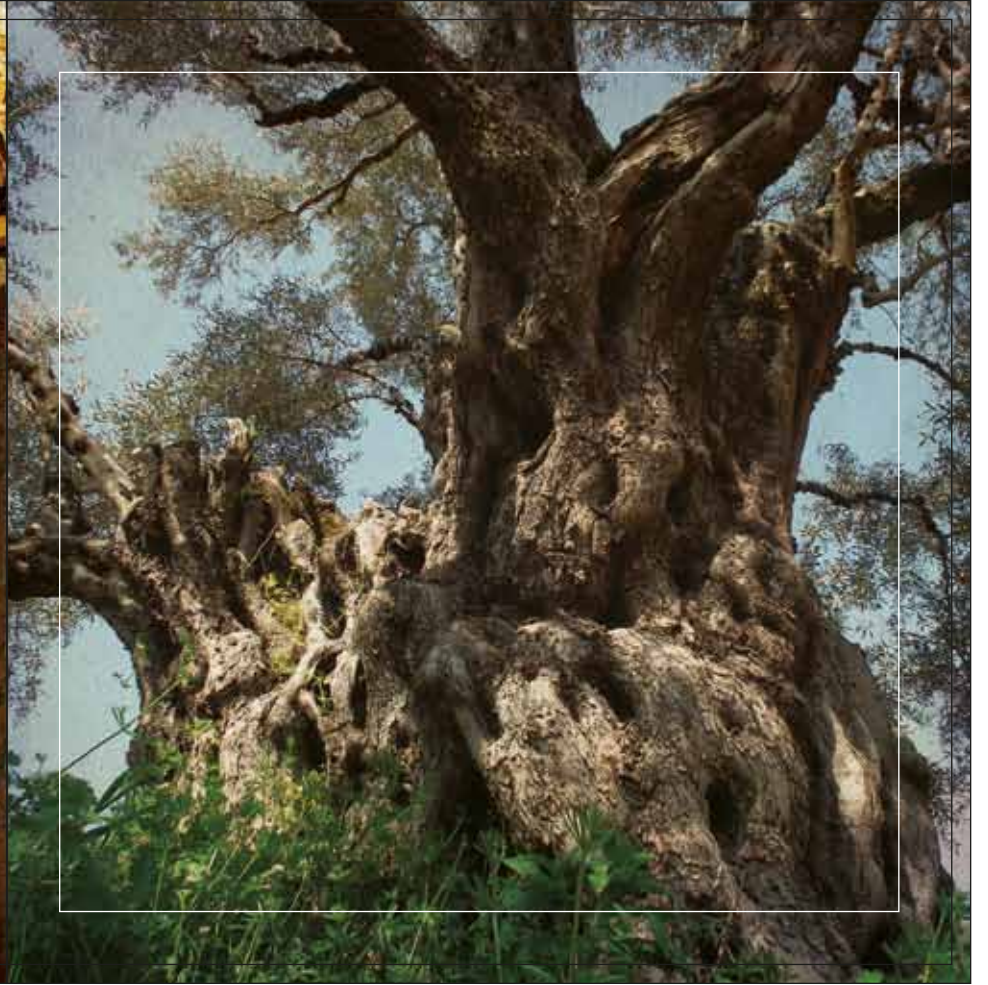
Türk Patent Enstitüsü (TPE) tarafından son 5 yılda verilen patent sayısı 5 kattan fazla artış gösterdi. Türkiye'de son yıllarda teknolojik gelişimi sağlamaya yönelik çalışmaların teşvik edilmesi, yeni buluş ve icatlarda adeta patlama yaşattı.

Bugün hayatımızın her anında aslında bir dönemin mucitlerinin eserlerini kullandığımızın çoğu zaman hiç farkında bile olmuyoruz. Oysaki tarih boyunca insanlığın rahatı için birileri sürekli çalışmış, tarihe adlarını yazdırmış ve bugün rahat şekilde yaşamamız konusunda rolleri olmuştur. Peki kimdir bu hayatımızı kolaylaştıran, önemli icatlara imza atan bilim adamları?...

Sağlıcakla esen kalın...

M. Sivrek

Haluk Şişli





# Kent, Doğa, İnsan ve Mucize

-1-

Kraliçe Annia, sarayın yatak odasındaki verandaya çıktığında güneş çoktan ilk ışınlarını Tralles'in<sup>1</sup> üzerine göndermeye başlamıştı. Bir eliyle tek omzunda asılı duran uzun geceliğinin eteklerini toplarken, diğer eliyle de verandanın etrafını çevreleyen ipek örtüleri aralayıp mermer korkuluklara dayandı. Derin derin nefesler alarak, gecenin o yapışkan ve kekremsi ağırlığını üzerinden atmaya çalışıyordu sanki. Sarayın konuşlandığı tepenin hemen altındaki, sabahın ilk ışık ve esintisiyle göz kırpan, yeşil ve gümüş renkli zeytin yaprakları gözünü alıyordu. Huzurla baktı bu yanardöner güzelliğe. "Ne güzel, bir denizi andırıyor..." diye düşündü. Uzaklarına baktıkça pustan silikleşen, bu zeytin denizinden gelen esintiye doğru açtı kollarını. Terlemiş koltuk atlarına çarpan o bir demet rüzgâr ürpermesine neden olmuştu. Gözlerini kapadı, başını hafifçe yukarı kaldırıp ipek geceliğinin altındaki vücudunu bu insana huzur veren esintiye teslim etti.

Nerelerden nereye gelmişti. Halikarnassos'tan<sup>2</sup> yola çıkışını dün gibi hatırlıyordu. Tralles'e gelebilmek için sabahın alacasında atlara yol verilmiş, üç merkezde atlar değiştirilerek ancak akşamüzeri gün batarken Alinda'ya<sup>3</sup> gelinmişti. Alinda'da geçirilen iki günün sonunda yine bir sabah atların dizginleri boşatılarak Tralles rotasına girilmiş, Tralles'e vardıklarındaysa müthiş bir kalabalık karşılamıştı onları. Atlar, arabalar sarayın kapısına dayanmış, Prenses Annia'nın, babasının kolunda arabadan inip Tralles toprağına ayak basmasıyla da sözlen başlamıştı.

<sup>1</sup> TRALLES: Lydia'nın Karia sınırındaki antik kenti. Bugün Aydın'ın kuzeyinde bulunan bir tepe üzerindedir.

<sup>2</sup> HALIKARNASSOS: Karia bölgesinin ünlü kenti. Bodrum'un antik dönemdeki adı.

<sup>3</sup> ALINDA: Aydın'ın Karpuzlu ilçe merkezinin üst kısımlarında yer alan bir antik çağ kenti.

Yirmi bin kişilik gymnasium<sup>4</sup> hınca hınc dolup dolup boşalmış, Tralles'te günlerce kazanlar kaynamış, şaraplar su olup akmış; Prenses Annia ve Prens Scipio günler süren görkemli bir şölenle dünya evine girmişlerdi...

Prens Scipio uzun süren gecenin sabahında gözkapaklarının ağırlığını yenemiyordu bir türlü. Öyle ya insanın böyle genç ve güzel karısı olurdu da gece bitmek bilir miydi? Elleri, yanındaki yastığı yokladı. Yoktu... Gözkapaklarını zorla aralayarak kalktı, verandaya yürüdü. Karısının, güneşin sarı sıcağına teslim ettiği vücuduna yaklaştı arkadan, belinden kavrayıp incecik boynuna bir öpücük kondurdu. Ve ellerini hafiften yuvartlaşmaya başlayan karının üzerinde gezdirdikten sonra:

-Annia... dedi. Biliyor musun, çok mutluyum.

Prenses Annia, kendisini çevreleyen kolların arasında kıvrılarak yüzünü eşine döndürdü. Gözlerini kocasının gözlerinin içine kilitledikten sonra:

-Ben de... dedi. Ben de çok mutluyum.

Mermerli yolda bir hareketlilik başlamıştı. Açılan dükkânlar, sağa sola koşuşturan insanlar, sokak satıcıları...

İnsanlar...

Ve insanlar...

\*

\*\*

Prens Scipio, dinlenmek üzere uzaktaki dağların arkasına saklanmaya çalışan güneşin son ışıklarıyla parlayan ve iki sıradağ kütleleri arasında menderesler oluşturan Meandros<sup>5</sup> Nehri'ne kilitlediği gözlerinin pınarlarını kuruladı yavaşça. "Bir çaresi olmalı mutlaka..." diye söylendi kendisi duyurmasına.

<sup>5</sup> MEANDROS: Menderes Nehri'nin antik dönemlerdeki adı.

Prens Annia doğum sonrasında bir türlü kendini toparlayamamıştı. Ucuunda minik bir çingırak bağı olan ibrişim ipi çekti birkaç kez. Gelen hizmetçiye:

-Komutan Attilius'u çağırın bana... dedi.

Geldiği gibi sessizce çıktı hizmetçi. Az bir zaman geçmişti ki kapı çalındı, iki dost sarıldılar birbirlerine.

-Hoş geldin Attilius.

-Hoş buldum, önemli olmalı?

Prens Scipio başını önüne eğdi, gözleri bir müddet mermer zemine takılı kaldı.

Bir müddet konuşmadılar. Sessizliği Prens Scipio bozdu.

-Sevgili dostum, biliyorsun üç ay oldu baba olalı. Mur topu gibi bir oğlum var ve bu günler, en mutlu olmam gereken günler. Ama nafile... Annia bir türlü toparlayamadı doğumdan sonra; günbeğün eriyor. Bu durum da beni kahrediyor, bilmeni isterim...

Komutan Attilius gözlerini kapatıp "Evet" der gibilerinden hafif hafif başını salladı.

-Demem o ki; çaresizliğim beni esir almıştır. Sarayda onlarca hekim, otacı<sup>6</sup> varken insanın elinden bir şeyin gelmemesi nasıl bir şeydir bilir misin?

-.....

-Günlerdir, gecelerdir düşünürüm... düşünmekten, düşünemez olmanın acısı kaplamıştır her yanıma. Annia'nın elinden tutmak istiyorum ama olmuyor işte; yapamıyorum. Ben değilim, birlikte büyümemizin hukukudur seni çağırılan. Ne yapacağımı bilemiyorum...

-.....

<sup>6</sup> OTACI: Bitkileri kullanarak hastalıklara derman bulabilen kişiler için kullanılan sıfat.

-Bir şeyler yapmalıyız dostum; bir şeyler yapmalıyız, bir şeyler... Prens Scipio'nun boğazına kocaman bir taş oturmıştu...

Komutan Attilius:

-Yarın sabah yola çıkacak şekilde hazır ol, bir koşu Acharaka'ya<sup>7</sup> gidip geleceğiz. Şimdi iki öncü çıkaracağım, hazırlıklı olsun yol boyundaki karakollar.

\*

\*\*

İki dost, ertesi sabah Acharaka'ya doğru dizgin boşalttı. Bir müddet gerçekleştirdikleri sıkı sürüşten sonra, İleri Karakol olarak görev yapan mermer yapının önünde dizginleri kasıp atları durdurdular. Karakoldaki askerler yapıştı dizginlere.

-Yolu yarılдық, geldiğimiz kadar daha bir mesafe kaldı.

-.....

Komutan Attilius askerlere dönerek:

-Alın üstünden eğerleri, yeni atlara bağlayın; üstlerine de bir şeyler örtüp soluklandırın, iyice kurusun terleri, yenileri de çekin hemen oyalanmak istemiyoruz.

Bir koşuşturmaca başladı; yeni atlar eyerlenip binek taşlarına çekildi. Bir sonraki durak Acharaka idi.

Kuşluk vakti biraz geçmişti ki; Acharaka'daydılar. Acharaka Müfreze Komutanı Julius karşıladı onları. Beraberce, İleri Karakolun terasına çıktılar.

-Hoş geldiniz Prens Scipio, hoş geldiniz Komutan Attilius. Çünkü haberciler, geleceğiniz haberini geç vakit ulaştırdılar bize.

-Hoş bulduk... Aslında: "Hoşluğunuz bulduk..." demek daha doğru olacak sanki. Sabahtan bu yana bir zeytin denizinin içindeyiz. Güzel yerlerde yaşıyorsunuz Komutan Julius... dedi Prens Scipio.

<sup>7</sup> ACHARAKA: Sultanhisar ilçesi Salavatlı Köyü yakınındaki antik kent. Sağlık merkezi olarak bilinir.



-Evet Prens Scipio, bir zeytin denizinin içinde yaşıyoruz. Sadece zeytin mi? İncir, üzüm; hele şu dağlara çıkıp da doğaya bir dokunsanız; her kök, her bir yaprak, bin derde deva. Boşuna değildir Acharaka'nın sağlık merkezi oluşu. Pınarları vardır sarı sıcak sularla fışkırır; cömerttir doğa buralarda, şanslıdır insanlar... Şanslı olan sadece insanoğlu değildir burada, börtü böcek de o derece şanslıdır. Her mevsim karınlarını doyuracak bir şeyleri ziyadesiyle bulurlar. Öyle bir yerdir ki dört mevsim kucak açar insana, verir verir bu topraklar... Ve bu topraklardır hem gülümser hem verir...

-Kıskanılası...

Prens Scipio sustu, ayağa kalkıp terası çevreleyen mermer korkuluklara yanaştı. İyice yükselen güneşin altında parlayan Meandros Nehrine kilitledi bakışlarını. Aşlında bakışları, Meandros'un ötesindeki bir yerlerde takılıp kalmıştı.

-Buralar, hakimiyetiniz altındaki topraklar Prens Scipio. Emredin, tüm varlıklarını ayaklarınıza serelim.

Prens Scipio, sıkıntılı bir tavırla Komutan Julius'a döndü.

-Ondan kuşku yok; bu havatının bütün varlıkları değildir istediğim, Annia'dır, karım, Prenses Annia'dır...

Sustular.

En kısa olduğu zamanlardı ki; gece bir türlü bitmek bilmedi Prens Scipio için; sabahı diri tuttu.

\*

\*\*

Gün kuşluk vaktine ulaşmış, hafiften bir esinti başlamıştı. Hekimbaşı Octavio, başını salladı; "Anladım..." der gibilerden. Ayağa kalkıp:

-Benimle gelin Prens Scipio... dedi. Anlattığınız üzere, Prensesin rahatsızlığı ile örtüşen Amyzon<sup>8</sup> ve Orthosia'dan<sup>9</sup> bayanlar tanıyorum. Şimdilerde çok iyi

<sup>8</sup> AMYZON: Aydın iline bağlı Koşarlı'nın 30 Km. güneyinde bulunan antik kent.

<sup>9</sup> ORTHOSIA: Aydın'ın Yenipazar ilçesine 5 Km. uzaklıktaki Donduran Köyü sınırları içindeki antik kent.

olduklarını biliyorum. Sizi Hekim Karia ile tanıştıracam. Uzak değil, hemen şuracıkta sıcak sular akan bir çeşmenin yanı başında eza üretilen bir merkezimiz var. O merkezin başındaki kişidir Hekim Karia. Civarda daha çok: "Koca Karia" diye tanınır...

Sağlık Merkezinden çıktıklarında onları karşılayan esinti, Prens Scipio'nun rahat bir nefes almasını sağlamıştı. "Buranın havası, insana nasıl da huzur veriyor..." diye düşündü. Birlikte yürümeye başladılar. Yol boyunca tonozlu yapıların önünden geçtiler. Taniyanlar, Hekimbaşı Octavia geçerken saygıyla eğilip selam veriyorlar, hatırlarını soruyorlardı. Prens Scipio bir ara:

-Zeytin ağaçları dikkatimi çekti, oldukça yaşlı olmalılar... dedi.

-Sevgili Prens, tespitiniz doğru; oldukça yaşlı görünüyorlar, değil mi? Ancak siz bakmayın bunlara; -eliyle bir ağacı göstererek- mesela şu ağaç kaç yaşında dersiniz?.. Prensten ses çıkmayınca bu soruyu kendisi yanıtladı.

-Bu ağaç dört yüz yıllık gibi; ama bu bir şey mi? Bu zeytin ormanının içinde bin yıllık bin iki yüz yıllık hatta daha da yaşlı zeytin ağaçlarını görmek mümkün. Hem insanı da ağaçları gibidir bu toprakların, buraları aynı zamanda, uzun ve sağlıklı yaşayan insanların merkezidir.

"Anladım..." der gibilerinden başını salladı Prens Scipio.

Bir karatavuk fırladı yol üzerindeki pınal öbeğinden, bir müddet uçtuktan sonra zeytin dallarının arasında bulduğu boşluktan gökyüzüne doğru fırladı coşuklu bir şakırtıyla. Bir saka, zeytin dalları arasında zıplayarak kayboldu. Bir ispinozu yuttu koca cevizin dalları. Yol kıyısında boy vermiş kargılar denizden esen mefemin de etkisiyle sağa sola yatıp selam verdiler. Ve onlar yanından geçerken; köşedeki koca çınar ağacının dibinde mermerden yapılmış görkemli bir çeşme, sarı sıcak sularını akıtmaya devam ediyordu.



Bir dönemeci daha geçmişlerdi ki; zeytin ağaçları arasında bir görkemli bir tonoz<sup>10</sup> gördü Prens Scipio. Dikkatlice baktığında, rüzgârın etkisiyle sallanan dallar arasında bir görünüp bir kaybolan mermer yapıyı fark etti.

Tonozun altındaki uzunca sayılabilecek bir yolu kat edip binanın taşıtına geldiklerinde bir ses duyuldu sevecen, samimi...

-Vay!.. Sevgili dostum Octavio, kaç günler oldu görüşemedik. Ne iyi ettin gelmekle.

-Koca Karia seni, sevgili dostum; biz arayıp sormasak senin de arayacağın yok ya...

Sarıldılar.

Hekimbaşı Octavio misafirini işaret ederek:

-Sevgili Karia, Tralles'ten Prens Scipio...

-Hoş geldiniz Prens.

-Hoş buldum...

El sıkıştılar...

-Prens Scipio, prenses gelemiyorsa biz gideriz kendisine. Anlattıklarınıza bakılırsa, size vereceğim bir iksiri götürüp içirmeye başlayacaksınız. Sabah ve akşam, yemek sonrası; hele bir on gün devam edin, bu on günün sonunda ne olacağını ve hatta prensesin ne tepki vereceğini görmeliyiz. Sanırım beş gün sonra Tralles'te olacağım, orada da görüşeceğiz. Gelirken tedarikli gelecek, iksirin ikinci tertibi de elinizde olacak.

Hekim Karia kapıdaki bekleyen görevliye:

-Söyleyin bana bir congius!<sup>11</sup> Altın iksir getirsinler... dedi.

Çok geçmeden bir cam kavanoz içinde altın sarısı iksir gelmişti.

-Umarım kazasız belasız gider... dedi Hekim Karia.

-Merak etmeyin gidecek.

<sup>10</sup> TONOZ: Mimarlıkta kemerlerin bir araya gelmesiyle oluşturulan, genellikle tavan örtüsü olarak işlev gören yapı parçası.

<sup>11</sup> CONGIUS: 3,27 L Karşılığı Antik Roma ölçü birimi.

-Tamam o zaman, kismetse beş gün sonra Tralles'te görüşeceğiz.

Hekimbaşı Octavio:

-Bakarsın Koca Karia'nın peşine takılır ben de gelirim.

Gülüştüler...

Prens ve Komutan Attilius Tralles'e geldiklerinde, güneş batmak üzereydi.

-Attilius, sevgili dostum; eksik olma, eşlik ettin bana. Umarım yorulduğumuza değer. Sen de gelişmelerden haberdar olacaksın.

Prens Scipio, Acharaka'dan getirdiği iksiri bir kaşıkla katre katre Prensess Annia'nın ağzına akıttı.

İkinci gün...

Üçüncü gün...

Dördüncü gün...

Dördüncü günün sabahında prens, karısını yatağında oturur ve kendisini bekler vaziyette bulmuştu. Boğazı düğümlendi, koca bir taşı boğazını tıkayan. Öksürünce çıkıp gidiverecekti ama bir türlü öksüremiyordu işte. Minnet dolu bakışlarla kendisini izleyen karısının boynuna sarıldığında hizmetçi yavaşça odayı terk etti. Prensess Annia cıvız parmaklarını kocasının saçları arasına geçirmeyi başarmıştı ki prens karısının göğsünde sarsılarak ağlamaya başladı...

\*

\*\*

Hekim Karia ve Hekimbaşı Octavio'nun ziyareti Tralles'te sevinçle karşılandı.

Prensess de hızlı bir iyileşme sürecinde koşar adım ilerliyordu. Bu toprakların mucizesi mi demeliydi bu iksire; yoksa tanrının bir armağanı mı?

Hekim Karia gelişmelerden memnun Prens Scipio'ya dönerek:

-Gelişmelerden memnunuz; böyle olacağını düşünmüştüm zaten, o sebeple iki congius daha Altın iksir getirdim. İki tertip daha devam edelim ki iş şansa kalmasın,



illet kökten hallolsun... Prens Scipio, öyle bir coğrafyada yaşıyoruz ki; şanslıyız, çok şanslıyız. Bu coğrafyada şanslı olan bizler miyiz, değil elbet. Hayvanımız haşaratımız, kurdumuz kuşumuz da ne kadar şanslı. Her mevsim yiyecekleri bir şeyler illaki bulurlar, bulurlar ki devasıdır onların buralarda yetişenler. Omandır her mevsim göç olur buralara. Kışın kuzeyden, yazın güneyden uça uça, koşa koşa ondan gelirler akın akın. Siz de şanslısınız, Mutluluğunuz bitmesin, sağlıklı ve uzun yaşayın. Gördüğüm kadarıyla prenses: "Bitti artık..." dediği sırada yeni bir hayata adım atmıştır. Altın İksirin terkibi pek çok derdi yok edecektir... dedi Hekim Karia.

-İlahi dostum, bakarım hâlâ inadin kırılmadı; iksir de iksir, bir türlü Koca Karia İlacı diyemedin şuna...

Gülüştüler... Hekimbaşı Octaviya devam etti.

-Bakın Prens, Trallesten Ephesus'a, Ephesus'tan Pergamon'a Allianoi'ye, Sardes'ten Hierapolis'e, Afrodisiya'sa, Halikarnassos'a... düşünün hele, her yerde deva bir ülke burası. Kariyalılar da Koca Karia'dan oldukça hoşnut olmalılar; taramadığı vadi, incelemeyi nebat kalmadı Karia'da.

Hekimbaşı Octavio sustu, herkes sustu...

O akşamüstü misafirlerini uğurlayan Prens Scipio ile Prens Annia aylar süren bir aradan sonra yeniden sarayın verandasına çıktılar. Prens Annia hafifçe kocasının kulağına fısıldadı.

-Scipio, biliyor musun, korkunç bir kabusun sonunda uyanmış gibiyim.

-Ben de Annia, ben de...

-II-

Bilirsiniz; M.Ö. 5 nci yüzyılda yaşayan Yunanlı Tarihçi ve Antik Yazar Herodot: "Bizim yeryüzünde bildiğimiz en güzel gökyüzünün altı ve en güzel iklimin bulunduğu yer..." olarak tanımlamıştır Aydın'ı.

Aydın İli sınırları içindeki antik yerleşim kalıntılarını incelediğinizde, zeytin, incir, üzüm ve defne bitimlemelerinin sıklıkla, aynı zamanda yan yana kullanıldığını görürsünüz. "Asırların ötesinden gelen bir gelenek midir, ondan mıdır bahçelerimizin baş köşesindeki bu üçlü?.." diye sorgulamadan edemez insan...

Ayrıntılar incelendiğinde, çiçek ve yaprak figürleri de olmazsa olmazdır bu antik objelerin... Kekiktir, reyhandır, adaçaydır... Kadın ve erkek heykellerinin başına kondurulmuş, papatyadan ya da zeytin dalından oluşturulmuş taçtır...

Asırları eklersiniz ardı ardına, düne koşarsınız... Değişmez ayrıntılar, antik dönemde kullanılan objeleri görürsünüz gelinlerin, kızların başlarında; bin bir renkli, civıl civıl kır çiçekleri görürsünüz efelerin kabalalarında<sup>12</sup>; iğne, mekik oyaltı... Doğası, bu insanların hep baş tacı olmuştur... Ve bugün; o günlerin, asırlar öncesinden farkının olmadığını görürsünüz şaşkınlığınız katlanarak.

\*

\*\*

Osmanlı İmparatorluğu idari sisteminde Aydın bir eyalet merkezidir ve Aydın Eyaleti; İzmir, Manisa, Denizli, Muğla ve Aydın sancaklarından oluşur. 19 ncu yüz yılın ilk çeyreğidir ve Sultan II nci Mahmut tahttır. Osmanlı-Rus Savaşının bitmesinden sonra Mora İhtilali başlamış, 1826 yılında da Yeniçeri Ocağı kaldırılmıştır.

1827 de Navarin Deniz Savaşında Osmanlı donanması yıkıldı. İşte o çalkantılı dönemlerin yaşandığı zamanlardı. Her ne kadar o dönemde Atçalı Kel Mehmet Efe

<sup>12</sup> KABALAK: Efelerin ve zeybeklerin giydiği başlık.



yörede adını etkili bir şekilde duyuruyorsa da irifi ufaklı gruplar, çeteler faaliyet alanlarını genişletmek çabasındaydılar. İşte o sıralarda bir yaralama olayından sonra dağlara çıkan Lokman Efe, yavaş yavaş adını duyurmaya başlamış ve dağlardaki Yörük obalarının ve efe gruplarının otacısı olup çıkmıştı.

\*\*

"Öfke gelir göz kızarır, öfke gider yüz kızarır..." Efeler sözüdür Aydın'da. Öfkesini kontrol altına alamayınca parlayan, sakinleşince de yaptıklarından ötürü pişmanlık duyanlar için söylenmiştir.

Genç Lokman'ın öyküsü de öfkenin gelip gözünün kızarmasıyla başladı; kızaran gözü eline hükmetti ve sapladi kuşağından çektiği yatağani. Bacağını tutup yerde kıvranan kâhyaya aldırmadan olayın şahitlerine dönüp: "Duydunuz, sövdü banal! Hadsiz ve hesapsız sövdü. Yine söverse trakkasına<sup>13</sup> saplayacağım bu sefer!.." diye bağırdı, kızarmış gözleriyle.

Oysa kendi halinde bir delikanlıydı Lokman. Harlakbaşı'ndaki çeşmede oldu ne olduysa. İraz kızı gördü ve dünyası değişiverdi. Aydın Dağları'nın eteklerinden Bey Dağları'nın tepelerine, en tepelerine taşınma vakti gelmişti işte. O da öyle yaptı. Vurdu dağlara...

Babası genç yaşta ölünce Lokman'ı da Dedesi Sınıkçı<sup>14</sup> Hüsam büyütüştü. Meler neler öğrenmişti dedesinden. Daha onlarca öğrenecek şey varken, dağlara çıkmak da nereden geldi başına.

\*

\*\*

Nafiz Ağa'nın, Bey Dağı sırtlarındaki obasına geldiklerinde kuşluk vaktiydi. Sabahın seherinden beri at sırtındaydılar. On üç, on dört yaşlarında bir oğlan çocuğu koşarak karşıladı onu ve ekibini. Ellerini önünde kavuşturup:

<sup>13</sup> TRAKKA (TRAKE) : Mefes borusu.

<sup>14</sup> SINIĞIÇI : Kırık, çıkık bağlayan kimse, çıkıkçı.

-Lokman Efem, hoş gelmişsiniz... dedi.  
Efe atından inip çocuğun başını okşadıktan sonra:  
-Sağ ol Ali, nasılsın bakalım görüşmeyeli?  
-Eh efem, yoktur bir yaramazlık. Olur gideriz işte.  
-Ortalıklarda kimse görünmez?..

-.....

O sırada ortadaki koca çadırın girişi aralandı; bir yandan ayağına çarıklarını giyerken diğer yandan poturunun<sup>15</sup> uçkurunu bağlamaya çalışan Nafiz Ağa yürüdü kendilerine doğru. Heyecanla:

-Efem, hoş geldin. Kusurumuza bakma artık... Sesi titremekliydi.

-Nafiz Ağa, hayırdır, bir yaramazlık yoktur ya?

-Efem, hayır ve şer karıştı birbirine. Rahatımız yoktur vesellam. Ümmü Kadın'ın günlerdir gözlerinde bir dirhem uyku yoktur. Ayalimin<sup>16</sup> ıstırabı, beni de huzursuz etmektedir nicedir. Şaştım ki ne şaştım. Bir çiban oturdu kuyruk sokumuna ki ne yaptırıyacak olmadı. Tuğla kızdırıp üstüne mi kapatmadık, soğan pişirip mi koymadık; olmadı, olmadı işte bir türlü... Hasılı hiç rahatımız yok haftalardır.

Lokman Efe başını önüne eğdi. Canı sıkılmıştı.

-Ağa, hele çocuklardan biri atları gezdirsin biraz, nefeslensinler, terleri kurusun. Kızanlar da dinlenirler etrafta, sıkıntı olmayalım obaya. Kalıcı değiliz bugün, Geceyi Demirhan'da geçireceğiz. "Buralara kadar gelmişken uğramadan geçmeyelim..." dedik...

-Hı hı!..

Nafiz Ağa çadıra doğru bağırdı:

-Çocuklar, biriniz gelin hele!..

-Ha ağa, hanımlara söyle de bir dibek hazırlasınlar ben gelene kadar...

\*

\*\*

<sup>15</sup> POTUR : Pantolonun atası sayılan dış don.

<sup>16</sup> AYAL : Hanım, eş, zevce.



Lokman Efe obadan ayrırlıp gökyüzünün altındaki en güzel yeryüzünün yeşilliklerine daldı. Arada bir eğilip tutam tutam ot yolarken mırıldanıyordu da: "Ne demişti dedem: 'Zeytini üzmeyeceksin; zeytin üzmeye gelmez, ezmeye gelir. Ezerken de illaki üç beş yaprak atacaksın içine; miskler gibi kokutur alimallah...' deyip gülmüsedü."

Bir yandan özenle seçip, tutam tutam topladığı otları elindeki keseye doldururken, diğer yandan da kendi kendine mırıldanmasını sürdürdü. Son olarak bir zeytin ağacının önde durdu. Yarım okka kadar yeşil zeytin topladı. Bir avuç kadar da bir yanı yeşil, bir yanı gümüş renkli yaprak sıyırdı delice<sup>17</sup> sürgünlerinden.

Obaya döndüğünde meraklı gözler karşıladı onu. Karacıtlık ağacından oyulmuş dibeğin içine koydu topladıklarını ve demir dibek eliyle ezmeye başladı. Ezilen ilk eczayı bir bezin arasına sarıp:

-Yaranın tam üzerine kapatın... dedi, obanın gelinlerine. Sonra hazırladıklarını da bir haranıya<sup>18</sup> koyacağı. Sabah akşam temiz bir bezle tazellersiniz sarıyı diye tembihledi.

İkinci vakti helalaşıp ayrıldılar obadan; Demirhan istikametine dizgin boşaltıldı. Ve, ikinci günün akşamı derin bir uykuya daldı Ümmü Kadın...

Dağda yaşayan bir efenin yapacağı işler miydi bunlar? Ama bu hayatı isteyerek seçmemiştir ki o. Bir anda dağda buluvermişti kendini. Kader deyin, felek deyin, alınyazısı deyin... Dağa çıkışının adı ne olursa olsun; insanlara şifa dağıtmaktan memnundu o.

Etrafında çok kızanı olmadı onun. Bazen iki bazen üç kişi oldular. Karıncalı Dağ'dan Mardan'a, Mardan Dağı'ndan Bey Dağları'na, o köy senin, bu oba benim yörenin otacısı oldu Lokman Efe, şifa dağıttı...

\*\*

<sup>17</sup> DELICE : Aşılınmamış zeytin ağacı.

<sup>18</sup> HARANI : Bakır ya da toprak tencere.

Bugün içinde yaşadığımız bu dağlar, bu topraklar, bu bitki örtüsü dün vardı, öncesinde de vardı; Büyük Menderes Mehri'nin, Meandros olduğu Milattan Önceki devirlerde de vardı. Ondan önce, adı her neyse, o dönemlerde de vardı. Ve bu coğrafyada yaşayan insanlar alabildiğince kullandı bu zenginlikleri. Sağlığın, bu coğrafyada yetişen bitkilerin içinde saklı olduğunu bilerek, uygulayarak yaşadılar insanlar...

Gün, bugün... Zeytin, İncir ve Üzüm; bu toprakların bitki ailesi, gülmüseyerek koşmakta insanoğluna; sevinçle, coşkuyla...

-III-

Yağmurların dinlenip dinlenip yağdığı Nisan ayının son günleriydi. Pamukören'i henüz kat etmişler, Ballıkaya'ya doğru direksiyon kırmışlardı.

-Biliyor musun Yusuf, kasabamızın eskiden adı Gireniz'di. Ben Pamukören adını da çok seviyorum; ancak, ne bileyim Gireniz adı daha bir güzeldi sanki.

-Yahu Halil Abi, "Eskiye rağbet olsa bit pazarına nur yağardı..."

Karşılıklı gülmüşediler...

-Günler uzuyor artık, hem önümüzde epey bir saat var. Masılsa rahatlıkla gider geliriz; biraz ilerideki kır kahvesinde sana reyhanlı bir ada çayı içireceğim; bayılacaksınız.

-Neden olmasın, ada çayını severim, de; reyhanlısını şimdi senden duyuyorum.

-Severek içeceksin.

-Seveceğimi sanıyorum.

Birkaç dakika geçmemiştir ki yolun sağındaki açıklıkta kaç asrın çınar ağacıdır bilinmez bir ağaca yanaştı otomobil. Ağacın altında, boş bir masanın etrafına konulmuş sandalyeler vardı. İndiler.

On beş, on altı yaşlarındaydı koşup gelen çocuk.

-Vay, canım abim benim, hoş gelmişsiniz.



-Hoş bulduk sevgili Yahya, nasılsın bakalım, hane halkı nasıl? Baban yok mu?  
-Halil Abim, yok bir yaramazlık, herkes iyi. Bugün Perşembe ya; babam Ballıkaya'dan biraz kedirgen<sup>19</sup> ve sarmaşık topladı; onları götürdü Nazilli Pazarına. Bilirsin özel müşterileri vardır, götürmezse olmaz. Valla geçen hafta gitmedi de telefon üstüne telefon yağdı alimallah...

-Hı hı!..

-Abi, ne ikram edeyim size?

-Yusuf abime methede methede bitiremedim; ada çayı, reyhanlı olsun.

-Tamam, hemen getiriyorum.

Yahya koşarak uzaklaştı ocağa doğru.

-Yusufcum, bizim buralarda bitkisel beslenme oldukça revaçta.

-Bilmem mi? Ne demiş atalarımız; "Dağda acıkırsan hayvanlara bak, onların yediği ottan iyiyip açlığını giderebilirsin..."

-Evet.

Gülüştüler.

Yahya elindeki askıya koyduğu iki bardakla geldi.

-Abilerim, reyhanlı ada çaylarınız hazır.

Bardakları burunlarına götürüp, nefes nefes içlerine çektiler çayın kokusunu; birer yudum da aldılar dilleri yana yana.

-Çok güzel kokuyor, tadı da bir başkaymış gerçekten.

-Hı hı!..

\*

\*\*

Stabilize yolda sarsıla sarsıla ilerliyordu araba.

-Az bir yolumuz kaldı. Şu karşıdaki dönemeçi geçer geçmez bırakacağız arabayı. Sonrası tabana kuvvet.

<sup>19</sup> KEDİRGEN : Yabani kuşkonmaz.

-Epey de yükseldik sanırım.

-1300 metre civarında yüksekliğimiz.

Arabadan indiler.

-Şu el fenerini yanına al.

Etrafı kestane ağaçlarıyla süslenmiş bir patikadan ilerlediler bir müddet. İki kayanın sınırlarını oluşturduğu gediğin öbür yanına geçtiklerinde gördüğü manzara karşısında Yusuf ne diyeceğini şaşırmişti.

-Olağanüstü... diyebilirdi kendi duyurmasına. Gözleri, güneşin yankılandığı pembe bulutlara takılı kalmıştı.

-Halil Abi, müthiş bir güzellik bu; bulutların üzerinde yürür gibiyim.

-Pamuköen üstüne çöken bulutlar vardı ya; işte onların üzerindeyiz şu anda.

-Bitmesini istemediğim bir rüyada gibiyim.

-O zaman seni biraz daha şaşırtayım, takip et beni...

İrili ufaklı kayaların arasındaki, vahşi hayvanların yol ettiği güzergâh üzerinde yürüdüler bir müddet. Kollarını semaya açıp duaya duran bir meşe ağacının yanına geldiklerinde karşılarında görünen manzara muhteşemdi. Hatif hafif esen bir rüzgarın etkisiyle iki yana sallanan yeşil denizi görünce:

-Kantaron bunlar. İmamköy kanyonundan hatırlıyorum.

-Evet, şimdi de bu denizin sarı çiçeklerle süslendiğini düşün hele.

-Hiçbir şey düşünmek istemiyorum. Sadece bu güzelliği yaşayacağım şimdi.

Yusuf dalıp gitti bir anda; yok oldu, kara kayıplara karıştı. O kara kayıpların içinden pırl pırl, bembeyaz bir yüzdü karşıdan gülümseyen. Yutkundu... koştu pervasızca, çocukluğunda yaptığı gibi kendine doğru açılan kolların arasına attı kendini. "Nasıl da özlemişim seni..." dedi usulcacık.

Bir film izler gibi olmuştu belki ama rüya çok kısa sürmüştü. Son hatırladığı, o güzel yüzün hemen ilerideki hayvan ini gibi bir kovuğu işaret ettiği idi. Oraya yürüdüler. Yusuf:



-Bir mağara olmalı... dedi.  
-Değil ama mağaraya dönmüş diyebiliriz. Hemen şurada, az ileride yöre halkının "asar" dediği bir hisar var. Muhtemeldir ki hisara ait bir yapı. Bu hisarın da antik dönemden kalma bir ileri karakol olduğunu biliyoruz. Bunun kanıtı da o zamanın yapı örneklerinde olduğu gibi bu yapının üzerini bir tonozun örtmesi.

Dizleyi dizleyi minicik girişten içeri süzuldüler. El fenerlerinin aydınlığı içinde etrafa göz attılar. Bir oklu kirpinin dikenleri dikkatlerini çekti. Ağır bir koku vardı içeride. Son kez dikkatlice bakıp dışarı çıkmak için fenerlerin ışığını duvarlarda gezdirdiler. Yusuf duvarın köşesindeki kilit taşında bir çizgi yumağı fark etti. Fenerin ışığını bu çizgilerin üzerine tutarak yaklaştı.

-Abi, bakar mısın?... Olacak gibi değil...

Eliyle çizgilerin üzerindeki tozu toprağı temizler gibi yaptı. Baktılar uzun uzun. Çözmeye çalıştılar çizgi yumağını. Bir çubukla üzerinden geçip belirginleştirdiler çizgileri. Yanılmıyorlardı. Bir havan, bir havaneli ve bir dal.

-Enir<sup>20</sup> dalı sanki.

-Ben zeytin dalına benzettim.

-Meyveleri büyük olsa zeytin diyeceğim ama... Baksana minik betimlenmiş meyveler.

-Zeytin delicesinin de minik değil midir meyveleri? Hem bak, saplı bu meyveler; oysa enir meyvesinde sap çok kısadır, varla yok arasındır anlayacağın; neredeyse dala yapışıktır enirin meyvesi.

-Hı hı, zeytin olmalı...

-Abi, bakar mısın; buradaki bir terkinin formülü sanki. İncir ve üzüm yaprakları da kazınmış baksana.

-Çok enteresan, hele fotoğrafıyalım şunu; Arkeoloji Ana Bilim Dalı Başkanı bir dostum var, bakarsın bir gün okuturuz. İster misin bu formül...

<sup>20</sup> EMİR : Yaban mersini.

Halil sustu birdenbire. Sonra başını sallayıp:

-Meyse canım, boş ver... dedi.

Çeşitli açılardan kilit taşındaki graffitiyi<sup>21</sup> fotoğrafladılar.

Arabayı bıraktıkları noktaya geldiklerinde gün, yönünü iyice batıya çevirmişti.

Ballıkaya'ya selam verip Pamukören rotasına girdiler.

\*

\*\*

Sonra ne mi oldu?

\*

\*\*

Önce, Türk İşadamları Platformu "TIAP" bünyesinde, Mucit Türk İşadamları Platformu "MUTİAP" kuruldu. Kuruluş aşamasının devamında "Benim de icadım var" yarışması düzenlendi. Katılımcı üyeler çeşitli buluşlarını bu yarışmada ortaya çıkararak akademik ortamda araştırmalarını yaparak piyasaya sürebilecek hale getirdiler. Sözün özü, her kesimden insanların yer aldığı platforma üye olan mucitler, buluşlarını sergileme ve ülkeye kazandırma şanslarını yakaladılar.

Her kesimden insanların yer aldığı bu platformun gerçek amacı gün yüzüne çıkmamış çok değerli buluşları ülkeye kazandırılmaya başlandı. "MUTİAP", birçok bilimsel projeye destek vermeye başladı. Türkiye'de uygulanabilir pek çok projenin raflarda kalmaması için bir çalışma başlatıldı. TIAP, uygulanabilirliği olan tüm projelerin hayata geçirilmesi için projesine destek arayanlara kapılarını sonuna kadar açtı.

\*

\*\*

<sup>21</sup> GRAFFITİ: Duvar yazıları ve resimler yoluyla kendini ifade eden görsel bir uygulama.





Ve... "ANTİK OİL"

"ANTİK OİL" e duvardaki bir graffiti demetinden ve "Benim de icadım var" diyerek ulaşıldı... Zeytin, incir ve üzüm üçlemesinin arasında, Aydın dağlarının muhteşem florasının girmesi sonucudur "ANTİK OİL". Ondandır Büyük İskender'in Alinda'yı almak istemesi; zira gözlerini kamaştırmıştır zeytinin yanardöner yaprakları arasında gördüğü incir ve üzüm bağları. "ANTİK OİL" in sağlık sırlarını Büyük İskender'i buralara çeken. Çok iyi bir siyasetçi olan Kraliçe Ada'nın, Büyük İskender'in Asya Seferine çıktığında ona kentlin yıkılıp yağmalanmaması için kapılarını açıp oğlu yerine koymasının sebebidir "ANTİK OİL". Büyük İskender'in, uyuz olan askerlerini Acharaka'da tedavi ettirmesi boşuna değildir. Bu toprakların, damla damla doğadan sızmasıdır "ANTİK OİL"...

"Kurt bunalır köye iner, kul bunalır dağa çıkar..." deyip de baskıya zulme karşı durmak için dağlara çıkan efelerin akıllara sığmayan karışımıdır "ANTİK OİL" ... "Dara düşen ya dağa yaslanır ya beye..." diye söylenegelmiş efeler sözünün harfleri arasından damlayan altın bir katredir "ANTİK OİL". Kırılan kolunu yeninin içinde tedavi eden, kanayan yarasına bastığı buğday taneleriyle kanamasını durduran zeybeklerin alın teridir "ALTIN OİL". Dağdan dağa göçen, bir sahan olup vadiler aşan, düşkünün yanında bitiveren Lokman Efe'nin mucize ürünüdür ANTİK OİL".

Selam olsun "Gökyüzünün altındaki en güzel yeryüzü"ne; selam, selam olsun...

İsmet Nadir ATASOY



#### Zeytin Yaprağı :

Zeytin ağacı binlerce yıldır pek çok kültür tarafından sihirli ve kutsal kabul ediliyor. Bunun en önemli nedeni 2 bin yıl gibi oldukça uzun bir yaşam süresinin olması. Son yıllarda hız kazanan araştırmalara göre 101 madde ihtiva eden zeytin yaprağının içindeki en etken madde başlıca 'polifenolik antioksidan'lardan biri olan Oleuropein. Zeytin yaprağı antimikrobiyal, antioksidan ve kan şekeri seviyesinin düzenlenmesiyle ilgili etkilerinin yanı sıra kroneer damarlar üzerine de etkileri vardır. Aynı zamanda LDL kolesterol seviyesinde düşmeye neden oluyor. Zeytin yaprağının etkili olduğu diğer rahatsızlıklar ve mikroorganizmalar ise şöyledir: Bronşit, Soğuk Algınlığı, Kulak Enfeksiyonları, Epstein Bar Virüsü, Fibromalarya, Fungal (mantar) enfeksiyonları, Herpes Virüsü, Chlamydia sp., Dizanteri, Streptococcus sp., Hepatit A,B,C, Zatürre, Cilt Rahatsızlıkları, Zona, Romatizmal Hastalıklar.

#### İncir Yaprağı :

Besin değeri yüksek bir ürün olan kuru incir, kolay sindirilebilen, fruktoz ve glikoz içerir. Protein miktarı bir çok kuru meyvenin iki katından daha fazladır. Kalsiyum, bakır, magnezyum, potasyum ve kükürt bakımından birinci, enerji, pantotenik asit, riboflavin, tiamin ve pridoksin bakımından ikinci sırayı aldığı görülmektedir. İncir, içeriğindeki pektin nedeniyle, bağırsaklarda toksik maddelerin atılması, kandaki kolesterol düzeyinin düşürülmesi gibi yararlar sağlamaktadır. İncir içerdiği 'benzaldehit' adlı maddeyle kanserli hücrelerin büyümesini önler, kansere karşı etkili olur, Kurutulmuş incir yapraklarıyla hazırlanan detoksiyon, Hemoroit (basur) ve çıbanlara karşı etkilidir.

#### Üzüm :

Üzümde %20-25 oranında hazma lüzum kalmadan doğrudan kana geçen şeker vardır. Gıda bakımından terkibi anne sütüne çok yakındır. Beden ve beyin yorgunluğunu giderir. Romatizma, üre, siyatik için çok faydalıdır. Üzümde bol demir ve şeker vardır. Bunlar bol kan yapar. Üzüm kalbi kuvvetlendirir, içeriğinde bulunan bol potas kalp adalelerini kuvvetlendirir.

#### Zerdeçal :

Antioksidan etkilidir. Curcuminin antioksidan etkisinin E ve C vitaminlerinden daha güçlü olduğu görülmüştür. Curcumin kansere karşı koruma sağlar ve tümör hücrelerinin çoğalmasını engelleyici özelliği vardır. Kanserli hücreleri bloke eden zerdeçal baharatı, uzun vadede ümmün (bağışıklık) sistemini güçlendirmektedir. Zerdeçalın aynı zamanda antiviral etkisi bilimsel olarak kanıtlanmıştır.

#### Tarçın :

Antik çağlardan beri pek çok medeniyet tarafından doğal ilaç olarak kullanılmıştır. Tarçın kandaki kötü kolesterol ve trigliserid seviyesini düşürür. Kan şekerinin düşürür, kalp ve damar sistemini güçlendirir. Koroner damar hastalığında ve yüksek tansiyonda yardımcı olur. Tarçındaki kalsiyum ve lif kombinasyonu safra salgısını artırarak kolon hücrelerinin zarar görmesini dolayısıyla kolon kanseri başta olmak üzere kan kanseri ve lenf kanseri üzerinde etkileri bilimsel olarak kanıtlanmıştır.



#### Mar Çekirdeği Yağı :

Siğara, alkol, kirlı hava gibi kanserejen etmenlerin etkisini azaltan güçlü antioksidandır. Kalbi kuvvetlendirerek, kalp krizi riskini azaltır. Cildi tazeler, yaşlanmayı geciktirir. (Anti-aging) kolestrolü ve hepertansiyonu düşürür. Doğum kontrol hapının yan etkilerini azaltır. Menopoz sıkıntılarını giderir. Mar çekirdeği yağında, nar çekirdeğine özel konjuge linolenik asit olan punisik asit bulunmaktadır. Bu sayede başışıklık sismeni güçlendirmektedir.

#### Ardıç Tohumu :

Ardıç ağacı simyacılarca felsefe taşı yapımında kullanılmıştır. Dayanıklı yapısından dolayı Romalılar'da Jüpiter'e (Zeus'a) adanmıştır. Ardıç tohumu idrar yollarını ve mesaneji temizlemekle kalmaz, aynı zamanda kum ve taşın da atılmasına yardımcı olur. Pankreasın düzenli bir şekilde çalışmasını sağlar, ayrıca kandaki şeker miktarının düşmesine yardımcı olur. Ardıç tohumu ağrı ve güç reglerin kolay olmasına yarayan bitkisel bir pözündür. Fazla kilolardan kurtulmada ve zayıflamak için ardıç tohumunun idran söktürücü ve yağ yakıcı (yağ yakıcı metabolizma hızlandırıcı) etkisinden yararlanılıyor. Ayrıca vücuttaki toksinleri ve ürik asid atarak romatizmayı ve Gut'u hafifleten bir bitkisel üründür. Ardıç tohumu kanser savaşçısı bir antioksidandır.

