

# Keyifli Okumalar Dileriz

Binlerce kategoride milyonlarca PDF e-kitap, ders kitapları, dergiler ve romanlara platformumuz üzerinden ücretsiz ulaşabilirsiniz.

## RESMİ WEB SİTEMİZ

<https://rantey.org>

### Yedek ve Duyuru Kanallarımız

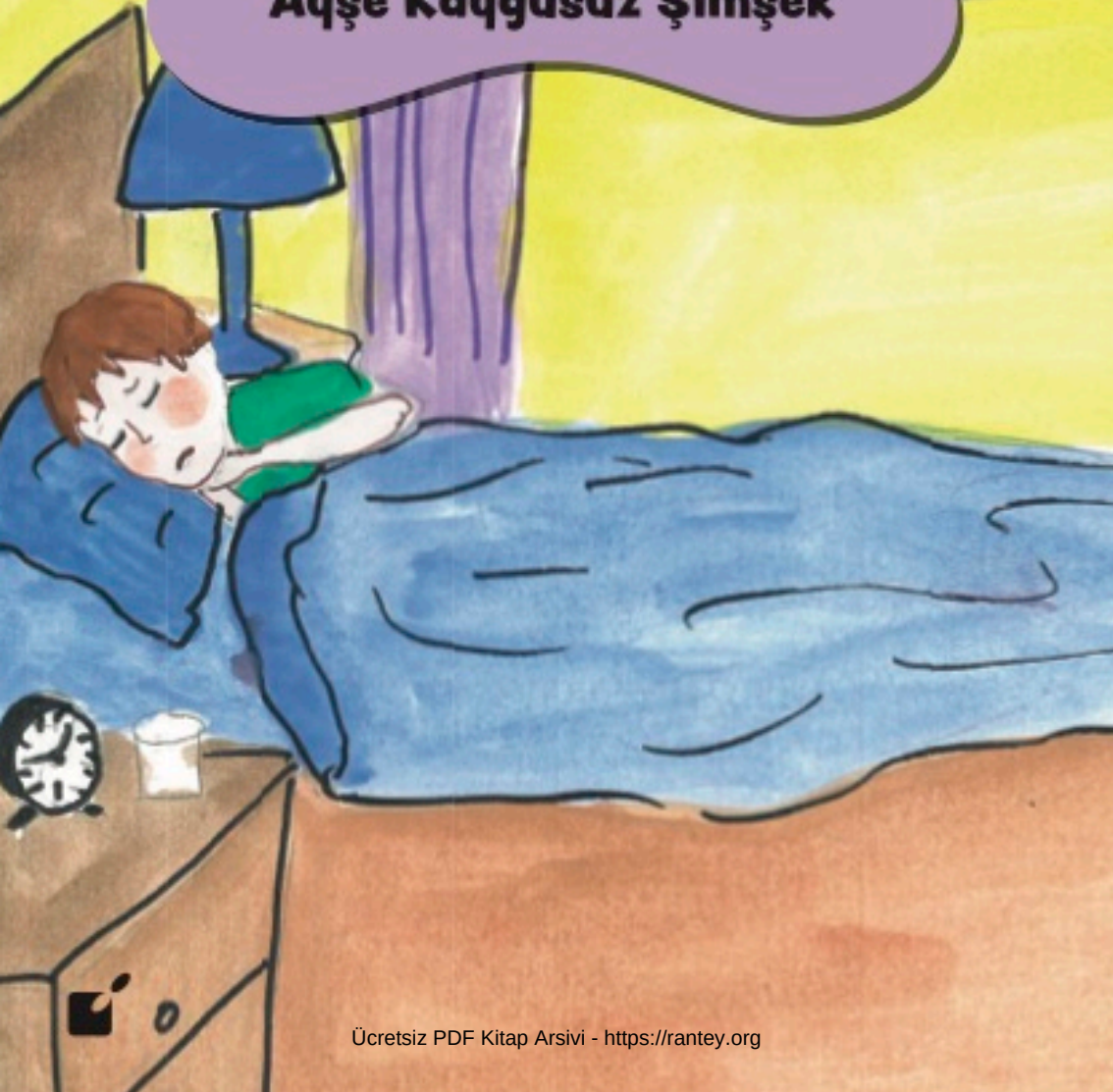
Sitemize erişim engeli gelmesi veya adres değişikliği durumunda aşağıdaki kanallardan güncel giriş adresine erişebilirsiniz:

- Telegram: <https://t.me/birkitapbir>
- WhatsApp Kanalımız : <https://whatsapp.com/channel/0029VbDHv8uE50Us4lvMoc0Y>



# **AYDEDE ATEŞ'İN RÜYASINDA**

**Ayşe Kaçgusuz Şimşek**





ÖTEKİ YAYINEVİ

**Öteki**  
HİKAYE

**Yayına Hazırlayan**  
Serpil Köker

**Resimleyen**  
Sevda Linka

**Kapak ve İç Mizanpaj**  
Özgür Yurttaş

**1. Baskı**  
Şubat 2020

© Öteki Yayınevi  
Sertifika No: 34460

**Baskı ve Cilt**  
Ceylan Matbaası  
Maltepe Mah. Davutpaşa Cad.  
Güven İş Merkezi B Blok No: 318  
Tel: (0212) 613 10 79

**Yönetim Yeri**  
Eğitim Mah. Saygı Sok. Selimoğlu Sitesi 17 A  
Kadıköy / İstanbul  
Tel: 0216 405 25 22  
ISBN: 978-975-584-369-8



# **AYDEDE ATEŞ'İN RÜYASINDA**

**Sağlıklı Beslenme**

**Ayşe Kaygusuz Şimşek**



ÖTEKİ YAYINEVİ

## Ayşe Kaygusuz Şimşek

1965 Zile, Tokat doğumlu. İlkokulu, Turhal Şeker İlkokulu'nda ve Turhal Lisesi Orta Okulu'nda okudu. 80 darbesiyle okul hayatı bitti ve evlendi. 13 yıl köyde yaşadı. On dokuz yıl sonra Açık Öğretim Lisesi'ne kayıt oldu. Üç yıl sonra da Anadolu Üniversitesi İktisat Fakültesi Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkiler Bölümü'ne kayıt oldu ve 2018-2019 öğretim yılında mezun oldu. Aynı üniversitede Adalet okumaya devam ediyor.

İlk öyküleri 2006 da yayımlanmaya başladı. Edebiyatın şiir, öykü, deneme, anı, söyleşi, mektup gibi birçok türünde yazdığı yazıları genele yayın yapan çok çeşitli edebiyat dergilerinde yayımlandı ve yayımlanmakta.

Bir yıldan fazla Samandağ Ayna gazetesinde köşe yazdı (2013). 2018 Ekim'inden bu yana Avusturya'dan yayın yapan Toter Winkel-Saklı Açık- gazetesinde söyleşiler ve kitap tanıtımları yapıyor. TRT, Sol Radyo, Halk Tv ve www.lora gibi birçok radyo ve televizyon programına katıldı. Özgür Radyo'da çeşitli konularda on bölümlük program yaptı. Yaklaşık 13 yıldır Ekin Sanat Edebiyat ve Düşün Dergisinde Yayın Kurulu'ndan, Sanat Yönetmeni sorumluluğunu yapmakta. Aynı dergi de beş yıldır her cumartesi edebiyat etkinlikleri düzenlemekte ve sunum yapmakta.

Üç çocuk ve dört torun sahibi olan yazar Ankara'da yaşıyor.

Kitapları:

Düş/görüş - öykü, 2011

Düşe Yazanlar – söyleşi, 2013

Gül Ağrısı Su – şiir, 2015

Cezmi – roman, 2017

Haziran Ateşi – öykü, 2018

Hayatımdaki Erkekler – anı, 2019

Sesim – deneme, 2019

Bu kitapların tamamı ekin sanat yayınlarından çıktı.

Barış Öyküleri, Ankara Öyküleri, Kaynana Şekeri gibi ortak kitaplarda birer öyküyle yer aldı.

Ateş o gece sabaha kadar yatamadı. Ateşler içinde kıvrandı durdu. Karnı, başı, boğazı... Vücudunun her yeri ağrıyordu. “Ne oluyor bana, vücuduma...” diye düşündü.

Eskiden de hastalanır ama çabuk iyileşirdi. Fakat bu kez hastalığı çok başkaydı. Sabaha kadar uyuyamamıştı. Yine de şimdi geçer, şimdi geçer, diye düşünmüş; annesine babasına haber vermemişti. Ancak sabaha karşı biraz rahatlamış, uyumuştı. Her sabah kalktığı saat geldiğinde yine, kurulu bir saat gibi uyandı. Ama gözünü açamıyor, yattığı yerden kendini kaldıramıyordu.



“Okula da geç kalıyorum. Ateş kalk, kalk!” dedi kendi kendine. Yataktan doğruldu. Bir türlü ayağı kalkmayı beceremiyordu. Vücudunun direnci yoktu. Bağırarak istedi, yapamadı. Boğazı çok acıyordu. Karnı da...

Ama o okuluna gitmek istiyordu. Bugün okul çıkışında arkadaşlarla hamburger yemeye gidecekti. Yanında da bir şeyler içeceklerdi. Arkadaşlar aralarında sözleşmişlerdi. Hem de çok sevdiği Türkçe dersleri vardı.

“Kalkmalıyım. Evet, evet kalkmalıyım.” diye düşündü ve tekrar ayağı kalkmaya çalıştı.

-Anneeee! diye seslendi güç bela.

Zorlukla yattığı yerden doğrulmaya çalışırken yataktan düştü. Gerisini hatırla-

mıyordu. Düşerken çıkardığı sesle, annesi koşarak geldi odaya.

Bir ara gözünü açar gibi oldu. Başında annesi Melek Hanım, babası Rıfat Bey ve onların yanında tanımadığı bir kadın vardı. Çok ciddi konuşuyorlardı sanki.

Sonra yine kendinden geçti. Usulca açtığı gözkapaklarını yine usulca kapattı. Yaşlı ve sakallı, zayıf, elinde bastonuyla, ton ton bir dede çıkageldi rüyasında. Bu daha önce tanıştığı ve bir süre de evlerinde birlikte yaşadıkları Aydede idi. Ama Aydede'nin ailesi olmadığı için uzaktaki akrabalarına gitmişti. Uzun zaman olmuştu görüşmeyeli.

-Ateş, Ateş bana bak; beni duyuyor musun, dedi. "Ben Aydede. Seninle konuşmaya geldim. Niye hastalandın biliyor musun?









Sana niye hastalandığını anlatacağım, ama sonra benim sözümü dinleyeceksin, tamam mı?” diye devam etti. “Düzensiz ve dengesiz besleniyorsun. Bundan sonra beslenmene dikkat edeceksin. Sağlıklı olmak için annenin hazırladığı her çeşit yemekten yiyip, çorbadan içeceksin. Sebze yemeklerinden ve özellikle mevsim meyvelerinden yeterince yiyeceksin. Dengeli beslenmeyi öğreneceksin. Beslenmene önem vermezsen sık sık hastalanırsın. Zamanla dişlerin de çürür. Oyun oynarken, koşarken arkadaşlarına göre daha çabuk yorulursun. Vücudun kendisi için gerekli vitaminleri, proteinleri alamadığı için zayıf düşer; sen de kendini yorgun hisseder-sin. Bir de, vücut güçsüz olduğu için diğer hastalıklar daha kolay bulaşır.” dedi.

Ateş, kendi odasında, kendi yatağında yatıyormuş gibi dinledi Aydede'yi. San-ki her şey yolunda, hiç hasta değilmiş gibi yattığı yerde gülümsüyordu.

Aydede, Ateş'in konuşmasını, yanıt vermesini beklemeden uçarak geldiği yemyeşil ormana, tekrar uçarak gitti.

Ertesi gün derin bir uykudan uyanırcasına gözünü açtı Ateş. Hastanedeydi. İki gün olmuştu hastaneye geleli. Annesi ve babası başucunda bekliyordu.

“Canım ailem! Günlerce başımdan ayrılmamışlar. Ne kadar yorgun görünüyorlar.” diye düşündü. Onlara gülümsedi. Ateş gülümseyince onlar da çok sevindiler. Onlar da gülümsedi. Uzun süre ilk kez kendine geldi. İyileşmeye başlamıştı artık. Bir ara







gözlerini açtığıında annesi ve babasıyla birlikte odasında gördüğü o kadın da başucunda dikiliyordu.

“Gördüğüm kadın doktormuş meğer.”  
diye geçirdi içinden.

-Küçük hastamız uyanmış demek, dedi  
Doktor Demet.

Ateş’in gözlerinin içine bakarak gülümsedi.

-Nasılsın Ateş?

-İyiyim, teşekkür ederim.

-Bizi korkuttun. Ama artık atlattın sayılır.  
Neden bu kadar ağır hastalandığını biliyor  
musun?

-Galiba bilmiyorum, dedi. Doktor konuşmasını sürdürdü:

-Bak Ateş, diye, Demet doktor konuşma-



sına devam ederken, Ateş de gördüğü rüyayı yeniden yaşıyormuş gibiydi. Kafasında Doktor Demet'in sesiyle Aydede'nin sesi birbirine karıştı.

Ateş, Demet doktorun ne demek istediğini çok iyi anlamıştı. “Çünkü” dedi kendine; “Ben abur cubur yemeyi çok seviyorum. Evden kahvaltımı yapmadan çıkıyorum. Okulun önünde açıkta satılan yiyeceklerle karnımı doyuruyor ve hamburger çok yiyorum. Kola gibi asitli içeceklerle ve çikolataya bayılıyorum. Doktor ve Aydede, ikisi de anlattıklarının hepsinde haklı.”

O gün de hastanede kaldıktan sonra ertesi gün eve gittiler. Yakında da okuluna kavuşacaktı. Ama Ateş çok özlemişti





okulunu, öğretmenini ve arkadaşlarını. Annesi anlattı, o hastanedeyken arkadaşlarının onu ziyarete geldiğini. Yatakta onu hasta ve bitkin gördükleri için çok üzüldüklerini. Onu uyandırmamak ve mikrop bulaştırmamak için uzaktan izleyip gittiklerini...

“Arkadaşlarım ne çok seviyor beni. Tabii ben de onları. Sevmek, sevildiğini bilmek ne güzel bir duygu...” diye düşündü, annesi konuşurken. Arkadaşlarını görmek için sabırsızlanıyordu. Onlara anlatacak o kadar çok şey biriktirmişti ki. Hele hele, hastalığının nedenlerini, Demet doktorun anlattıklarını...

“Artık dengeli ve düzenli besleniyorum. En büyük zenginliğimiz sağlığımızmış.







Bunu çok iyi anladım arkadaşlar. Sağlığınıza korumak için beslenmemize dikkat etmeliyiz.” diyecekti, sabırsızlıkla arkadaşlarına kavuşacağı günü bekledi.



- 1-Ateş'in hastalığının belirtileri nelerdi?
- 2-Ateş, ateşler içinde sayıklarken rüyasında kim geldi ve neler söyledi?
- 3- Ateş kendine geldiğinde neredeydi? Yanında kimler vardı?
- 4-Ateş neden hasta olduğunu düşündü ve kendi kendine neler konuştu?
- 5-Ateş hastanedeyken ziyaretine gelen arkadaşları Ateş'i neden uyandırmadan uzaktan izlediler?
- 6-Ateş hastaneden çıktıktan sonra arkadaşlarına neler anlatmayı düşünüyor?

