

Allie'nin 2026
Önerileri





İçindekiler:

Giriş

Her aya özel takvim ve tarifler:

12 aya özel tasarlanmış takvimleri

ve hemen ardından Alie'nin bu özel günlerle ilgili önerilerini ve notlarını bulabilirsin.

Alie'nin Masalları ve Sihirli Tarifleri:

Alie'nin Mistik Mum Tarifi

Alie'nin Efsunlu Banyo Çayı

Alie'nin Kil Maskesi Tarifi!

Alie'nin Floral Vücut Losyonu

Alie'nin Sihirli Simit Tarifi



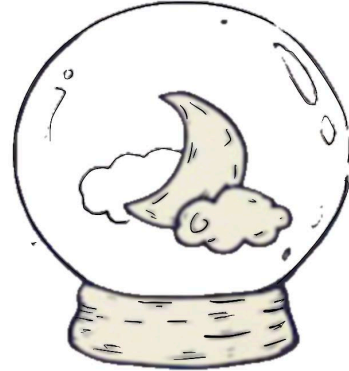
Giriş

Aile'nin dünyasına hoş geldin!

Bu kitap, onun masallarını ve sihirli tariflerini bir araya getirmek için hazırlandı. Bunlara ek olarak 2026 takvimi ve çeşitli uygulama önerileri de yolculuğunu zenginleştirmek ve deneyimini en üst noktaya taşımak amacıyla eklendi.

Buradaki hiçbir içerik tehlikeli veya zararlı değildir; ancak malzemeleri seçerken alerjik olabileceğini ya da kişisel zevklerini mutlaka göz önünde bulundurmanı öneririz.

Alie, bitkilerle ve doğanın elementleriyle çalışmayı seven bir masal kahramanı. Ona eşlik ederken acele etme; söylediklerine kulak ver, yavaşla ve bu dünyanın ritmini hisset.



Yeni Yıl Sepeti

Bir yılı daha geride bırakmak üzereyiz. Hafta sonu hava soğuk ve yağmurlu. Günü evde tembellik yaparak geçirdim ama akşam, çok sevdiğim eski komşum Alie ile buluşacağız.

Bir zamanlar ben küçük bir kızken hemen yanı başındaki evde oturuyorduk ve vaktimin büyük bir kısmını onunla geçirmeye bayılıyordum. Onun masalları, ruhuma, zihnime ve bedenime şifa veren karışımları bugün hâlâ benimle.

Yılbaşı öncesinde benimle paylaşacak sihirli hikâyelerinin olduğuna hiç şüphem yok. Bu nedenle kış bahçesindeki koltuğuma kurulmak ve henüz pişirdiği kurabiyelerin kokusunu içime çekmek için fazlasıyla hevesliyim.

Vardığımda önce, bir zamanlar odalarında koşturduğum ve genç kızlığımı geçirdiğim evi uzaktan izliyorum. Şimdi pencerelerinden benim kurmadığım bir çam ağacının yanıp sönen silüetini gördüğüm bu üç katlı ev, bana dair pek çok anıyı saklıyor, pek çok mutlu, üzgün ve heyecan dolu hatırayı.

Silkelenip kendime geliyorum. Hareketsiz kalınca ayaz insanın iliklerine işliyor. Paltoma sarınıp ağaçlarla dolu yan bahçenin kapısına doğru yöneliyorum. Ne hikmetse bu bahçe evi öyle güzel sarmalıyor ki, insan içeri girerken Alice Harikalar Diyarı'na adım atmış gibi bambaşka bir dünyaya geçiyor. Bu bahçenin ağaçları hep yeşil ve gür; ben ilk adımı atar atmaz dallar ardımdan kapanıyor sanki ve sokakla aramıza görünmez bir perde çekiliyor.

Patika boyunca minik lambalar sıralı; sanki meşale taşıyan minik insanlar size yürürken eşlik ediyor gibi.

Verandada yanan küçük şömine, kütüphanenin raflarını aydınlatan mumlar, artık iyice serpilen kocaman bitkiler ve elbette koltuğum, küçük abajurum ve orta sehpanın üzerinde dumanı tüten bitki çayım...

Uzun yıllar geçmiş olsa da bu manzara zamanda donmuş kalmış gibi. Kendimi yeniden 17 yaşındaymışım da Alie beni aynı şekilde bekliyormuş gibi hissediyorum.

Ona sarılıyorum; tanıdık kokusu gözlerimde özlem dolu birer yaşa dönüşüyor. Bakışlarında hâlâ o sihirli ateş var; yaşlanmış ama enerjisi hâlâ genç.

Hemen beni koltuğuma buyur ediyor. Biraz nostalji, biraz da değişen hayatlarımızdan konuşuyoruz. Alie hâlâ sosyal bir kadın; yeni komşularından ve çıktığı kısa seyahatlerden bahsederken keyif alıyor. Ben de ona kızımdan ve nasıl hızla büyüdüğünden söz ediyorum. Ona Alie'nin sihirli masallarını anlattığımdan da...

Yeni yıl yaklaşırken Alie'nin bana sürprizi kocaman bir sepetle geliyor! Ve şöyle anlatıyor:

"Ahh, keşke vaktimiz olsa da eskisi gibi mutfağa girip bu tarifleri birlikte yapsak. Ama şimdilik hazır olarak vereceğim. Belki kızınla birlikte yapmak istersin diye tarifleri de sepete koydum.

Biliyorsun, havadan sudan tarif uydurmayı sevmem. Bu yeni yıl tariflerini de yıllar evvel büyük büyük annem yapmış. Elbette nesilden nesile aktarılan bu kıymetli ritüelleri ben de kendi kanımdan olmasa da değerini bilecek kadınlara aktarmaktan keyif duyuyorum.

Bu altı tarifiñ doğuş sebebi aslında büyük büyük annem...”

Çıtırdayan şöminenin yanında koltuğuma iyice gömölüyorum ve sahneyi Alie’ye bırakıyorum.

Bir zamanlar, yüzlerce yıl evvel, insanlar daha yabani ve çaresizken dünya yaşaması çok daha zor bir yermiş.

Savaşlar, kıtlık ve fakirlik insan hayatına hükmeden başlıca etkenlermiş. Ash, büyük büyük annem, bu zorlu dönemde bataklık ve hastalık dolu şehirlerin tekinsiz sokaklarında yer alan üç katlı evin üçüncü kız çocuğu olarak dünyaya gelmiş. Annesi ve babası tarafından sevgiyle büyütölmüş. Ta ki ablaları evlilik çağına gelip sırasıyla istemedikleri adamlarla para uğruna evlendirilene kadar.

Bu, ailemiz için bir dönüm noktasıymış. Çünkü Ash, atalarımız arasında gücüne inanan ilk kadınımış. Sıranın kendisine geleceğini biliyormuş ve bir gün dayanamayıp evden kaçmış. Tekinsiz sokaklar onun gibi bir kadın için hiç de uygun değilmış. Ash’in niyeti ormana gitmek ve kendine bir ev inşa edip bir daha şehre dönmemektir.

Fakat karanlık sokaklarda fareler, dilenciler ve ölüme terk edilmiş hastalıklı insanlar gecenin avcılarıydı. Ash fazla uzaklaşmadan birine yakalanacağını anlar ve büyük bir risk alarak meşale ışığı gördüğü bir ahıra sığınır. Kader burada ağlarını yeniden örer ve karşısına o güne kadar gördüğü en yakışıklı, en erdemli adam çıkar. Adam, Ash’in simsiyah uzun saçlarına ve mermer gibi beyaz tenine aşık olur. Ona yardım etmeye karar verir, ormanda bir kulübesi

olduğunu ve eğer isterse Ash'i oraya yerleştirebileceğini söyler.

Böylece Ash, puslu gecenin karanlığında siyah bir atın sırtında, yeni tanıdığı bu adama güvenerek şehri terk eder. Ne büyük bir cesaret!

Gerçi bir zamanlar yaşamak bile cesaret işiymiş...

Ormandaki bu ev Ash'in yuvası olur, daha doğrusu Ash bu dökülmüş taştan yapıyı bir yuvaya dönüştürür.

Onu hayata bağlayan ve kalbini ısıtan aşk da böylece yaşamına bir mucize gibi girer.

Benim atalarımın en güçlü özelliği mucizelere inanmalarıydı. Ben de sihre, şifaya ve mucizelere inanan bir neslin çocuğuyum.

Her neyse... Ash ormanın nimetleriyle yaşar, etini, sütünü, sebzesini ormandan sağlar. Kocasını ise hem savaşçıdır hem de yaptığı küçük ticaretler sayesinde evi döndürmeye destek olur.

Gel zaman git zaman Ash hamile kalır...

Bu, Ash'in kaderindeki bir başka dönüm noktasıdır. Çünkü güzel giden hayat, savaşın kızışması ve ormanın derinliklerine kadar ulaşmasıyla bir anda korkutucu bir hâl alır.

Ne yazık ki kaçak askerler ve ipsiz sapsız insanlar kulübeyi fark etmeye başlar. Kocasının koruması altında Ash güvende olsa da bir gece kulübeye dadanan birkaç asker, kocasını savaştan kaçmakla suçlar.

O gece Ash, ilk kez korkunun soğuk nefesini ensesinde hisseder. Hisleri güçlü bir kadındır ve ne yaparsa yapsın ailesinin parçalanacağını bilir.

Birkaç gün sonra askerler kocasını almak için kapıya dayandığında Ash altı aylık hamiledir ve çaresizlik içinde kocasına veda edip yapayalnız kalır.

Günler ve haftalar geçer. Kış gelir, ayaz, kar ve beraberinde kıtlık. Ash tasarruflu davransa da sonunda kaynaklarının sonuna gelir. Yine de sahip olduğu en güçlü kaynak, mucizelere olan inancı, ayaktadır.

Bir gece, son odunu şömineye atıp kuruttuğu etin son lokmasını yemiş, kalan şarabın son şişesini açmış ve kocasını düşünürken kapı çalar.

Haftalardır sessiz bir sabırla bekleyen Ash bunu bir işaret olarak görür. Mucizelere inanmakla delirmek arasında çok ince bir çizgi vardır, belki de tek sebebi artık tamamen çaresiz kalmış olmasıdır, sorgulamaya dermanı kalmaz ve kapıyı açar.

Karşısında yaşlıca bir kadın, sırtında dev bir bohça vardır. Bu beklediği kişi değildir fakat karlı havada zavallı kadını dışarıda bırakmaya vicdanı el vermez.

Ash karnını saklamaya çalışsa da yaşlı kadın battaniyenin altından görünmeye başlayan sekiz aylık karnını hemen fark eder. Bir şey söylemeden ateşin başına oturup ısınırken, varsa içecek bir şeyler ister. Ash tereddütsüz elindeki son şişe şarabını kadına verir.

O anda yaşlı kadın dönüşür ve yerini tanrıça benzeri bir varlık alır.

Yaptığı iyiliğin karşılığında tanrıça Ash için bohçasından tomar tomar malzeme çıkarır: otlar, tohumlar, mumlar... ve Ash'e iki yol sunar.

İlki, bu malzemeleri de bırakıp gideceği bir seçenek. Bu sayede Ash uzunca bir süre aç kalmadan idare edebilecektir.

İkincisi ise Ash'in kendini ona adadığı bir yol. Böylece hem Ash hem bebeği hem de nesiller boyu soyu belli ayrıcalıklara sahip olacaktır. İkinci seçenek tekinsiz görünse de kocasını kaybetmiş, çaresiz, korumasız hamile bir kadın için fazlasıyla ikna edicidir.

Yeni yıla bir aydan kısa zaman kalmıştır, Ash'in doğumuna da. Tanrıça birkaç gün evde kalır ve malzemeleri kullanarak Ash'e birkaç sihirli tarif öğretir.

Bu tarifler hem onu hem de bebeğini korumak içindir.

Senin yılbaşı sepetinde de yüzyıllar öncesinden gelen bu tarifler yer alıyor. Dilerim Ash'in hayatını kurtardığı gibi sana da ışık olurlar.

Unutma, tarifler basit malzemeleri bir araya getiren reçetelerdir sadece. Onları gerçek yapan senin niyetindir.

Bu nedenle eğer tarifleri uygulayacaksan öncesinde temiz bir zihin ve dingin bir ruh hali en kritik başlangıç olacaktır.



Kalp, Ateş ve Bal (Hearth Ember Honey)

Amacı: Yeni yılın ilk günlerinde *koruma, sıcaklık, yaşam enerjisi*.

Bileşenleri:

- **Bal:** Yüzyıllardır “güneşin özü”, bolluk ve şifa taşıdığına inanılır.
- **Acı kırmızı biber:** Halk tarafından kötü niyeti uzak tuttuğuna inanılır ve enerji yükseltmek için kullanılır.
- **Tarçın:** Şans, aşk ve sıcaklık için.
- **Karanfil:** Koruma ve kötülüğü mühürleme bitkisidir.
- **Portakal kabuğu:** Güneş enerjisi, neşe ve tazelenme.

Tarif:

Bir bardak ılık su içerisinde balı kısık ateşte ısıt, içine bir tutam pul biber, bir çubuk tarçın, birkaç karanfil ve ince portakal kabukları ekle. On dakika boyunca saat yönünde karıştırarak hafifçe ısıt.

Ardından bir kavanoz al, bir tutam saçından ekle ve bir mum yakıp niyetini fısılda. Niyetini aktardığına emin olana kadar kavanozun kapağını kapatma.

İşin bittiğinde kavanozu kapat, mumu söndür ve kavanozu bir ay kadar sakla.

Ardından saç tutamını al ve kalan malzemeleri dışarıda toprak bir alana dök. Teşekkür et ve saç tutamını yıl boyunca sakla.



Tuz Tılsımı (Midnight Forest Salt)

Amacı: *Koruma, arınma, köklenme.*

Bileşenleri:

- **Siyah tuz:** Kötü enerjiyi uzaklaştıran en güçlü tılsım malzemelerinden.
- **Adaçayı:** Arınma bitkisi, kötü niyeti dağıtır.
- **Limon kabuğu:** Safalık ve yenilenme.
- **Çam/Pelin iğnesi:** Ormanın en dayanıklı bitkilerindendir, "Koruma kalkanı" ve dayanıklılık.

Tarif

Bu bir dolunay tarifi, bu nedenle 2025 yılında 4 Aralık gecesi uygulanabilir veya 3 Ocak 2026 yılında da deneyebilirsiniz.

Bir yemek kaşığı siyah tuza ezilmiş adaçayı, çok ince kıyılmış çam iğnesi ve rendelenmiş limon kabuğu ekle.

Kapı eşiğine serpebilir veya yemeklerde kullanabilirsiniz.



Yıldızsütü Çayı (Starlight Milk Tea)

Amacı: *Ruh sakinliği, rüyaların açılması, sezgi güçlendirme.*

Bileşenleri:

- **Vanilya:** Şefkat ve sakinlik enerjisi.
- **Lavanta:** Rüyalar, sezgi ve huzur.
- **Blue pea flower (Kelebek bezelyesi çiçeği):** Renklendirme + vizyon açıklığı.

Tarif

Bu tarifi dolunay zamanlarında yani ışığın güçlü olduğu akşamlarda uygulamak en verimlisi. 2025 yılında 4 Aralık gecesi en uygun vakitlerden biri.

Berberinde mutlaka niyet ederek bir mum yakmalı ve ışığına odaklanarak meditasyon yapmalısın. Ardından sıcak süte lavanta, vanilya ve kelebek bezelyesi çiçeği ekle. 5 dakika demle.

Saat 00:00'a yaklaşırken, sakın bir köşe bulup ılık çayla görmek istediğin gerçek için niyet et.

İlk Şafak Tohum Ekmeği (First Dawn Seed Bread)

Amacı: *Yeni yılda büyüme, fırsat, bereket.*

Bileşenleri:

- **Ay çekirdeği:** Güneş enerjisi, büyüme.
- **Kabak çekirdeği:** Toprakla bağlantı ve doğurganlık/yaratıcılık.
- **Kekik:** Cesaret ve dayanıklılık.
- **Üstüne sembol çizme:** Niyeti mühürleme tekniği.

Tarif

Bu tarifi uygulamak için yeni ay zamanlarını takip edebilirsin. 2025 yılı için 20 Aralık en uygun vakit gibi görünüyor.

Küçük bir ekmek hamuru yap, ay çekirdeği, kabak çekirdeği ve kekikle yoğur.

Mayalandıktan sonra üzerine yıldız veya spiral çiz ve niyetini aktar.

Fırında pişir ve ertesi sabah fırsat, şans ve bolluk bahşetmek istediğin kişilere birer dilim yedir.



Kardüşü Mini Kekleri (Snow-Soft Dream Cakes)

Amacı: *Geçmiş yükleri bırakma, huzurlu rüyalar, teskin etme.*

Bileşenleri:

- **Armut:** Çok eski halk inancına göre bilgelik ve sakinlik sembolü.
- **Vanilya:** Ruh yatıştırıcı.
- **Hindistan cevizi / hafif baharatlar (muskat):** Arınma ve yumuşama enerjisi taşır.
- **Pudra şekeri:** Saflık.

Tarif

Vanilyalı yumuşak bir kek hamuru yoğur ardından ince doğranmış bir armut ekle ve bir fiske de muskat koy.

Mini kalıplarda pişir, ve üzerine “kar” gibi pudra şekeri ser.

Yeni yılın ilk rüyasını tatlandırmak için gece bir tane yenir.

Yılbaşı Tütsü Konileri (Year-Turning Herbal Cones)

Amacı: Geçmiş yılın enerjisini arındırma, yeni yıl eşliğini açma.

Bileşenleri:

- **Defne:** Arınma + kehanet + dilek bitkisi.
- **Tarçın:** Şans ve sıcaklık.
- **Çam reçinesi:** Arındırıcı güç.
- **Adaçayı (isteğe bağlı):** Temizlik.

Tarif

Öğütülmüş 2 defne yaprağı, 1 dal tarçın, 2-3 dal adaçayı ve 1 tatlı kaşığı çam reçinesini macun kıvamına gelene kadar karıştır.

Konik şekiller ver, ve kurut.

31 Aralık gecesi kapı eşiklerinde yakılarak eski yılın gölgesi temizlenir.



2026 Yılını Dönüştür!

Bu yıl, Alie'nin rehberliğinde kendi masalının kahramanı olacağın bir yolculuğa çıkacaksın.

Ayın karanlık yüzünden güneşin doğuşuna uzanan bu döngüler, dünyanın yavaşça aldığı nefesler gibidir. Ve insan, tıpkı ağaçlar gibi, bu döngülere, rüzgârın yönüne ve mevsimlerin ritmine uyum sağladığında güçlenir.













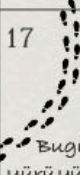







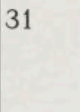

Her dolunay arınmak için bir kapı, her yeni ay bir başlangıç, her mevsim dönüşümü içsel dönüşümün taze bir adımıdır.

Bu döngülere uyumlandığında niyetlerin derinlik kazanır, enerji alanın genişler ve evrenle kurduğun bağ fark edilir şekilde güçlenir.

Bu yolculuğun ilk adımı ise çok basit: Doğanın takvimine kulak vermek.

İşte Alie'nin, yıl boyunca sana eşlik edecek ve her dönüm noktasında rehberlik edecek özel takvimi...

OCAK 2026

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
			1 <u>01:01</u>	2  Sakin bir gün geçir...	3  Dolunay uzun vadeli hedeflerini yeni bir deftere yaz!	4 Taşlarını ay ışığında şarj et. 
Quadrantids Meteor Yağmuru						
5 	6  2026 için Kapından sadece iyi şans girmesi için bir tılsım yaz!	7	8	9 Kilden bir şeyler yap. 	10  Oku ve dinlen...	11  Nefes çalış!
12  Saçlarını kestirmek için uygundur. Daha gür uzamasını sağlar.	13	14 	15  Nefes çalış!	16 Çiçek ekim zamanı. 	17  Bugün yürüyüş yap ve düşüncelerini regüle et!	18  Yeni Ay Hedeflerini yazdığın defteri gözden geçir, yansını ele ve sil.
19	20  Nefes çalış!	21	22	23	24  Bir niyetine odaklan ve onun için bir kek yap. 	25 Oku ve Öğren...
26	27	28  Bugün yürüyüş yap ve düşüncelerini regüle et!	29  Nefes çalış!	30 Oku ve dinlen... 	31  Evinde birilerini ağırla. 	

Alie'nin Notları:

Köklenme Çayı (Isı ve Dayanıklılık)

İçindekiler: Zencefil, tarçın çubuğu, rezene

Faydası: Boğazı yumuşatır, sindirimi rahatlatır, dolaşımı destekler

Ezoterik anlam: Kök çakra, hayatta kalma ve içsel güç



1 Ocak - Öncelikle bu yıl, sabahları bilinçle uyanmayı seç. Bugün sayısal olarak seni destekleyen bir gün. Gözlerini açtığında, önce yalnızca 30 saniye boynunu ve sırtını nazikçe esnet. Ardından, acele etmeden bir bardak suyunu yavaş yavaş iç. Bu, bedenine verdiğin ilk şefkat olsun.

Eğer henüz bir sabah rutini oluşturmadıysan, yüzünü yıkadıktan sonra cilt bakımını kısaca yap ve güne “önce” kendinle ilgilenerek başla. Çünkü kendinle kurduğun bağ, günün tonunu belirler.

Cilt bakımı için sana sabahları küçük ama etkili bir önerim var: Yüzünü gül suyu ile sil ve ardından cildine uygun bir nemlendiriciyle bu ritüeli tamamla.

Gül, frekansı son derece yüksek bir bitkidir; kalbi yumuşatır, zihni sakinleştirir, ruhuna ise hafif ve zarif bir açıklık getirir. Güne gül enerjisiyle başlamak, günün titreşimini baştan güzelleştirir.

3 Ocak - Bugün yükselen Kurt Dolunayı, hem doğanın hem de bedeninin derinlerinde saklı kapıları aralar.

Bu dolunay seni köklerine dönmeye, iç sesini dinlemeye ve 2026'ya dair niyetlerini berraklaştırmaya çağırır.

Halk, bu dolunayda kurt sürülerinin bir araya geldiğini ve daha yüksek sesle ulduğunu fark edince ismini bu şekilde koymuş. Sen de ailenle bir araya gelebilir, eğer yalnızsan bir mum yakabilir, şans objelerini yanına alabilirsin veya güvendiğin insanlarla vakit geçirmek güzel bir seçenek olabilir.

Bu dolunayın enerjisi arınma için mükemmeldir, hamama gidip temizlenmek ya da evde sıcak bir banyo hazırlamak bedenini ve ruhunu hafifletecektir.

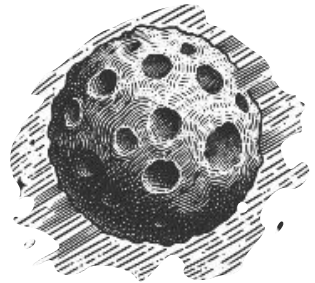
Yıla hazırlanmak vakti gelmiştir! Kendine yeni bir defter al; kalemle yazmanın gücüne güven. Dönüşmesini istediğin, güçlenmesini arzuladığın veya ardında bırakmayı dilediğin her şeyi — sınırsızca — yaz.

Çok veya az yazman fark etmez. Defteri, kolay bir yerde sakla.

Quadrantids

Meteor Yağmuru

<https://science.nasa.gov/solar-system/meteors-meteorites/quadrantids/>



6 Ocak - Yeni yılın bereketi için küçük bir ritüel zamanı.

Minik bir kâğıda “2026” yaz ve altına sana uğur getireceğini hissettiğin üç kelime, sayı veya sembol ekle.

Sonra bu kâğıdı yeni yıl çelengine gizle. Çelengine çam, sedir ve ardıç ağacı parçaları ekle ki evini olumsuz enerjilerden korusun.

Kapında asılı durdukça sana şans getirecektir.

İlham Kaynağı Linki

https://en.wikipedia.org/wiki/Chalking_the_door

16 Ocak - Hercai menekşe ve cam güzeli ekmek zamanı şimdi!

Sevgililer günü tarifleri için menekşenin çiçeklerinin yapraklarını kurutup kullanacağız.

Cam güzeli ise evine denge ve huzur getirmesi için.













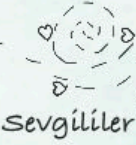





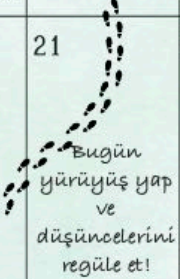



18 Ocak - Yeni Ay

Hedefler defterini eline almanın zamanı geldi. Sayfaları sakince gözden geçir ve hedeflerinin en az yarısını ele. Yeni bir sayfa aç, ve elemenin sonucund geriye kalanları oraya yaz.

Eğer elemekte zorlanırsan, sana küçük bir ipucu: Yarısını elemen gerektiğini söylediğimde zihnine ilk düşen hedef hangisiydi? İşte hayatından çıkarman gereken ilk hedef o.

Bu duyguyu takip et ve elemeni yaparken ona göre seçim yap.

ŞUBAT 2026

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
					 <p>Tarot kartlarını gece ay ışına bırak.</p>	<p>1</p>  <p>Dolunay</p>
<p>2</p>  <p>Kış Mevsiminin Merkezi</p>	<p>3 Kaybettiğin birini anmak için mum yak...</p> 	<p>4</p> 	<p>5</p>	<p>6</p> <p>Oku ve dinlen...</p> 	<p>7</p>  <p>İlham veren bir film izle!</p>	<p>8 SPA keyfi! Banyo çayı hazırla.</p> 
<p>9</p> 	<p>10</p> <p>20 dk Esne!</p> 	<p>11</p> 	<p>12</p>	<p>13</p>  <p>Lupercalia</p>	<p>14</p>  <p>Sevgililer Günü</p>	<p>15</p>  <p>Lupercalia</p>
<p>16</p>  <p>Fesleğen tohumlarını ekme zamanı!</p>	<p>17</p>  <p>Yeni Ay</p>	<p>18</p>  <p>Saçlarını kestirmek için uygundur. Daha gür uzamasını sağlar.</p>	<p>19</p> <p>Lavanta tohumu ekme zamanı.</p> 	<p>20</p>	<p>21</p>  <p>Bugün yürüyüş yap ve düşüncelerini regüle et!</p>	<p>22</p>  <p>Mandala boyama günü!</p>
<p>23</p>	<p>24</p> 	<p>25</p>	<p>26</p>	<p>27</p>  <p>Bugün yürüyüş yap ve düşüncelerini regüle et!</p>	<p>28</p>	

Alie'nin Notları:

Düğümüleri Çözen Kalp Çayı

İçindekiler: Melisa, ıhlamur, bir tutam gül yaprağı

Faydası: Sinir sistemini yatıştırır, kalp çarpıntısını azaltır

Ezoterik anlam: Duygusal düğümlerin çözülmesi, şefkat



1 Şubat - Kar Dolunayı

Kar Dolunayı yaklaşan baharın habercisi olduğu için dönüşüm enerjisi taşır. Bugün evinde yaklaşık 20 dakikalık bir egzersiz yap ve biraz terle, ardından 10 dakikalık bir meditasyon ile enerjini merkezine çağır.

Esne, bedeninin de tıpkı kar altındaki toprak gibi, yumuşayarak yeniliğe hazırlansın.

Hedefler defterindeki planları gözden geçir. Bir hedefin zor olması onun bir plan olmadığı anlamına gelmez.

2 Şubat - Kış Mevsiminin Merkezi

Bugün kışın en derin noktası.

Tıpkı karanlığın kalbindeki sessizlik gibi...

Toprağın metrelerce altında uyuyan, uyanmak için doğru ânı bekleyen bir tohum gibi...

Bugün ruhun seni merkezine çağırır.

Bir mum yak.

Bugün meditasyon yapmadan günü bitirme.

Eğer günü bir ritüele dönüştürmek istersen, kendi sihirli mumunu hazırlayabilirsin, **Alie'nin Mistik Mum Tarifi** bu gün için yaratıldı.

13 - 15 Şubat - Lupercalia

Bu üç gün, kökleri kadim Roma'ya, hatta Roma'nın kuruluş mitine kadar uzanan Lupercalia ile ilişkilidir. Lupercalia, Roma'da her yıl 15 Şubat'ta kutlanan, doğurganlık, arınma ve yeniden doğuşu temsil eden en eski festivallerden biridir. Adını, Romulus ve Remus'un dişi kurt tarafından emzirildiğine inanılan Lupercal Mağarası'ndan alır.

Zamanla bu ritüel, çobanların ve sürülerin koruyucusu olan Faunus ile; daha sonra da Yunan mitolojisindeki karşılığı olan Pan ile özdeşleştirilmiştir. Pan'ın enerjisi hem neşeli hem de vahşidir: İçgüdüyü, tutkuyu, doğanın saf gücünü ve aşkın ilk kıvılcımını taşır.

Lupercalia'nın özü, önce arınmayı, ardından yenilenmeyi ve bağı yeniden kurmayı fısıldar. İlişkisi olanlar için tazelenmeyi; yalnız olanlar için ise başkasından önce kendinle kurduğun bağı güçlendirmeyi hatırlatır. Bu yüzden Lupercalia'nın en güçlü ritüeli, her zaman arınma ve yenilenme ile başlar.

Tam da bu yüzden, Alie sana **Alie'nin Efsunlu Banyo Çayı** tarifinde bir öneride bulunuyor.

14 Şubat - Sevgililer Günü

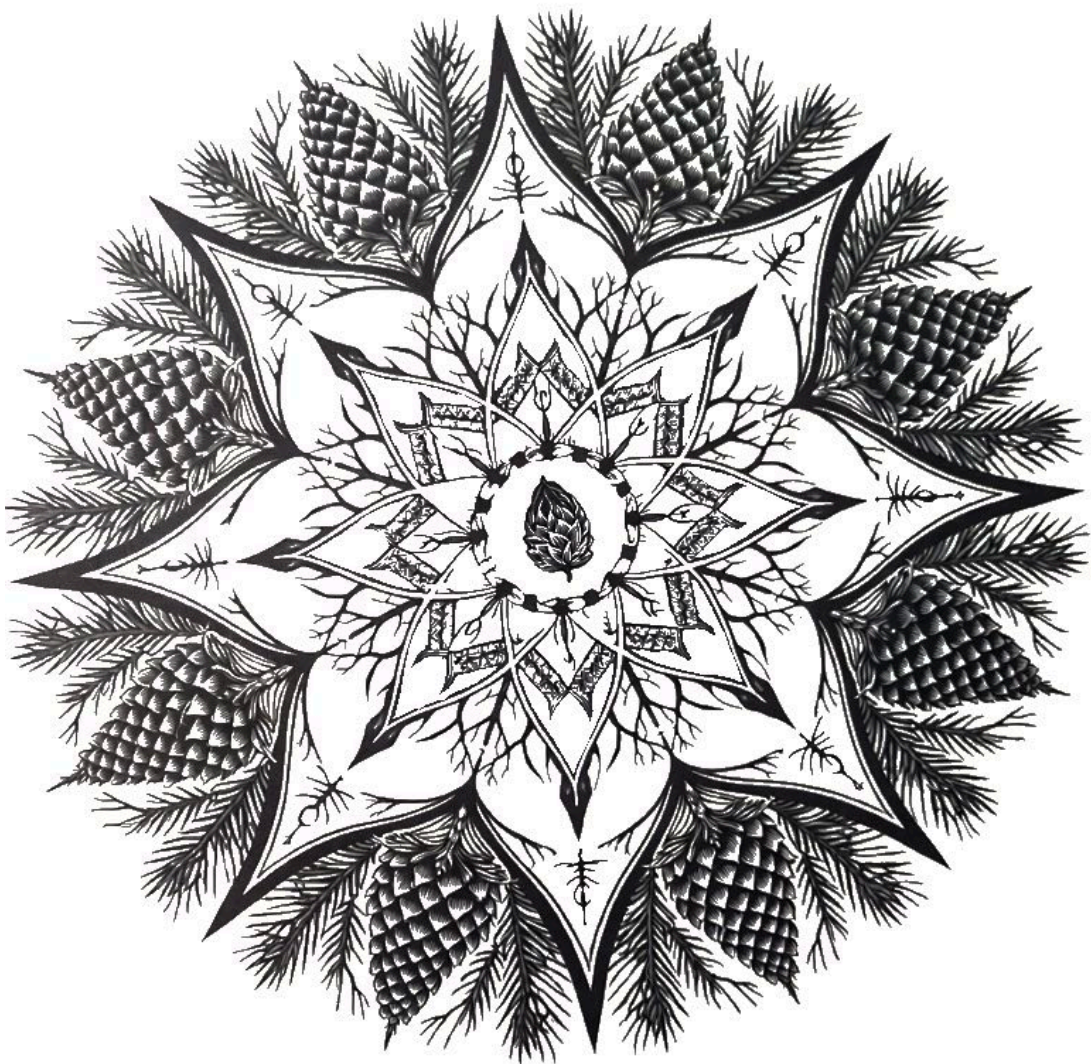
Bugün özel bir gün; esasen özel olmasının sebebi, kalp enerjisinin daha görünür, daha duyulur olması. Sevginin, şefkatin ve bağ kurma isteğinin kolektif olarak yükseldiği bu zaman, niyetleri güçlendirmek için eşsiz bir alan açar.

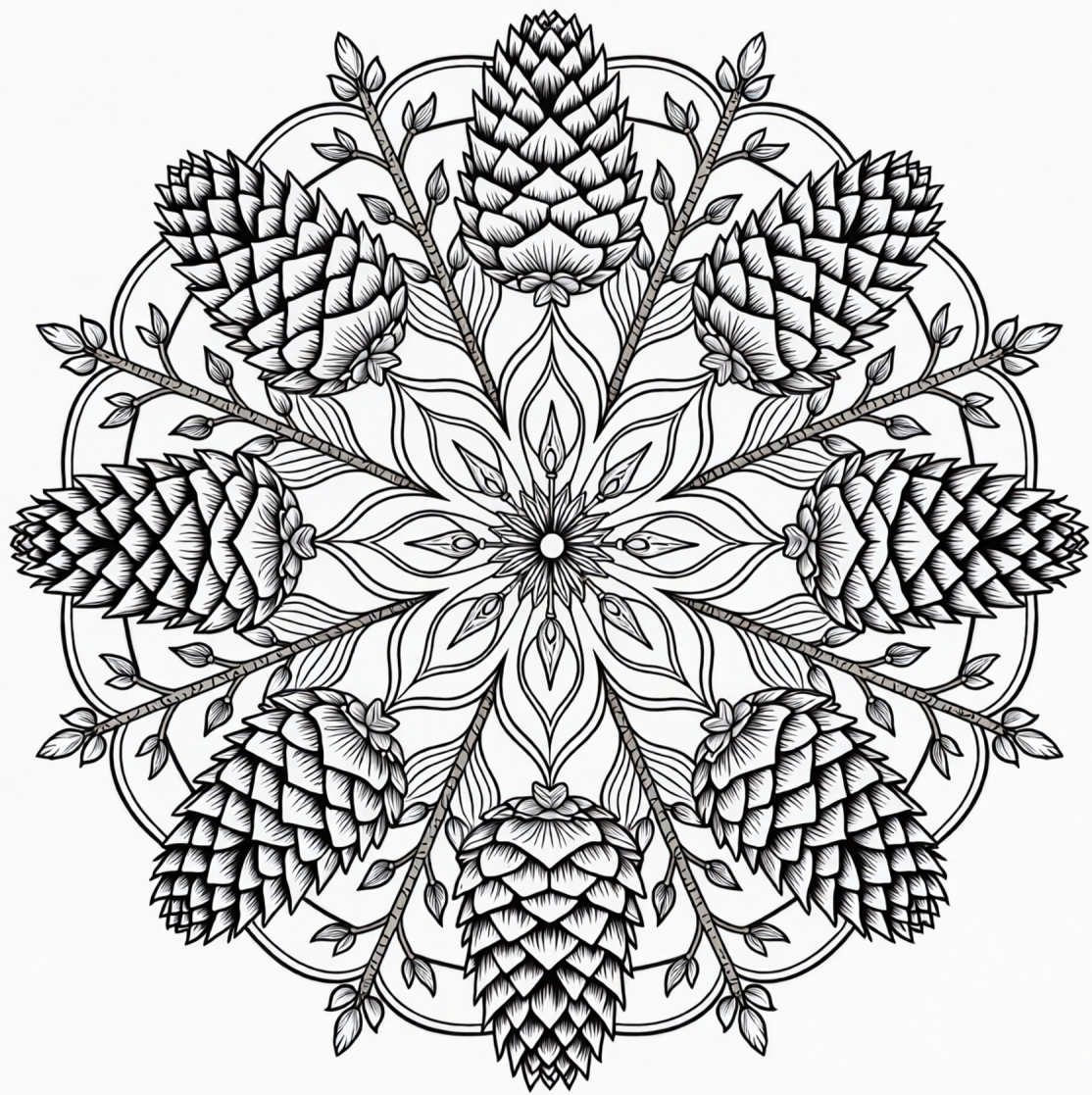
Alie'in ***Alie'nin Kaynayan Kase Karışımı*** romantik ve büyümlü bir atmosfer yaratmak için birebir.

Karışım eşliğinde niyetlerini bir kağıda yazıp ardından mum eşliğinde meditasyon yapabilirsin.






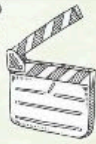
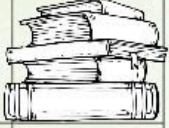














22 Şubat - Mandala boyama günü!!

Mandala boyamak, kadim öğretilerde ruhun merkeze yolculuğu olarak kabul edilir. Daire formu evrenin bütünlüğünü, içteki desenler ise insanın kendi katmanlarını temsil eder. Renkleri seçerken bilinçaltı konuşur; çizgileri doldururken zihnin dağınıklığı yumuşar, nefes ritme uyum sağlar. Mandala çalışması, kişinin içsel rehberliğini duyabilmesi için kapı açar, yaratıcılığı serbest bırakır, duyguları dengeler ve zihne hafif bir meditasyon hâli getirir. Sonunda, ortaya çıkan görüntü yalnızca bir desen değil; kişinin o ana ait enerjisinin sessiz bir kayıdır.





MART 2026

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
						1 Marteniçka bilekliği yap! 
2  Tarot Kartı Açma vakti!	3  Dolunay	4 Adaçayı ve lavanta tütsüsü yak, temizlik vakti! 	5 	6  İlham veren bir film izle!	7	8 Oku ve dinlen... 
9 Kendin için süslen. 	10 20 dk Esne! 	11	12 	13	14	15 Kafa dinleme günü! 
16 	17	18  Yeni ayın enerjisini karşılamak için yürüyüş yap...	19  Yeni Ay	20 Ostara 	21	22 Sofrana taze çiçek koy! 
23 Atalannın hatırası için bir mum yak 	24	25	26 Oku ve öğren... 	27	28	29  Ormanda sana uğur getiren bir ağaç seç!
30 	31 Marteniçkanı bir bahar dalına tak! 					

kader seviyesinde bir kopuş ve yeniden yapılanma enerjisi taşır.

Tutulmalı dolunaylar, saklanana açığa çıkarır, ertelenmiş kararları hızlandırır ve artık taşınmaması gereken bağları keskin bir netlikle görünür kılar. Bu yüzden Solucan Dolunayı'nın bu versiyonu yalnızca bir arınma değil; aynı zamanda geri dönüşü olmayan bir içsel eşiktir.

Bu dolunay; arınma, eski niyetleri bırakma ve yeni başlangıçlar için içsel zemini hazırlama enerjisi taşır. Enerji çalışmaları için ideal olan bu gecede, bir bardak suyu ay ışığına bırakmak, topraklama meditasyonu yapmak veya evde küçük bir tütsü temizliği yapmak dönüşümü hızlandırır.

Tarot kartları da bu süreçte güçlü bir rehberdir. Bugün geleceğe dair niyetlerin için birer kart seçip defterine yorumlarını not edebilirsin. Çünkü tutulmalı dolunaylarda seçilen kartlar, yalnızca bugünü değil, yaklaşan kader temasını da fısıldar.

Dolunayda enerji temizliği yapmamızın nedeni, ayın ışığının kolektif bilinçte bir ayna görevi görmesi; saklanan, ertelenen, içte biriken her şeyin yüzeye çıkarak çözülmesine izin vermesidir. Solucan Dolunayı'nın toprakla bağlantılı doğası ise bu çözülmeyi sadece ruhsal değil, fiziksel ve duygusal düzeyde de destekler. Böylece kişi hem hafifler hem köklenir.

İlişkiyi Bitirme (Mum & İp Ritüeli)

Amaç: Duygusal bağı enerjisel olarak tamamen kapatmak.

İki mum al. Birini kendin, diğeri o kişi olarak niyetle. Mumların arasına kırmızı bir ip bağla. Mumlar yanarken şu cümleyi fısılda:

“Aramızda kalan tüm bağları sevgiyle sonlandırıyorum.”
Sindir, emin ol ve ipi kes. Mumların kendi kendine sönmesini bekle.

Bu ritüelden sonra o kişiyle duygusal bağ yeniden kurulmaz. Enerji alanında artık birbirinizin hayat döngüsünde yer almazsınız.

Rüyaya Niyet Etme

Amaç: Bilinçaltından rehberlik almak, yönünü rüyada görmek.

Bir kağıda şu soruyu yaz: “Önümdeki yolun en doğru yönü nedir?” Lavanta, defne ve biberiyeyi bir kese içine koy. Kağıdı ve keseyi yastığının altına koy. Yanına bir bardak ay suyu bırak. Uykuya geçmeden önce sadece şunu fısılda: “Rüyamda bana gereken gösterilsin.”

Tutulmalı Solucan Dolunayı’nda görülen rüyalar sembolik değil, yön vericidir.

19 Mart - Balık burcunun derin sezgiselliğini ve görünmeyenle kurduğu ince bağı en güçlü şekilde hissettiren bir başlangıç noktasıdır. Bu yeni ay, çevrendeki en küçük titreşimleri bile fark edebileceğin kadar hassas ve geçirgen bir enerji taşır. Zaman zaman güvensizlik ya da belirsizlik hissi oluşabilir; fakat Balık’ın hayal gücü ve ruhsal antenleri devrede olduğunda bu duyarlılık, yaratıcı ve spiritüel arayışlar için eşsiz bir kaynağa dönüşür. Kendini tamamen kontrol etmeye çalışmak yerine

“akıntıya güvenmek”, yeni ayın sunduğu sezgisel rehberliği çok daha berrak hissetmeni sağlar.

Bu gece için güzel bir aktivite: bir mum yakıp sessizce oturmak, gözlerini kapatıp zihnine gelen ilk sembolleri veya duyguları bir kâğıda çizmek ya da yazmak.

Sana ilham veren bir müzik a ve yeni ayla birlikte hedef defterini gözden geçir. Bu hedefler için attığın en küçük adımı defterine not et.

20 Mart - Ostara, adını Germen bahar tanrıçası Eostre/Ostara’dan alır. Arkeolojik bulgular, bahar ekinoksu kutlamalarının 4.000 yıl öncesine kadar uzandığını gösterir.

Bugün, dünyanın tüm noktalarında gece ve gündüzün eşit olduğu tek zamandır, doğanın döngülerini kutlayan insanlar için bu, ışık ve karanlığın el sıkışması, evrende kısa bir süreliğine kurulan kutsal denge anlamına gelir.

Aynı zamanda yumurta, tavşan, filizlenen tohumlar gibi bereket sembollerinin doğduğu dönemdir. Bu yüzden yeniden niyet ekme, içinde uyuyan toprağı canlandırma ve beslenme için kutsal kabul edilir. Çeşitli aktivitelerle değişimi yaratmaya fiziksel olarak başlayabilirsin.

Derin bir meditasyon ile nc gözünü amaya ve ruhunu şifalandırmaya odaklanabilirsin.

Niyet Tohumu Ritüeli:

Küçük bir saksıya tohum ekerken, toprağa bastırđıđın her dokunuşu bir dilek olarak niyetlendir. Toprağın “uyanışını” hisset ve tohumun köklerinin senin kklerinle aynı anda

güçlendiğini hayal et. Tohumların büyüdükçe niyetinin de gerçekleşeceğini hayal et.












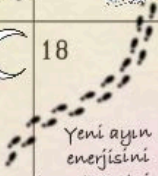







Yunan mitlerinde nane, Persephone'nin bahar dönüşüyle ilişkilendirilir ve bereketi temsil eder. Nane ekerek başlayabilirsiniz.

Güneşin kapısı olarak da bilinen kadife çiçeği hem de çok dekoratiftir. Şan, başarı ve ün getirmesiyle ilişkilendirilir.

Aslanağzının çiçeği ekebilirsin, çiçekleri aynı kapalı bir ağız gibi görünür. Bu nedenle eski Avrupa'da onu dedikoduları, kötü niyetleri ve kötü niyetli bakışları geri çevirmek için kullanırlardı.

- Kulmuş aslanağzı çiçeğini küçük bir kese içine koy. İçine bir parça tuz veya siyah turmalin ekle. Eşiğe, kapı arkasına veya yastık altına koy.

NİSAN 2026

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
		1	2  Dolunay	3 Özşefkat vakti! 	4	5 çingming Atalarını onurlandırmak için bir mum yak. 
6 	7 Kybele'nin enejisini hisset	8 	9	10  Nefes çalış!	11 Toprakla ilgilen, çiçek ek.	12 
13 	14 	15	16 Karşılıksız yardımında bulun.  * Lyrids Meteor Yağmuru*	17  Yeni Ay	18  Yeni ayın enerjisini karşlamak için yürüyüş yap...	19 Oku ve dinlen... 
20 Saçlarını kestirmek için uygundur. Daha gür uzamasını sağlar.	21 	22 Sevdiklerin için bir sofrta hazırla.	23 Oku ve öğren... 	24 	25	26 Seyahate çık ve yeni bi yerler keşfet...
27 20 dk Esne! 	28 	29	30  Beltane			

Alie'nin Notları:

Yeşil Uyanış Soğuk Çayı

İçindekiler: Taze nane, yeşil çay, elma kabuğu

Faydası: Zihni açar, hafif enerji verir

Ezoterik anlam: Yenilenme, hava elementi

Not: Ilık veya soğuk içilebilir.



2 Nisan - Pembe Dolunay

Adını Kuzey Amerika'da baharın ilk açan yabani pembe çiçeklerinden alır ve kadim takvimlerde *denge, şifa ve kalp uyumu* ile ilişkilendirilir. Bu dolunay, insanın iç dünyasında barış arzusunu büyütür; çatışmadan uzak durma, her şeyi “güzel” tutma isteği artar. Ancak bu göksel ışık aynı zamanda şunu da fısıldar: *İyi duygular kadar zor olanları da paylaşmayı öğrenmeli, başkalarının beklentileri uğruna kendi özünden vazgeçmemelisin.*

Odak ve Denge Ateşi Ritüeli

Zihinsel berraklık kazanmak, iç dengeyi kurmak, bastırılmış duygularla temas etmek ve gerçek benliğini korkusuzca ifade edebilmek için yapabilirsin.

Malzemeler

- 1 adet **silindirik mum** – tercihen pembe, beyaz veya açık mor

- 1 adet **küçük oyma bıçağı, kürdan veya ahşap çubuk**
- 1 adet **kibrit veya çakmak**
- 1 adet **ısıya dayanıklı tabak veya seramik yüzey**
- **Pembe Kuars**, Kalp dengesi & içsel yumuşama

Bitkisel Bileşenler

- **Fesleğen (Basil):** Odaklanma, zihinsel keskinlik
- **Biberiye (Rosemary):** Zihinsel berraklık, hafıza, koruma
- **Melisa / Oğulotu (Lemon Balm):** Ruhsal denge, kalp huzuru, duygusal şifa

Dilersen mumu hafifçe yağlamak için **bitkisel infüze yağ** da kullanabilirsin

Ritüel Öncesi Hazırlık

- Ritüelden önce ellerini yıka veya kısa bir nefes çalışması yap.
- Telefonu kapat, ortamı sessizleştir.
- Mumunu avuçlarının arasına al ve birkaç dakika boyunca yalnızca şuna odaklan:
“Zihnim net, duygularım dengede, gerçeğimle uyumdayım.”

Eğer zihnin dağınıksa, ritüele başlamadan önce bu dingin hâli bulana kadar bekle.

Mum Üzerine Niyet İşleme

Mumun üzerine bir işaret, kelime ya da sembol kazı: “DENGGE” , “NETLİK” , “GERÇEK” veya kendi yaratımın olan ama hep hatırlayacağın özel bir sembol.

Mumu Yağlama (Opsiyonel)

Eğer bitkisel yağ kullanacaksan: Yağı muma alttan yukarı doğru sür. Bu, enerjinin yükselmesini ve niyetin büyümesini simgeler.

Mumu Sabitleme – Isı Aşaması

Kibritle mumun altını hafifçe erit.Yumuşayan tabanı tabağın ortasına bastırarak sabitle. Her aşamada niyetini tekrar etmeyi unutma.

Bitkileri ve Taşları Yerleştirme

- Fesleğen, biberiye ve melisayı mumun çevresine yarım daire olacak şekilde yerleştir. Pembe kuarsı mumun yanına koy. Bitkilere ve taşla dokunurken niyetini içinden tekrar et.
- Eğer mum eritmek için tenceren varsa, mumunu eritip bitkileri içerisine karıştırabilir ve mumu yeniden bir kavanoza döküp 3-4 saat soğuttuktan sonra bu şekilde ritüel için kullanabilirsin. Bu opsiyonel bir seçenektir.

Mumun Yakılması

- Mumu yak. Alev yükselirken şunu hisset:

- Zihnindeki karmaşanın durulduğunu
- İç sesinin netleştiğini
- Bastırdığın duyguların yumuşadığını

Bu sırada şu niyet cümlesini içinden söyleyebilirsin:
“Gerçeğimle dengedeyim. Hislerim serbest, zihnim açık.”

5–15 dakika sadece alevi izle. Kendine şu soruyu sor:
“Gerçek hislerimi bastırdığım alan neresi?” Gelen cevapları yargılamadan kabul et.

Kapanış

- Mum kendiliğinden sönene kadar güvenli şekilde yanabilir veya ritüel bittiğinde söndürebilirsin.
- Bitkileri ertesi gün toprağa gömebilir ya da doğaya bırakabilirsin. Taşını bir gün boyunca tuzlu suda bekletebilirsin.
- Tabak ve kullanılan objeler tütsü veya tuzla enerjisel olarak temizlenebilir.

Nisan ayında ekilebilecek çiçekler:

Gül: Toprak ısınmıştır ve gül, aşkla ilgili ritüellerde en güçlü tohumunu bu ayda taşır.

Ekim için uygun zaman: Yeni Ay’dan sonraki ilk 3–7 gün.

Hasat için uygun zaman: Çiçekleri aşkı büyütme niyetiyle kullanacaksan dolunayda, aşk acısını yatıştırmak istiyorsan küçülen ayda hasat etmelisin.

Papatya: Antik Mısır'da Güneş Tanrısı Ra'ya adanmıştır. Şans enerjisini artırarak çoğaltır. Para ve kısmet niyetlerini güçlendirir.

Ekim için uygun zaman: Yeni Ay + ilk dördün öncesi

Hasat için uygun zaman: Bereketi çoğaltmak için dolunayda, yeni başlangıçlar ve iyi şans için yeni ayda hasat etmelisin.

Lale: Osmanlı ve Pers geleneğinde lale, "aşkın kaderle mühürlenmiş hâli"dir.

Ekim için uygun zaman: Dolunay'dan hemen önceki 3 gün veya Dolunay gecesi.

Hasat için uygun zaman: Dolunay'da toplandığında aşkı çağırmak niyeti ile kullanılır. Eğer küçülen ayda toplanırsa, aşk bağlarını koparmak niyetiyle kullanılabilir.

Gece Sefası: Gizli arzuları, mesajcı rüyaları ve bilinçaltı çalışmalarını destekler.

Ekim için uygun zaman: Dolunay gecesi ve sonraki 3-5 gün.

Hasat için uygun zaman: Dolunay'da toplanan gece sefası, rüyalar âleminin kapısını aralar. Küçülen ayda yapılan hasat ise gizli korkuları çözmek veya bastırılmış arzuları dönüştürmek niyetiyle kullanılabilir.

Süsen: Kehanet yeteneğini, ruhsal mesajları ve görünmeyen âlemlerle bağlantıyı temsil eder.

Ekim için uygun zaman: Küçülen Ay'ın ortası (9 - 10 - 11 Nisan)

Hasat için uygun zaman: Küçülen ayda yapılan hasat nazardan veya gölge enerjiden arınmayı ve spiritüel

koruma niyetini destekler. Yeni ay hasadı ise kehanet yeteneklerini destekler.

3 Nisan - Özşefkat Vakti

Alie'nin Kil Maskesi Tarifi! İle kendin için yenileyici ve rahatlatıcı bir maske yap.

4 -10 Nisan - Megalesia

Antik Roma'da her yıl, bereketin, doğurganlığın ve vahşi ana tanrıça enerjisinin sembolü olan Kybele (Magna Mater) onuruna kutlanan kutsal bir bahar festivaliydi.

Bu günlerde şehir, tiyatro oyunları, müzikler, geçit törenleri ve ritüellerle dolar; toprağın uyanışı, yaşamın yeniden doğuşu ve ilkel yaratıcı gücün insan üzerindeki etkisi onurlandırılırdı.

Megalesia, yalnızca tarımsal bereketi değil, aynı zamanda duyguların taşması, ilhamın coşkunu ve içsel dönüşümün cesaretini temsil eder. Bu yüzden bugün spiritüel çalışmalarda Megalesia enerjisi; yaratım, doğurganlık niyetleri, sanat, tutku ve ruhsal uyanış ritüelleri için güçlü bir kapı olarak kabul edilir.

5 Nisan - Qingming Festivali

Her yıl Nisan ayının başlarında gökyüzü ve toprak arasında ince bir denge kurarken kutlanır. Binlerce yıldır Çin'de yaşayanlar, bu günleri atalarını anmak ve ruhlarını onurlandırmak için kullanmış, mezarlara çiçekler taşımış ve tütsü yakmıştır.

Gökyüzünün berraklığıyla birlikte ruhlar ile yaşayanlar arasındaki perde inceler; eski hikâyeler, rüzgârda savrulan yapraklarla fısıldar. Çin'in kadim inançlarına göre, Qingming yalnızca geçmişin hatırlanması değil, aynı zamanda toprak, su ve rüzgârın ruhani döngüsüyle uyumlanma günüdür.

Bu mistik an, hem toprağın bereketini hem de ataların rehberliğini çağırarak yaşamın sürekli akışını kutlar.

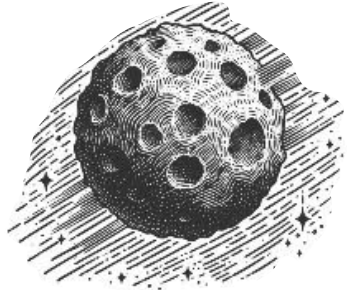
17 Nisan - Yeni Ay

Belirsizliğin içinden doğan sessiz bir başlangıç kapısıdır. Bu gökyüzü, insana sorunları olması gerekenden daha hızlı çözüme dürtüsü verebilir; sanki görünmez bir son tarih varmış gibi acele ettirebilir. Oysa bu Yeni Ay'ın asıl öğretisi yavaşlamaktır: Kalbinin hızını zihinle uyumlamak, kararlarını panik yerine farkındalıkla almak...

Bu gece, dış dünyanın dayattığı tempodan çekilip kendi iç ritmini duymaya davet edilirsin. Ne yapacağını hemen bilmek zorunda değilsin; önemli olan, hangi yolda kendi hızıyla yürümek istediğini dürüstçe görebilmektir. Yeni Ay, aceleyi değil, niyetini seçmeni ister.

Lyrids Meteor Yağmuru

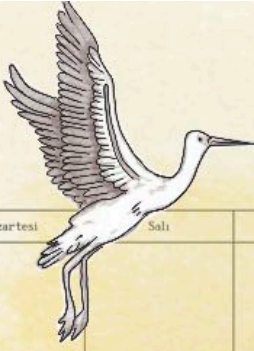
<https://science.nasa.gov/solar-system/meteors-meteorites/lyrids/>



30 Nisan - Beltane

Kökeni Antik Kelt dünyasına, özellikle Gaelik topluluklara (bugünkü İrlanda, İskoçya ve Man Adası) uzanan, MÖ 1. bin yıldan itibaren izleri takip edilebilen bir mevsimsel geçiş festivalidir. Yazılı kaynaklar sınırlı olsa da, arkeolojik bulgular, erken Kelt takvim anlayışı ve daha sonra Orta Çağ'da kaleme alınan İrlanda mitolojik metinleri (örneğin *Lebor Gabála Érenn*) Beltane'in, Hristiyanlık öncesi, sözlü kültüre dayanan çok daha eski bir pagan ritüel döngüsünün parçası olduğunu gösterir.

Yılın ışığa doğru ivme kazandığı bu zamanda, toprak artık yalnızca uyanmaz, arzularını da hatırlar. Köklerle gökyüzü arasında kurulan bağ görünür hâle gelir. Beltane ateşleri, korumak için değil; çağırarak için yakılırdı. İnsanlar iki ateşin arasından geçer, sürüler dumanla kutsanır, bedenle ruh arasındaki mesafeyi kısaltan niyetler fısıldanırdı. Bu, doğurganlığın yalnızca biyolojik değil; yaratıcı, duygusal ve ruhsal bir ilke olarak onurlandırıldığı zamandır. Beltane'de ateş yakmak, içteki yaşam gücünü onaylamaktır: "İstiyorum, seçiyorum ve filizlenmeye hazırım." Bu gün, niyetlerin dans ile ifade edildiği zamandır.



MAYIS 2020



Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
				1 Dolunay	2 Floralia	3
4 Hıdrellez	5 Hıdrellez	6 Doğanın işaretlerini okumaya odaklan.	7 Nefes Çalış	8	9 Sevdiğin birine hediye yap!	10 20 dk Esne!
11	12 Oku ve dinlen...	13	14 Rezeda ek!	15 Yeni ayın enerjisini karşılamak için yürüyüş yap...	16 Yeni Ay	17 Saçlarını kestirmek için uygundur. Daha gür uzamasını sağlar.
18 Ayçiçeği ek!	19	20	21 4 yaşındaki haline bir mektup yaz	22	23 Bağ kurduğun ağacı ziyaret et.	24 Bir tarot kartı seç!
25 Arkadaşın için güzel bir dilekte bulun!	26	27	28 Nefes Çalış	29 Eğlen!	30 Eğlen!	31 Dolunay

Alie'nin Notları:

Venüs Bahçesi Soğuk Çayı

İçindekiler: Gül yaprağı, lavanta, hibiskus

Faydası: Hormonal denge, cilt dostu

Ezoterik anlam: Aşk, güzellik, öz-değer



1 Mayıs - Çiçek Dolunayı & Beltane

Doğanın en cömert anında gökyüzüne yükselen Çiçek Dolunayı, insan ruhunu da en derin sularına çağırır. Bu dolunay, Akrep'in karanlık ve arındırıcı kapısından geçer gibi, bastırılmış duyguları suyun altından yüzeye çıkarır. Artık yüzeysel bağlar yetmez; ruh, gerçek bir temas, hakiki bir çözülme ve yeniden doğuş ister. Çiçeklerin açışı yalnızca toprağın değil, kalbin de sırlarını fısıldar. Bu gece, sevgiyle acı, arzu ile korku iç içe geçer; değişim kaçınılmazdır. Saklanan görünür olur. Çiçek Dolunayı, güzel olanla birlikte ham olanı da ortaya sererek bizi daha derin, daha dürüst ve daha gerçek bir bağ kurmaya zorlar.

Aynı gece, kökleri binlerce yıl öncesine, Keltlerin doğa takvimine uzanan Beltane uyanır. Tarih öncesi ve ilk çağ döneminde orta Avrupa'da yaşayan bu halk, dört bin yıl kadar önce göç ederek özellikle Büyük Britanya Adaları'na, İspanya'ya ve Galya'ya yerleştiler.

Ürünlerin koruyucusu sayılan kır tanrılarına taparlar, geleneklerin koruyucusu olan hem kâhin, hem yargıç niteliğindeki din adamlarının (druidler) yönetiminde yaşarlardı.

Keltler için yıl ikiye ayrılırdı: karanlık yarı ve aydınlık yarı. Beltane, aydınlık yarının başladığı eşikti. İsmi, ateş ve ışıkla ilişkilendirilen tanrısal güç Bel/Belenos'tan aldığına inanılan bu kadim bayram, her yıl 1 Mayıs'ta, ilkbahar ekinoksu ile yaz gündönümünün tam ortasında kutlanırdı.

Tepelerde yakılan iki büyük ateşin arasından sürüler geçirilir, insanlar bu ateşin arındırıcı gücüyle yeni mevsime hazırlanırdı. Ateş yalnızca bedeni değil, kaderi de temizlerdi.

Bu gece, Çiçek Dolunayı'nın duyguları çözen ay ışığıyla Beltane'in dönüştüren ateşi aynı anda çalışır: biri kalbi açar, diğeri yolu aydınlatır. Dişil ile eril, niyet ile eylem, toprak ile gök birbirine dokunur. Aşk çağrılır, bereket mühürlenir, korkular ateşe bırakılır. 1 Mayıs artık sadece bir takvim günü değil, ruh için bir kapıdır.

Mum yak, taze çiçekler kullan ve temiz bir kase su ile kendine niyetlerini hatırlatacağın bir ritüel tasarla.

2 - 3 Mayıs - Floralia

Antik Roma'da çiçeklerin, filizlenen bitkilerin ve yaşamın taşkın gücünü yöneten tanrıça Flora onuruna kutlanan kadim bir bahar bayramıdır.

Tarihsel kayıtlara göre, MÖ 238 yılında, Sibylla kehanet kitaplarının yönlendirmesiyle Flora adına bir tapınak inşa edilmiş ve bu tapınağın 28 Nisan'daki adanışıyla Floralia resmen başlatılmıştır. Festival, doğanın zarar gördüğü yılların ardından — özellikle MÖ 173'te fırtına, dolu ve yağmurların çiçekleri kırıp geçtiği bir bahardan sonra — yeniden canlandırılarak halkın bereket için tanrıçaya yakarışı hâline gelmiştir.

Her yıl 28 Nisan–3 Mayıs arasında düzenlenen şenliklerde tiyatro oyunları, ve gece kutlamaları yapılır; insanlar beyaz yerine renkli giysiler giyerdi. Circus Maximus'ta geyikler ve tavşanlar serbest bırakılır, nohut gibi bereket sembolleri halka dağıtılır. Floralia, Roma toplumunun bastırılmış coşkusunun, bedensel özgürlüğün ve yaşam sevincinin açıkça dışa vurulduğu nadir zamanlardan biridir.

Mayıs Ayında Ekilebilecek Bitkiler:

Ayçiçeği: Özgüveni, yaşam enerjisini, şansı ve mutluluğu temsil eder.

Ekim için uygun zaman: Yeni Ay ve sonraki ilk 3–7 gün.

Hasat için uygun zaman: Dolunay ve ertesi 2 gün.

Rezeda: Gizli çekicilik, sessiz etki ve arka planda çalışan bağ kurma/ilişkilendirme enerjisini temsil eder.

Ekim için uygun zaman: Yeni Ay değil, ilk hilal idealdir.

Hasat için uygun zaman: Dolunaydan 3–4 gün önce.

5–6 Mayıs – Hıdırellez

Hıdırellez, her bahar doğanın uyanışıyla yeryüzünün tazelenmesini kutlayan Anadolu ve Balkan geleneğidir. Rivayete göre bu gece, su ve toprak bekçisi olan ermiş Hızır ile peygamber İlyas bir araya gelir; doğaya, insana, dileklere şifa ve bereket getirir. 5 Mayıs gecesi başlayan Hıdırellez, su başlarında, ağaç altlarında, tarlalarda doğanın içine karışan dualar, dileklerin asıldığı ağaç dalları, sabah erkenden toprakla buluşan eller ve umutlarla doludur.

Bu gün, hem toprağın hem insanın dirilişidir — eskiyi bırakıp, yeniye yol açan bir kutsal arınma ve yeniden doğuş zamanıdır. Hıdırellez, sadece toplumsal bir bayram değil, insanın doğayla, geçmişle ve gelecekle yeniden bağ kurduğu zamandır.

Dilek Ritüeli

Bir kâğıda kalbinden geçen dileği yaz, hatta mümkünse sembolik dahi olsa da çiz. Ardından içerisine bir madeni para koyarak kâğıdı gül ağacının altına bırak ya da bir dalına bağla.

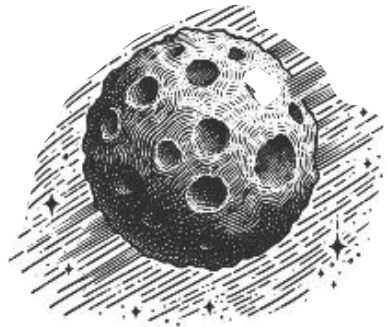
Eğer gece bir ateş yakılacaksa kutlamaya katıl ve üç kez ateşin üzerinden atla; her atlayışta eskiyi bırakıp yeniye çağır. Ateş yoksa bile kendine bir mum yak, içinden geçmişini geride bıraktığını geçir, sindir ve mumu söndür.

Sabah gün doğmadan dilek kâğıdını al, denize ya da akan bir suya bırak ve içinden sessizce şunu söyle:

“Niyetlerim su gibi aktı yolunu buldu, hepsi çoktan oldu bile, kalbimde heyecanı hissediyorum, teşekkür ederim.”
Sonra ardına bakmadan yoluna devam et.

Eta Aquariids Meteor Yağmuru

<https://starwalk.space/en/news/eta-aquariid-meteor-shower-may>



16 Mayıs - Yeni Ay

Güvenlik arayışını dış dünyadan çekip insanın kendi kalbine teslim eden bir kapı aralar. Bu dönemde istikrar ihtiyacı artar; fakat hayat, tam da şimdi değişimi kabul etmeyi gerektirir. Tutunmak istediğin şeyler elinden kayarken, asıl aradığının özsaygın olduğunu ve bunu maddiyatla ve maddeyle tatmin edemeyeceğini fark edersin. Bu yeni ay, sana kendini olduğun gibi kabul etmenin en güçlü silahın olduğunu fısıldar. Kendinle barıştığında, dış dünya da yumuşar. Bu nedenle bu gece için öneri şudur: değişime direnmek yerine ona niyetini ver, değerini başkasının onayında değil, kendi varlığında bul. Huzur, tam da orada filizlenecektir.

31 Mayıs - Mavi Dolunay

Gökyüzünde nadir görülen mavi ay, aynı ay içinde ikinci kez tamamlanan dolunayı, ve kaderin “bir kez daha düşün” dediği eşiklere işaret eder.

Ay Yay burcundayken ruh, güvenliği durağanlıkta değil, bir anlamın peşinden gitmekte arar. Bu gece insan, yaşamak için bir hedefe, bir misyona, bir inanca tutunma ihtiyacı hisseder.

Umut kolay kolay sönmez; aksine karanlıkta bile “daha iyisi mümkün” diyen iç ses güç kazanır. Mavi Dolunay’ın seyrek gücüyle birleşen Yay’ın iyimser ateşi şunu fısıldar: Yol zorlu olsa bile bir hedefin varsa kaybolmazsın. Bu dolunay için öneri şudur: kendine kutsal bir amaç seç ve ona doğru ilk adımı at. Çünkü bazı niyetler sadece nadir gecelerde mühürlenir.

İyi Şans Kolyesi Ritüeli

Mavi Dolunay, aynı ay içinde gerçekleşen ikinci dolunay olduğu için birçok kültürde şans dışsal bir beklenti değil, yön + niyet + eylem uyumu olarak programlamak için uygun bir zamandır.

Malzemeler

- **Mavi ip (pamuk ya da keten)**
→ Gökyüzü, kader ve koruma sembolüdür. Sentetik değil doğal ip seçilir çünkü doğaya geri bırakılacaktır.
- **Ay taşı veya selenit (küçük parça)**
→ Ay döngüsüyle en çok ilişkilendirilen taşlardır. Duygusal denge, sezgi ve yeni başlangıçları temsil eder.
- **Defne yaprağı (1 adet)**
→ Antik Yunan'dan beri başarı, talih ve korunma sembolüdür.
- **Tarçın çubuğu parçası**
→ Şans, hız ve bolluk enerjisini temsil eder. Aynı zamanda niyeti "harekete geçirici" kabul edilir.
- **Küçük kağıt ve kurşun kalem**
→ Kurşun kalem tercih edilir çünkü grafit doğaldır ve kağıtla birlikte toprağa karışabilir.

Uygulama

1. **Dolunay gecesi**, mümkünse ay ışığını görebileceğin bir pencere önüne otur.
2. Kağıda **tek bir niyet** yaz:
 - Örn: *“Hayat yolumda şansım, doğru zaman ve doğru insanla uyum içinde açılıyor.”*
3. Kağıdı **kendine doğru üç kez katla** (bu içe çekme sembolüdür).
4. Katladığın kağıdı defne yaprağı ve tarçınla birlikte ay taşının yanına koy.
5. Hepsini mavi iple bir araya getirerek **küçük bir tılsım bohçası** yap ve düğüm at.
6. Düğümü atarken **yüksek sesle değil ama net bir iç niyetle** şunu söyle:
“Niyetim açık, yönüm berrak, şansım emeğimle birleşsin.”
7. Bu tılsımı **3 gece boyunca yastığının altında** veya pencere kenarında ay ışığı alan bir yerde beklet.

Kolye Haline Getirme: Gecenin sonunda bohçayı mavi ipten bir kolye gibi bağlayabilir veya küçük bir kese içine koyup çantanda taşıyabilirsin.

Not: Bu tılsım **“şans objesi” değil, niyet hatırlatıcısıdır.** Şansın, sen harekete geçtiğinde çalışır.




















Kapanış

Bu tılsım **en fazla 1 ay taşınmalıdır**. Sonrasında:

- Kağıt, defne ve tarçını toprağa gömülür ya da saksı bitkisine bırakılır.
- Ay taşını akan bir suya 1 dakika tutup yeniden kullanabilirsin.



HAZİRAN 2026

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
1  Kudret narı ek	2 	3	4	5	6 06.06.2026 Enerjisi için bir niyet ritüeli yap 	7 Yürüyüş yap ve duygularını regüle et...
8  Cilt bakımı günü...	9 Vestal'a	10 	11  Pelin otu ek	12  20 dk Nefes Çalış	13  Dans et!	14  Özbenliğini görmek için bak...
15  Yeni Ay	16  Saçlarını kestirmek için uygundur. Daha gür uzamasını sağlar.	17  Yasemin ek	18 	19 Hedef Defterindeki hamlelerini gözden geçirin. 	20 Litha 	21
22	23 Midsummer 	24	25	26	27  Oku ve dinlen...	28 Deniz kenarında yürüyüş yap.
29  20 dk Nefes Çalış	30  Dolunay					

Alie'nin Notları:

Güneş İksiri (Herb Buzlu Su)

İçindekiler: Buzda dondurulmuş adaçayı bitkileri + adaçayın deminden dondurulmuş buz + taze limon dilimi

Faydası: Antiseptik, boğaz koruyucu

Ezoterik anlam: Arınma ve zihinsel netlik

Not: Buzlar eridikçe niyet çözülür.



Periler Ayı, Haziran... Özellikle Kelt, İskoç, İrlanda ve Britanya folkloruna dayanan kadim bir inançtır. Haziran ayında doğa en canlı, en bereketli ve en "ince" perdesindedir; bu yüzden periler dünyasıyla insan dünyası arasındaki sınırın en geçirgen olduğu zaman olarak kabul edilir.

Periler (Fae), doğanın koruyucu ruhlarıdır; ne tamamen iyi ne tamamen kötüdürler, dengeyi temsil ederler. Bu dönemde çiçek çemberleri (fairy ring), sabah çiyi, yabani çiçekler ve orman açıklıkları kutsal kabul edilir.

Eskiden insanlar perileri kızdırmamak için kapı önlerine süt, bal, ekmek veya çiçek bırakır, gece ormanda ıslık çalmaz, peri çemberlerinin içine basmazdı. Haziran ayında yapılan niyetlerin "doğa ruhları tarafından duyulduğuna" inanılırdı. Bu ay, özellikle aşk, bereket, ilham ve çocuk enerjisi ile ilişkilendirilir.

Haziran Ayında Ekilebilecek Bitkiler

Kudret Narı: Şifa, dayanıklılık, korunma, içsel güç, kader temizliği ve zor olandan güçlenerek çıkmayı temsil eder.

Ekim için uygun zaman: Dolunay ve sonraki ilk 2 gün.

Hasat için uygun zaman: Dolunay ve sonraki ilk 2 gün.

Yasemin: Aşkı hayatına çekmek amaçlı niyetleri, rüyalarla mesaj alma yetkinliğini, kadınsal sezgileri güçlendirmeyi temsil eder.

Ekim için uygun zaman: Yeni Ay – Hilal Arası (Büyüyen Ay)

Hasat için uygun zaman: Dolunay – Özellikle Yaz Dolunayları

Pelin Otu: Eski bağları kesme, kabusları iyileştirme, negatif varlık ve enerjilerden korunma içindir.

Pelin meditasyonda tütsü olarak kullanılırsa seni korur.

Ekim için uygun zaman: Son Hilal – Karanlık Ay (Yeni Ay'dan hemen önce)

Hasat için uygun zaman: Azalan Ay – Dolunaydan Sonra

9 Haziran - Vestalia

Antik Roma'da her yıl 7–15 Haziran arasında kutlanan, ana günü 9 Haziran olan kutsal bir ev bereketi ve ocak ateşi bayramıydı. Roma'daki yuvarlak tapınağında Vesta, yani evin, yuvanın ve şehrin koruyucu tanrıçası onurlandırılırdı.

Tapınakta heykel bulunmaz, bunun yerine asla sönmesine izin verilmeyen kutsal bir ateş yanardı. Bu ateşin sönmesi Roma'nın çöküşüyle eşdeğer kabul edilirdi. Ateşi koruma görevi, küçük yaşta seçilen ve 30 yıl boyunca bekâret yeminiyle yaşayan Vestal Bakireleri'ne aitti. Festival süresince fırıncılar ve değirmenciler de kutsanırdı, değirmen

taşları ve onları çeviren hayvanlar çiçekler ve küçük ekmeklerle süslenirdi.

7 Haziran'da tapınağın iç kısmı yalnızca kadınlara açılır, 15 Haziran'da yeniden kapatılırdı. Vestalia'nın özü; evi arındırmak, yaşam ateşini korumak ve bereketi mühürlemektir.

Vestalia ruhunu evine taşımak için küçük ama etkili bir ritüel yapabilirsin: Önce evde fiziksel bir temizlik yap (süpürmek özellikle önemlidir). Ardından mutfakta ya da salonda bir mum yak. Mumun karşısında birkaç saniye dur ve şu niyeti fısılda:

“Bu evdeki ateş sönmesin, bu yuvada huzur ve bereket daim olsun.” İstersen küçük bir ekmek parçasını ya da bir kase unu niyet ederek mutfağa bırakabilirsin. Bu, Vestalia'da yapılan bereket sunumunun modern karşılığıdır. Ritüeli mumu güvenle söndürerek tamamla.

15 Haziran - Yeni Ay

Değişim ihtiyacını ve spontane adımları güçlü bir şekilde tetikler. Zihnin hızlanır, kelimeler daha kolay akar, içinden geçenleri paylaşma isteğin artar. Bu yeniayda güven, duygularını bastırmakta değil; onları düşünerek, tartarak ve doğru kelimelerle ifade etmekte saklıdır. Konuşmak şifadır ama kalbi devre dışı bırakan bir soğukkanlılık, farkında olmadan mesafe yaratabilir. Bu yüzden bu yeniay sana şunu hatırlatır: Zihinle kalbin aynı hizaya geldiğinde gerçek uyum başlar. Düşüncelerini hislerinle dengele.

20 - 21 Haziran - Litha (Yaz Gündönümü)

Kökeni Kelt, Cermen ve İskandinav pagan kültürlerine dayanan, yılın en uzun günü olan 20–21 Haziran'da kutlanan güneş bayramıdır.

Bu tarih, Güneş'in gökyüzündeki en yüksek noktaya ulaştığı anı temsil eder ve tarım toplumları için hasadın, bereketin ve yaşam gücünün zirvesi kabul edilirdi. Arkeolojik bulgular ve tarihsel kayıtlar, özellikle Britanya'daki Stonehenge, İskandinavya'daki taş çemberler ve Kuzey Avrupa'daki kutsal alanların bu güne göre hizalandığını gösterir.

Dönemin insanları bu gecede büyük ateşler yakar, ateşin üzerinden atlayarak hastalık ve kötü şansın arındıklarına inanır, tarlaların etrafında meşalelerle dolaşarak ürünleri bereket için kutsardı.

Şifalı bitkiler gün doğmadan toplanır, çünkü bu gecede toplanan otların en yüksek şifa gücüne sahip olduğunainanırdı. Ritüelin özü nettir: ateş yakılır, niyet edilerek alevin etrafında üç kez dönülür ve kişi dileğini ateşe fısıldayarak dumanla göğe bırakır.

Kutlamaya değer ve yaza yakışan keyifli bir gün. Sen de mum eşliğinde kendine bir ritüel tasarlayabilirsin. Bu ritüeli kalabalık ve sevdiğin arkadaşlarınla yapmak gücünü pekiştirecektir.

Bir sürü beyaz kağıt ve renkli boyalarla serbest çalışmayı dene ve özgürce boya. Ardından kâğıtları istediğin şekillerde keserek beyaz bir karton üzerine yapıştırarak kendine çiçek temalı bir kolay yap. Duvarını kendi eserlerle renklendir. Bu tablo yazın senin uğurun olsun!

23 - 24 Haziran - Midsummer / St. John Gecesi

Eskiden derlerdi ki; yılın bir gecesi vardır, ateş yakmadan da yanar insanın içi. Bu gece, en güçlü şekilde İskandinavya, Baltıklar, Orta Avrupa ve Akdeniz kıyılarında kutlanmaya devam eder. Yılın en büyük ateş arınması gecesisidir.

Tarihsel olarak insanlar büyük şenlik ateşleri yakar, ateşin üzerinden atlayarak hastalık, nazar ve kötü şansını geride bıraktıklarına inanırdı. Genç kızlar çiçeklerden taç yapar, suya bırakır ve evlenecekleri kişinin yönünü rüyalarında göreceklerine inanırlardı. Bu gece toplanan bitkiler, özellikle Sarı Kantaron (St. John's Wort), yılın en güçlü şifa gücüne sahip kabul edilirdi.

Gecesi'nin özü şudur: *Ateşle arın, niyetle yön değiştir ve yazın kader kapısından geç.*

Bu gece için ruhunu şifalandıracak bir karışım yapabilirsin ve yıl boyunca sana enerji vermesi için kullanabilirsin.

Alie'nin Floral Vücut Losyonu'nu denemek istersen hikayeler kısmında.

30 Haziran - Çilek Dolunayı

Gökyüzünde yalnızca bir tamamlanmayı değil, insanın kendi değerini hatırlayışını da temsil eder. Bu dolunayın ışığı en çok, dış dünyada anlam arayan kalpleri aydınlatır.

Topluma faydalı olma ihtiyacı, başkaları için bir şeyler yapma arzusu bu günlerde daha da yükselir. Fakat bu ışık sana şunu fısıldar: *Kendin için ne istiyorsun?*












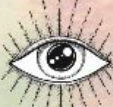



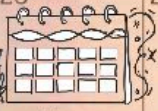
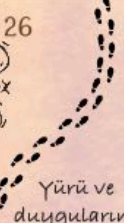





Çilek Dolunayı'nın ışığında insan bazen kendi arzularını küçümser, başkalarının onayını kendi iç sesinin önüne koyar. Sessizlikle karışık bir çekingenlik, görülmeme hissinden doğan ince bir kırgınlığa dönüşebilir. Oysa bu dolunay, dışarıdan gelecek onayın şüphelerini iyileştirmeyeceğini hatırlatır sana.

Özşefkat çalışması bugün için çok uygundur. Kendine bakım veya sadece eğlence temalı bir gün yarat. Eğer bir yakı arkadaş grubun varsa onları da mutlaka yanında sürükle :}



TEMMUZ 2026



Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
		1	2	3  Özgürce Eğlen!	4 Yeni insanlarla tanışacağın bir atölye bul 	5
6	7	8 	9 Oku ve dinlen... 	10	11 Esne! 	12 Aile günü 
13  Bir tarot kartı seç!	14 Yeni Ay 	15 Dumuzi 	16 Gotu kola ek 	17 İç güdülerine kulak ver 	18 Deniz ve müzik için biraz uzaklaş... 	19
20  Sirius Helyak Yıldızının Doğuşu	21	22	23	24 Sevdiğin birini an. 	25 Maya takviminde zamanın bittiği yer. 	26 Yürü ve duygularını regüle et. 
27  20 dk Nefes Çalış	28  Delta Aquariid Meteor Yağmuru	29 Guru Purnima Dolunay 	30	31 Bağ kurduğun ağacı ziyaret et 		

Alie'nin Notları:

Güneşle Oynayan İksir

Temmuz, yılın en dışa dönük aylarından biridir; kahkahanın kolaylaştığı, beden ritmi hatırladığı, kuralların biraz gevşediği zaman. Bu içki, ciddiyeti bilerek hafifletmek ve içsel çocuğu masaya davet etmek için hazırlanır.



Malzemeler:

- Taze nane yaprakları (canlılık ve zihinsel ferahlık için)
- Limon kabuğu (neşe, açıklık ve güneş enerjisi)
- Hibiskus çayı (renk, kalp ve yaz tutkusu)
- Bir tatlı kaşığı bal veya agave şurubu
- Maden suyu
- İsteğe bağlı: birkaç damla portakal çiçeği suyu
- Yetişkin versiyonu için: az miktar beyaz rom veya prosecco

Hazırlanışı:

Hibiskus çayını demleyip tamamen soğut. Bir sürahide nane yapraklarını hafifçe ezerek kokusunu serbest bırak. Soğuk çayı ekle, bal ile tatlandır. Limon kabuğunu içine bırak ve maden suyuyla tamamla. Servisten önce portakal çiçeği suyunu damlat. Buz küplerini eklerken her küpe niyet olarak tek bir kelime fısılda: *hafiflik, oyun, akış*.

14 Temmuz - Yeni Ay

Güven duygusunu yeniden eve, aileye ve kalbin sıcak rutinlerine bağlar. Bu günlerde yemek yapmak, toprağa dokunmak, bitkileri sulamak bile ruhu onaran bir ritüele dönüşebilir.

Ancak duygular dalga dalga yükselir; geçmiş düşünceler zihinde dönüp durabilir. Bu yeniay sana şunu öğretir: Affetmeyi ve serbest bırakmayı öğrenmezsen, düşünceler kalbi ağırlaştırır. Algın fazlasıyla öznel olabilir; bu yüzden mesafe koymak gerekir ama kalbi kapatmadan, acılaştırmadan... Çünkü bu yeniayda duyguların o kadar güçlüdür ki, doğru kullanıldığında insana dünyada gerçek bir ait olma duygusu inşa eder.

15 Temmuz -

Temmuz ayı, adını doğrudan bir tanrıdan alır:

Dumuzi. Sümer mitolojisinde bu ay, kaybolan aşkın, kuruyan toprağın ve tutulmuş rahimlerin ayıdır. Güneş yakıcıdır çünkü bereket yeraltına inmiştir.

Bu mit, MÖ yaklaşık 3000–2500 yılları arasında, bugün Irak'ın güneyini, Dicle ve Fırat nehirleri arasındaki Mezopotamya topraklarını kapsayan Sümer ülkesinde doğdu. İnsanlık tarihinin bilinen en eski aşk ve ölüm-dönüşüm hikâyesidir.

Binlerce yıl önce, aşkın, arzunun ve yaratılış gücünün tanrıçası İnanna göğün kraliçesiydi. Eşi ise Çoban Tanrı Dumuzi, yeryüzünün bereketiydi. Bu iki ilkenin — gök ve toprak, dişi ve eril, ruh ve beden — birleşmesiyle Sümer ülkesine bolluk gelir, nehirler taşar, buğday başaklanırdı.

Ancak bir gün, İnanna yeraltına, kız kardeşi, Yeraltı Tanrıçası Ereşkigal'in kocası Gugalanna'nın cenazesine gitmek istedi.

İnanna, yeraltının yedi kapısında, tacını, kolyesini, kemerini, giysisini, gücünü ve tanrısal niteliklerini birer birer bırakarak çıplak ve savunmasız hâle geldi. Yedinci kapıda artık bir tanrıça değil, yalnızca bir kadındı. Ve Ereşkigal onu öldürdü.

İnanna'nın ölümüyle birlikte:
Toprak çatladı.
Sular çekildi.
Tohumlar uykuya girdi.
Rahimler sustu.

Bu egonun ölümü ve dişil gücün parçalanmasını temsil edem önemli bir dönüm noktasıdır.

İnanna'nın yokluğunda onun veziri, Bilgelik Tanrısı Enki'ye yalvardı. Enki, yaratımın sırlarından iki varlık gönderdi ve İnanna yeniden dirildi. Fakat evren bunu karşılığını isterdi: Yerine biri inmeliydi.

İnanna yeryüzüne döndüğünde herkesin onun yokluğuna ağladığını gördü. Bir kişi hariç, kocası Dumuzi.

Öfkelenen İnanna, yerine onu seçtin ve Dumuzi yeraltına indi. İşte o gün Temmuz başladı.

Sümerler, her yıl Haziran sonu, Temmuz ortası arasında Dumuzi için ağıt törenleri yaparlardı. Bu törenler özellikle 15–21 Temmuz aralığına denk gelen günlerde yoğunlaşırdı. Kadınlar saçlarını açar, suya ağlar, gözyaşını

toprağa dokerdi. Çünkü inanırlardı ki: *“Dumuzi için ağlayan kadın, toprağın rahmini yeniden uyandırır.”*

Dumuzi'nin kız kardeşi Geştinanna, kardeşi için ilahi bir fedakârlık yapmaya karar verir ve yeraltındaki görevi için *“Yılın yarısını ben alayım.”* der. Böylece kozmik döngü kurulur.

Altı ay sonra Dumuzi yeniden yeryüzüne çıkar ve İnanna ile yeniden birleşir. İşte bu an: Toprağın tekrar canlandığı, Tohumun patladığı, rahmin uyandığı, aşkın yeniden beden bulduğu andır.

Bu yüzden bu mit, yalnızca bir aşk hikâyesi değil; Mevsimlerin, ölümün, ayrılığın, yasın ve yeniden doğuşun kozmik öğretisidir.

19 - 23 Temmuz - Sirius Helyak Yıldızının Doğuşu

Sirius'un helyak doğuşu, gökyüzünde olduğu kadar insanın iç âleminde de bir eşiğın aralanmasıdır. Her yıl, Güneş'ten hemen önce sabah ufkunda yeniden beliren bu kadim yıldız, binlerce yıl önce Nil'in taşkınlarını müjdeleyerek toprakla birlikte insan ruhunu da uyandırır.

Antik Mısır'da İsis'in yaratıcı ve besleyici yüzüyle özdeşleştirilen Sirius, yaklaşık yetmiş günlük görünmezliğin ardından yeniden doğuşun ışığı olarak yükselir; yalnızca bereketi değil, insanın içindeki küllerden doğma gücünü de hatırlatır. Yengeç'in şefkatli sularında titreşen bu kutsal ışık, kalbin en derin odalarına evrensel bir sevgi, arınma ve korunma duygusu taşır. İşte bu yüzden Sirius'un dönüşü, yalnızca gökyüzünün değil, insanın da içsel yeni yıldızıdır.



BURÇLARA GÖRE SIRIUS'UN ETKİLERİ

Koç: Sirius Koç burcundayken cesur başlangıçları, öncül başarıları ve ani ruhsal uyanışları beraberinde getirebilir.

Boğa: Boğa'da Sirius, maddi dünyada sağlam başarılar, köklenmiş bir bulgunculuk ve dünyevi olanla ruhsal olanın dengeli buluşmasını simgeler.

İkizler: İkizler'de Sirius, iletişim gücüyle gelen tanınırlığı, zihinsel parlaklığı ve sözcüklerle açılan kader kapılarını işaret edebilir.

Yengeç: Yengeç'te Sirius, başarıların duygusal derinlikle yoğrulmasını, şefkatli bir ruhsal armağanı ve kalpten gelen sezgileri anlatır.

Aslan: Aslan'da Sirius, yaratıcı yetenekleri büyütür, liderlik vasıflarını parlattır ve kişiye gözle görülür bir sahne ışığı kazandırır.

Başak: Başak'ta Sirius, hizmet yoluyla yükselen başarıları, ruhsal bilginin günlük hayata ustaca uygulanmasını temsil eder.

Terazi: Terazi'de Sirius, ortaklıklardan doğan başarıları, uyum yaratma gücünü ve göz önündeki ilişkilerde denge kurmayı anlatır.

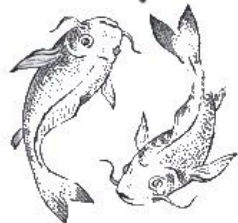
Akrep: Akrep'te Sirius, dönüştürücü bir gücü, derin ve hatta gizemli ruhsal farkındalıkları, karanlıktan doğan içsel aydınlanmayı getirir.

Yay: Yay'da Sirius, felsefi ufkun genişlemesini, uzak yolculuklardan ve yüksek öğrenimden gelen başarıları simgeler.

Oğlak: Oğlak'ta Sirius, zirve kariyer hedeflerini, disiplinle inşa edilen ruhsal yolları ve kalıcı başarıyı anlatır.

Kova: Kova'da Sirius, yenilikçi atılımları, insanî idealler uğruna kazanılan başarıları ve geleceği dönüştüren fikirleri işaret eder.

Balık: Balık'ta Sirius, ruhsal aydınlanmayı, sanatta ve şefkat dolu çalışmalarda gelen ilahî dokunuşu temsil eder.



25 Temmuz - Zaman Dışı Gün

Modern Maya takvimi yorumlarına göre her yıl 25 Temmuz'da, eski döngünün kapandığı ve yeni zaman akışının henüz başlamadığı eşik gün olarak kabul edilir; bu uygulama özellikle 20. yüzyılda José Argüelles tarafından yeniden yorumlanan 13 Ay Takvimi geleneğiyle tüm dünyada yayılmıştır.

Tarihsel kökeni, Maya uygarlığının kutsal zaman algısına, Tzolkin ve Haab takvimleri arasındaki geçiş anlayışına dayanır; ezoterik düzlemde ise bu gün "zamansızlık", yani geçmişle gelecek arasındaki boşluk olarak görülür. Bu nedenle Day Out of Time, karmanın arındırıldığı, affın özgürleştirildiği, eski yüklerin bilinçten bırakıldığı ve ruhun yeni bir döngüye hazırlandığı kutsal bir ara kapı olarak kabul edilir.

Ertesi gün, 26 Temmuz'da başlayan Maya Yeni Yılı'ndan önce, insanın takvimlerden, saatlerden ve zorunluluklardan sıyrılıp öz zamanı hatırlamasını simgeler; bu yüzden dünya genelinde hâlâ meditasyonlar, barış törenleri, sanat çalışmaları ve niyet ritüelleriyle aktif biçimde yaşatılmaktadır.

Sen de derinlemesine bir niyet çalışması ile bugünü taçlandırabilirsin.

Bolluk ve Bereket Kasesi Ritüeli

Günümüzde Feng Shui ve modern spiritüel pratiklerde yaygın olarak kullanılan "bereket kasesi" uygulamasını deneyebilirsin. Ritüel için mümkünse metal bir kase seçilir; içine sırasıyla bolluğu temsil eden pirinç (sürekli rızık),

tarçın çubuğu (parasal hızlanma), defne yaprağı (zafer ve kazanç), karanfil (koruma), bir adet madeni para (somut para akışı), yeşil ya da altın renkli bir kâğıda yazılmış niyet cümlesi ve birkaç damla portakal yağı (ticaret ve akış)eklenir.

Kase hazırlanırken, her malzeme için sessizce neyi temsil ettiği zihinde canlandırılır. Ardından eller kaseinin üzerine konur ve şu niyet fısıldılır: *“Zamanın dışındaki bu kutsal boşlukta, eski kıtlık bilincini bırakıyor ve hayatıma bereketin doğal akışını davet ediyorum.”* Kase 25 Temmuz gecesi bir pencere kenarına ya da evin salonuna bırakılır, 26 Temmuz sabahı ise niyet kâğıdı saklanır, pirinç ve baharatlar toprağa ya da akan suya teşekkürle bırakılır, madeni para cüzdana konur.

Bu ritüel, yalnızca parayı değil, kişinin bereketle olan içsel bağını da yeniden programlar.

29 Temmuz - Geyik Dolunayı

Doğanın en güçlü büyüme anlarından biri olduğu kadar, insanın duygusal özgürlüğe duyduğu ihtiyacı da görünür kılar.

Ay bu dolunayda Kova'nın rüzgârını taşıırken, duygular insana bazen karmaşık, bazen de uzak gelebilir; çünkü kalp özgürlük ister. Kendi hislerini anlamak zorlaşabilir, fakat insanlar arasına karıştığında, bir sohbetin, bir gülüşün ya da ortak bir paylaşımın içinde duyguların yavaş yavaş çözüldüğünü fark edersin.

Bu gece; korku, öfke ve kıskançlık gibi ağır yükler, kalabalığın içindeki görünmez şifada erimeye başlar. Geyik

Dolunayı sana şunu öğretir: Duygularını tek başına çözmek zorunda değilsin; bazen iyileşme, başkalarının kalbiyle yan yana durduğunda başlar.

Bu gece dans etmeye gidebilirsin veya evde kendi mini partini verebilirsin.

Guru Purnima

Binlerce yıldır Hindistan'dan Tibet'e, Nepal'den yoga geleneğinin yayıldığı tüm coğrafyalara kadar kutlanan bu kutsal zaman, ruhsal öğretmenlere, bilgeliğin aktarıcalarına ve insanı karanlıktan aydınlığa taşıyan rehberlere adanmıştır.

Tarihsel olarak bu gün, Vedik bilgelik geleneğinin ilk büyük öğretmeni kabul edilen Maharishi Vyasa'ya atfedilir; ezoterik düzlemde ise dolunayın tamamlanmış ışığı, bilginin ve farkındalığın da en yüksek titreşimine işaret eder. Guru, yalnızca bir kişi değil, insanın içindeki uyanışı tetikleyen ilahi kapıdır.

Bu yüzden Guru Purnima gecesinde edilen niyetlerin, alınan kararların ve şükürlerin sıradan zamandan daha derin bir yankı bulduğuna inanılır. 29 Temmuz Dolunayı, bu anlamda yalnızca gökyüzünün değil, bilincin de tamamlandığı bir eşik olur; insan öğrenci tarafını, hayat ise öğretmen yüzünü hatırlar.

Temmuz Ayında Ekilebilecek Bitkiler:

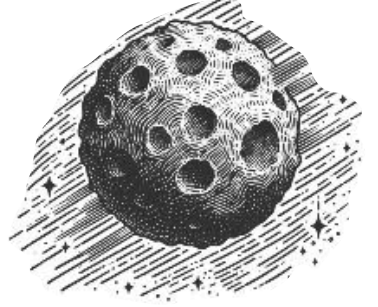
Gotu Kola: Hem şifacı bir bitki, hem de kadim öğretilerde zihin, hafıza ve “bilgelik kapısı” ile ilişkilendirilen güçlü bir yeşildir.

Ekim için uygun zaman: Yeni Ay'dan sonraki ilk 3 gün toprak hafif nemliyken, akşamüstü veya gün batımına yakın saatler.


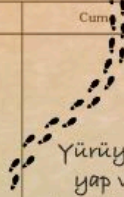












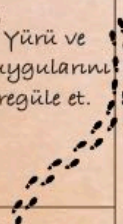





Hasat için uygun zaman: Dolunay

Delta Aquariid Meteor Yağmuru

<https://earthsky.org/astronomy-essentials/everything-you-need-to-know-delta-aquariid-meteor-shower/>



AĞUSTOS 2026

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cum	Cumartesi	Pazar
 <p>Lavanta hasadı zamanı! İspata'ya küçük bir gezi yapabilirsi.</p>				 <p>Yürüyüş yap ve duygularını regüle et...</p>	<p>1</p>  <p>Lughnasadh</p>	<p>2 Samimi bir sofraya hazırla</p>
3	4	5	<p>6 Oku ve dinlen...</p> 	<p>7</p>  <p>Güneşin doğuşunu izle</p>	<p>8</p>  <p>Aslan Kapısı</p>	<p>9 Tarot Kartı Aş</p> 
10	11	<p>12</p>  <p>Yeni Ay Güneş Tutulması Perseids Meteor Yağmuru</p>	<p>13 Saçlarını kestirmek için uygundur. Daha gür uzamasını sağlar.</p>  <p>Özşefkat Zamanı</p>	<p>15 En sevdiğin yemeği yap.</p> 	<p>16</p>  <p>Nefes Çalış</p>	
17	18	19	<p>20</p>  <p>Nefes Çalış</p>	<p>21 Oku ve öğren</p> 	<p>22</p>  <p>Eğlen</p>	<p>23 Yürü ve duygularını regüle et.</p> 
24	25	<p>26 Sevdiğin birini anmak için mum yak.</p> 	<p>27</p>  <p>Aş Hayalet Festivali (Zhongyuan)</p>	<p>28</p>  <p>Dolunay Kısmi Ay Tutulması</p>	<p>29 Adaçayı ve lavanta tütüsünü yak, temizlik vakti!</p> 	<p>30 Zodk Esne</p> 
31						

Alie'nin notları:

Ateş ve Yaşam Gücü Suyu

İçindekiler: Tarhun, limon, bal

Faydası: Sindirim ve iştah düzenleyici

Ezoterik anlam: Solar pleksus, irade

Not: Buzlu servis edilir.



1 Ağustos - Lughnasadh

Gün batımı 31 Temmuz akşamına değdiğinde, yılın en eski sırlarından biri uyanır. Ertesi gün, 1 Ağustos'ta, binlerce yıldır Kelt topraklarında kutlanan Lughnasadh başlar.

Kökeni Antik İrlanda, İskoçya, Galler ve Man Adası'na, yazılı kaydı ise en geç M.S. 10–11. yüzyıla uzanır. Adını, ışığın, ustalığın ve çoklu yeteneklerin tanrısı Lugh'tan alır. Ama bu bayram bir zaferden çok, olgunlaşmanın, kurbanın ve yaklaşan karanlığın eşiğidir. Güneş hâlâ güçlüdür fakat artık dönüş yoluna girmiştir; yaz zirvesini geride bırakmıştır.

Lughnasadh, aynı zamanda Lammas adıyla da bilinir. Bu ad, Eski Anglosaksoncadaki "hlaef-mass" kelimesinden gelir ve anlamı "ilk ekmeğin kutsandığı ayın" demektir. Bu yönüyle bayram, ilk kez M.S. 921 yılında Anglosakson kroniklerinde "İlk Hasat Şöleni" olarak anılır. Tarım toplumları için bu an yalnızca bir ürün toplama zamanı değil, ilahi olana şükürün sunulduğu kutsal bir eştir. Çünkü toprak, verdiğini geri ister; insan ise aldığı nimetin karşılığını teşekkürle öder.

Buğday artık yeşil değildir; altına dönmüştür. Keltlerin Yeşil Adam'ı — John Barleycorn — yaz boyunca büyüttüğü bedenini insanlara ekmek üzere bırakır. Biçilen başaklar yalnızca karın doyurmaz; aynı zamanda kader öğretir: Yaşamın devamı, bir şeyin sona ermesini ister.

Bu yüzden Lughnasadh, sevinçle yapılan bir matem gibidir. İlk meyve sofraya gelirken, yaklaşan karanlığın bilgisi kalbe düşer. Şükürle hüznün aynı lokmada birleşir.

Kadim ritüellerde ilkin ilk başak sessizlikle kesilir. Ondan yapılan ilk ekmek kutsanır; bir parçası toprağa, bir parçası ateşe adak olarak sunulur. Dans edilir ama taşkın değil; ateş yakılır ama gösterişli değil. Çünkü bu bayram ışığın gücünü haykırmak için değil, onu içe almak ve kışa saklamak içindir. Lughnasadh, dış dünyanın hasadı kadar insanın iç dünyasında birikenlerin de tartıldığı bir eştir.

Sen de bu bayramı altın buğdayın enerjisiyle kutla ve **Alie'nin** senin için hazırladığı ***Alie'nin Sihirli Simit Tarifi'ni*** dene.

8 Ağustos - Aslan Kapısı

Köklerini Antik Mısır'ın yıldız takvimine dayandıran; modern gelenekte ise ruhsal uyanış, kader sıçraması ve bilinç geçidi olarak yorumlanan kozmik bir eşiktir. Bu inancın tarihsel temeli, her yıl yaz ortasında gerçekleşen Sirius yıldızının Güneş'le birlikte doğuşuna (heliak doğuş) dayanır. Antik Mısır'da Sirius, Tanrıça Isis'in yıldızı olarak kabul edilir ve bu doğuş, Nil'in taşmasını, bereketi, yeniden doğuşu ve ruhun dirilişini simgelerdi. Aynı dönem, Güneş'in Aslan (Leo) takımyıldızında yer almasıyla birleşir;

böylece göksel güç, krallık, kalp enerjisi ve ilahi irade sembolik olarak aynı hat üzerinde toplanır.

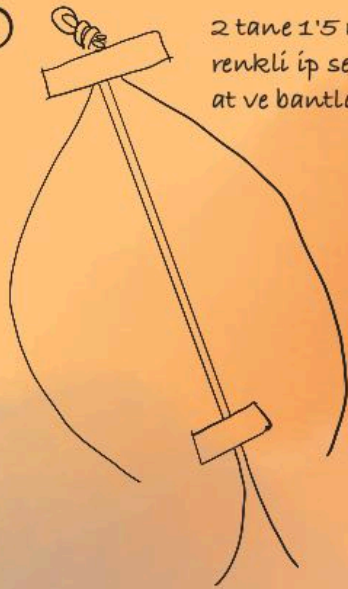
Modern spiritüel öğretilerde 8/8 tarihi, sayının kendi içinde taşıdığı “sonsuzluk, kader ve döngü” anlamı nedeniyle bu enerjiyi zirveye taşıyan gün olarak kabul edilir.

Buna rağmen yapılan ritüellerin özü, binlerce yıl öncesindeki bereket, arınma ve ruhsal niyet geleneğiyle aynı özü taşır.

Geleneksel sembolik uygulamalarda bu gecede Güneş’i ve Sirius’u temsil eden altın, turuncu ve beyaz renkler kullanılır; su, ateş ve niyet üçlüsü birlikte çalıştırılır. Antik bereket ritüellerine dayanarak suya dua fısıldanır, beden arınması yapılır, tütsü olarak günlük, mür veya defne yakılır.

Kalp merkezine odaklanan sessiz oturumlarda kişi, geçmiş döngülerden özgürleşmek ve yeni kader ipliğini dokumak için niyetini söyler. Bu gece yapılan çalışmaların amacı dilek değil, ruhun yönünü mühürlemektir.

Niyetlerine odaklan ve bir bileklik ör kendine!



2 tane 1'5 metrelik,
renkli ip seç, düğüm
at ve bantla sabitle.



Bu kısımları
bilekliği takmak
için kullanacaksın.



1



Soldaki ip iki sabit
ipin üzerinden sağa
atılır.

2



Sağdaki ip
sola gelen ipin
üzerinden aşılır.

3



Sağdaki ip sabit
iplerin altından
sola geçer.

4



Sıkıp düğüm
haline getirilir.

5



istediğin uzunluğa
erişene kadar adımlar
tekrar edilir. Ardından
kapamaş düğümü ile
biter.



12 Ağustos - Güneş Tutulması ve Yeni Ay

Güneş tutulmasıyla çakışan Yeni Ay, insanın en hassas çelişkisini görünür kılar: Beğenilmek isteriz ama eleştirilmekten korkarız; ışığı arzularız ama o ışık üzerimize düştüğünde geri çekiliriz. Güvende hissettiğimiz anlar çoğu zaman başkalarını etkilediğimiz, alkış aldığımız anlardır. Fakat sahne gerçekten açıldığında, insan kendi iç boşluğuyla baş başa kalabilir. Bu tutulma, tam da bu noktaya işaret eder: Onay bağımlılığı, eleştiri korkusu ve kusurlu hâlimizle görünmeye cesaret edemeyişimiz...

Güneş'in kısa süreli kararması, egonun da sembolik olarak geri çekilmesidir. Yeni Ay ise şunu fısıldar: Kendini geliştirmek için önce geri bildirim kabul etmen gerekir. Tutulma bu yüzden yalnızca gökyüzünde değil, kalpte de olur. Kişi, başkalarının gözündeki yansımından sıyrılıp kendi ham gerçeğiyle yüzleştğinde, gerçek özgüven doğmaya başlar.

Özşefkat Ritüeli

Eleştiri korkusunu görünürlük cesaretine dönüştürmek, içsel liderliği uyandırmak.

Malzemeler:

- 1 adet **adaçayı yaprağı**
- 3 adet **gül yaprağı**
- 1 küçük **tarçın çubuğu**
- 1 küçük mum

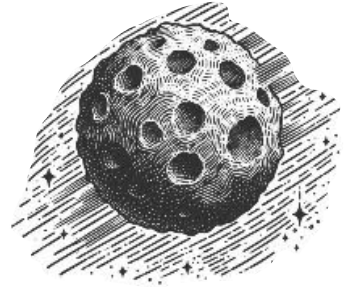
Uygulama:

1. Mumu yak.Adaçayını iki elin arasında tut ve içinden şunu düşün:
“Kendimi susturduğum tüm anları serbest bırakıyorum.”
Gül yapraklarını kalbinin üzerine koy ve fısılda:
“Kusurlu hâlimle de sevmeye niyet ediyorum.”
Tarçın çubuğunu mumun alevine yaklaştır ve şunu söyle:
“Korkumu yakıta çeviriyorum.”
2. Adaçayı ve gül yapraklarını güvenli bir kapta yak veya toprağa bırak.
3. Ritüeli şu cümleyle kapat:
“Görünüyorum, kaçmıyorum, büyüyorum.”
Ve ardından mumu söndür.

12 -13 Ağustos - Perseids Meteor

Yağmuru

<https://science.nasa.gov/solar-system/meteors-meteorites/perseids/>



27 Ağustos - Aç Hayalet Festivali (Zhongyuan)

Çin ay-güneş takvimine göre yedinci ayın on beşinci günü kutlanır; bu tarih günümüz takviminde genellikle Ağustos

sonu ya da Eylül başına denk gelir ve “Hayalet Ay” olarak bilinen tüm bir ay boyunca etkisini sürdürür.

İnanca göre bu dönemde yeraltı âleminin kapıları açılır ve huzur bulamamış ruhlar, yani “aç hayaletler”, yaşayanların dünyasında dolaşmaya başlar. Atalar, unutulmuş ruhlar ve arzuları yarım kalmış varlıklar için sofralar kurulur; su içeriği yüksek yiyecekler, pirinç şarabı, meyveler, tütsüler ve çaylar sunulur. Tütsü dumanı duaları göğe taşıırken, nehirlerde yüzdürülen lotus fenerleri kayıp ruhlara yolu hatırlatır; yakılan joss kâğıtları onlara yazgı, giysi ve özgürlük simgesi olarak gönderilir.

Taoist ve Budist rahipler ağıtlar, ilahiler ve arındırma ritüelleri yaparken, yaşayanlar da bu eşik zamanında görünmeyeni kızdırmamak için dikkatli olur: gece ısıklık çalınmaz, omuzlara dokunulmaz, sulara girilmez, kırılğan kapılar, aynalardan şemsiyelere kadar, geliş igüzel açılmaz. Bu festival, bir korku ritüelinden çok, ölülerle diriler arasında kurulan kırılğan bir nezaket köprüsüdür; unutulmanı anmak, doyurulamayanı beslemek ve ruhların yolunu ışııkla yeniden bulmasına yardım etmektir.

28 Ağustos - Mersin Balığı Dolunayı ve Ay Tutulması

Gökyüzünde yükselen bu Dolunay, kadim Kuzey Amerika yerli kabilelerinden Algonquin halkının adlandırdığı Mersin Dolunayı (Sturgeon Moon) ile birleşir. Bu isim, yazın sonlarına doğru nehir ve göllerde mersin balıklarının en bereketli zamanına girilmesinden gelir; yani bu Dolunay, yalnızca göksel değil, dünyevi bolluğun da eşigidir. Aynı zamanda bir Ay Tutulması ile örtüşmesi, bu bereket temasına güçlü bir karmik kapanış ve ruhsal arınma boyutu ekler: Eski döngüler çözülür, bastırılmış duygular görünür olur, ruh yüklerinden hafifler.

Ay Balık burcundayken, görünmeyen âlemlerle aramızdaki perde iyice incelik. İnsan, çevresindeki en küçük titreşimi bile kalbiyle duyar; söylenmeyi hissederek, gizliyi sezer. Bu yüksek hassasiyet bazen güven duygusunu zayıflatabilir; kişi edilgenleşip hayatın akışını yalnızca uzaktan izlediğini sanabilir. Fakat tam da bu içe çekilme hâli, Balık'ın hayal gücünü ilahi bir kaynağa bağlar. Ruhsal arayışa ya da yaratıcı bir üretime yönelenler için bu zaman, hayallerin sezgiye, sezgilerin ilhama dönüştüğü bir kapıdır. Mersin Dolunayı'nın bereketi ile Balık'ın şefkati birleştiğinde, insan sadece maddi değil, ruhsal bolluğun da eşliğinden geçer. Ay Balık'ta iken insan, dünyayı akılla değil, dua gibi atan kalbiyle okumayı öğrenir.

Ağustos Ayında Ekilebilecek ve Hasat Edilebilecek Bitkiler

Kişniş: Eski uygarlıklar aşk tılsımlarında kişniş kullanılırdı. Bu bitki, tutku, zihinsel açıklık, negatif enerjiyi çözme gibi niyetlere hizmet edebilir.

Ekim için uygun zaman: Yeni ay, 12 Ağustos'a denk geliyor.

Hasat için uygun zaman: Son dördün, dolunaydan yaklaşık bir hafta sonra.

Lavanta: Böcekleri ve haşereleri kovar. Yastık altına konursa rüya kapılarını açtığına inanılır. Ruh temizliği, kaygı çözümü, astral koruma gibi pek çok ritüelin tamamlayıcı elementidir.




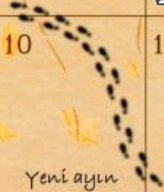













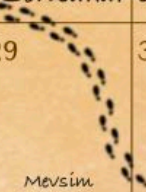

Hasat için uygun zaman: Dolunay - 28 Ağustos

Adaçayı: Antik tapınak tütsülerinin ana bitkisidir. Nazardan arınma, mekân temizliği, ruhsal bağ çözme gibi ritüellerde kullanılır.

Hasat için uygun zaman: Dolunay - 28 Ağustos



EYLÜL 2026

Pazar	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
	1	2	3	4 20 dk Esne! 	5 Ağacını ziyaret et 	6  Nefes Çalış
7	8	9	10  Yeni ayın enerjisini karşlamak için yürüyüş yap... Yeni Ay	11 	12 Aynisefa dik 	13  Saçlarını kestirmek için uygundur. Daha gür uzamasını sağlar.
14  Bir tarot kartı seç!	15	16	17 Oku ve dinlen... 	18  Nefes Çalış	19  Offline Kal...	20 Kendine bir sonbahar broşu tasarla 
21 Üçüncü Gözüne Odaklan 	22  Sonbahar Ekinoksu	23	24  Nergis dik	25	26  Dolunay	27 Sofranın bereketini paylaş ki çoğalsın 
28	29  Mevsim değişikliğini, doğanın döngüsünü hissetmek için yürü.	30 				

Alie'nin Notları:

Topraklanma ve Denge ayı

İçindekiler: Rezene, anason, tarçın

Faydası: Sindirim rahatlatıcı, ŐiŐkinlik giderici

Ezoterik anlam: Hasat ve denge. Sonbahar başlangıcı.



11 Eylül - Yeni Ay

Bu dönem güven duygumuzu sessizce yeniden tanımlıyor. Artık içsel emniyet, yalnızca dış koŐullarda değil; duyguların düzenleniŐinde, düşüncelerin berraklığında ve kalbin sadeleŐmesinde saklı.

Zihnin, dağınık olanı toplama, karmaŐayı anlamlı bir düzene dönüştürme arzusu artarken; bu göksel an bize Şunu da fısıldıyor: hayat kaostan doĐmuŐtur ve kaostan beslenir. Her Şeyin kontrol altında olması gerekmiyor. Bazı cevaplar, her Şey akışına bırakıldığında su yüzüne çıkar bazı yollar, müdahale edilmediğinde açılır.

Bu Yeni Ay, toleransı bir erdem, kabulleniŐi ise bir bilgelik biçimi olarak hatırlatıyor. Akışa güvenmeyi, beklentilerimizi yumuŐatmayı ve hayatın kendi ritmine sayĐı duymayı öğretiyor.

26 Eylül - Hasat Dolunayı

Bu dolunay belirsizlik duygusunun zaman algısını nasıl hızlandırdığını görünür kılar. zm arayışı doğal ritmin

önüne geçmek ister; sanki görünmeyen bir bitiş tarihi varmış gibi adımlar sıklaşır, kararlar aceleyle alınır.

Oysa bu dolunayın bilgeliği, hızlanmakta değil durmakta saklıdır. Hasat, aceleyle toplanmaz; doğru an beklenir. Bu gece, yavaşlamayı bir direnç değil, bir içsel ustalık olarak öğretir. Kendi temposunu seçebilen, neyi gerçekten istediğini ayırt edebilir. Bu Dolunay, kararların hızla değil, iç huzuruyla olgunlaştığında kalıcı olduğunu hatırlatır. Hasat Dolunayı'nda toplanan bitkiler, büyümek için değil, tamamlamak için kullanılır. Bu nedenle etkileri; niyet kapatma, şükran, bırakma ve emeğin karşılığını onurlandırma temalarıyla ilişkilendirilir.

22–23 Eylül 2026 – Sonbahar Ekinoksu (Alban Elfed)

Sonbahar ekinoksu, insanlık tarafından Neolitik Çağ'dan (MÖ ~10.000) bu yana gözlemlenen ve kayda alınan göksel bir olaydır. Güneş'in göksel ekvatoru geçtiği bu an, gün ve gecenin eşitlendiği doğal bir eşiktir.

Alban Elfed antik Britanya ve Kelt geleneğine dayanır. En erken sözlü kökenleri Demir Çağı Britanyası'na (MÖ ~500 – MS 100) uzanır.

Bu gün, tarım toplumlarında hasadın değerlendirilmesi, fazlanın ayrılması ve kışa hazırlanma zamanıdır. Ritüeller, bolluğu kutlamaktan çok dengeyi koruma ve şükran bilinci üzerine kuruludur.

Şükran ve Denge Altarı Ritüeli

Bir altar, kutsal kurallarla inşa edilen bir yapıdan çok, niyetle şekillenen kişisel bir alandır. Küçük bir tahta masa,

bir pencere önü, hatta bir kitaplığın sakın bir rafı bile bu amaca hizmet edebilir. Önemli olan, buranın sana ait, bilinçli olarak ayrılmış bir köşe olmasıdır. Mum yakılabilen, mümkünse doğal ışık alan ve dikkatini dağıtmayacak bir alan seç. Zamanla bu mekânın enerjisinin güçlendiğini göreceksin.

Üzerine seni merkezine çağırın nesnelere koyabilirsin: bir taş, kurumuş bir yaprak, sevdiğin bir sembol, defter ya da bir kâse su. Hedefler ve niyetler defterini burada tutabilirsin. Altar, bir şeye inanmanı değil; durmanı, odaklanmanı ve kendi iç sesinle temas kurmanı hatırlatır. Zamanla, bu alan bir ritüel mekânından çok, içsel farkındalığın sessiz eşğine dönüşür.

Sonbahar ekinoksu, gece ve gündüzün eşit olduğu bir noktadır ve bu nedenle denge temasını güçlü şekilde vurgular. Amaç yıl boyunca elde edilen bereket için şükran göstermek ve kişisel dengeyi fark etmektir. Hedefler/niyetler defterindeki ilerlemeler buna güzel bir örnek oluşturabilir.

Nasıl yapılır:

1. Bir alanı sakinleştirin ve basit bir altar hazırlayın (mum, meyve, yapraklar).
2. Bir adet turuncu veya kahverengi mum yakın (sonbahar renkleri).
3. Sessizce oturun ve yılın “verdiğiniz” ile “aldığınız” yönlerini düşünün.

4. Her bir şükran noktasını defterine yazabilir veya eğer defter tutmadıysan küçük bir kağıda yazıp altlarına koyabilirsin.
5. En fazla 2-3 cümlelik bir şükran tekerlemesi yaratabilir ve tekrar ederek ritüelini güçlendirebilirsin. Beraberinde nefes çalışabilir ve meditasyon yapabilirsin.
6. Yeni yılda yeni niyetlerin gelene kadar altarı bu şekilde koruyabilirsin.

Eylül Ayında Ekilebilecek ve Hasat Edilebilecek Bitkiler

Fesleğen: Dolunayda toplanan fesleğenin, maddi ve manevi bereket çağırma gücünün arttığına inanılır. Hasat Dolunayı ile sembolik bağı çok güçlüdür. Bolluk, bereket, ve yaşam enerjisi getirmesi için niyet edilir.

Kekik: Dolunay kekik için “güçlendirme” zamanıdır. Enerjik koruma ve bedensel dayanıklılık sembolü olarak kullanılır. Cesaret, yaşam gücü, ve sınır koyma niyetlerini destekler.

Buğday / Arpa / Tahıl Başakları: Hasat Dolunayı'nın özü tahıldır. Bu dönemde toplanan başaklar, “emeğin karşılığını alma” sembolü olarak saklanır ya da evde bulundurulur. Bolluk, emek, karşılığını alma ritüellerini destekler.

Aynısefa: Orta Çağ Avrupa'sında “kış öncesi koruyucu çiçek” olarak bilinir. Şifa niyetleri, fiziksel–ruhsal

toparlanma ve karanlık döneme girerken içsel gücü muhafaza etme niyetiyle kullanılır.

Ekim için uygun zaman: Yeni ay - İlk dördün

Hasat için uygun zaman: Çiçekleri dolay zamanı ilkbahar – sonbahar boyunca, çiçek açtıkça toplanır. Kurutulur.

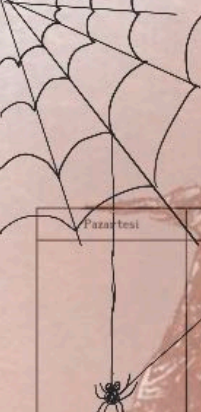
Nergis: Yunan mitolojisinde dönüşüm ve farkındalıkla ilişkilidir. Kış depresyonuna karşı,yeni başlangıçlara hazırlık ve içsel motivasyonu artırmak niyetiyle kullanılır.























Ekim için uygun zaman: Dolunay sonrası

Hasat için uygun zaman: Çiçekleri ilkbahar dolunayında hasat edilir.



EKİM 2026



Pazar tesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
			1  Atkı örme zamanı	2  Bir tarot kartı seç!	3 Kısa bir seyahate çık.	4 Çay ve okuma zamanı... 
5  Zen Budizm - İçe Dönüş Zamanı	6	7	8  Draconids Meteor Yağmuru	9 Tütsü yak ve evin enerjisini temizle	10  Yeni Ay	11 Kediotu Ek 
12 	13 	14  Nefes Çalış	15 	16 sevdiğin insanlarla hafta sonunu planla.	17 	18 Great Horn Festivali
19 Melisa Ek 	20	21	22  Hedefler ve niyetler defterini gözden geçir Orionids Meteor Yağmuru	23	24  Nefes Çalış	25 Doğal taşlarını dolunayda şarj etmek için hazırla 
26 Dolunay 	27 İç güdülerine kulak ver 	28	29 Mistik bir film izle 	30 Ataları için bir mum yak 	31 Cadılar Bayramı 	

Alie'nin Notları

Sis ve Bilgelik Çayı

İçindekiler: Adaçayı, defne yaprağı, karanfil

Faydası: Bağışıklık güçlendirici

Ezoterik anlam: Atalar, bilgelik, eşik zamanı

Not: Samhain öncesi ideal.



Ekim Ayı Boyunca - Samhain'e Hazırlık Dönemi

Ekim ayı boyunca, özellikle ayın sonlarına doğru yaklaşan Samhain festivali ışığında, Kelt Pagan geleneklerinde inanç, alemler arası "örtünün inceldiği" bir dönem olarak kabul edilir. Samhain, 31 Ekim'de başlayıp kışın başlangıcını ve yaşamla ölüm arasındaki sınırın inceldiğini simgeler; bu nedenle atalarla iletişim ve ruhsal dönüşüm temasını taşır.

Bu hazırlık dönemi, yılın bitişine ve içsel gölgelerle yüzleşmeye doğru bir geçişi temsil eder. Keltler için bu zaman, bilinçaltını ve derin bağlantıları onurlandırma ve sezgiyi güçlendirme zamanıdır.

Atkı Örne Ritüeli

Ekim boyunca kendine bir atkı ör. Bu hem seni dinlendirecek hem de besleyecek bir aktivite. Her gün birkaç sıra örerken, niyetini sessizce tekrar edebilirsin veya enerjini tükseltecek bir cümle demetini tekrar edebilirsin. "Atalarımın bilgeliğini ve kendi ışığını

kucaklıyorum.” gibi... Böylece ay boyunca her gün biraz enerji dünyana yatırım yapmış ve dönüştürücü bir etki yaratmış olursun.

Ay tamamlandığında elindeki atkıyı bitirmiş olur hem Samhain enerjisiyle hem de kendi niyetinle harmanlanmış bir sembole dönüştürmüş olursun.

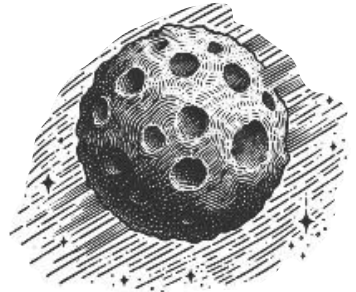
5 Ekim - Zen Budizm

Her yıl 5 Ekim’de anılan Bodhidharma Günü, Çin ve Japon Zen (Chan) Budizmi içinde ilk Zen patriği Bodhidharma’yı hatırlamak için kutlanır. Bodhidharma, milâttan önce 5–6. yüzyıllarda Hindistan’dan Çin’e gelerek Chan/Budist meditasyon öğretilerinin temelini atmış sayılır; “sözlere bağlı kalmaksızın insanın zihnine doğrudan işaret etme” geleneği bu öğretilerle sembolleşir.

Bugün, sessiz farkındalık, öz-farkındalık ve zihnin doğasına derin içe dönüş için güçlü bir dönemeç olarak kabul edilir; meditasyon uygulamaları ve sessiz ibadetler, zihinle doğrudan temas kurmayı teşvik eder. Bodhidharma Günü, yalnızca bir hatırlama değil, bireyin özünde uyum arayışının yeniden canlandırılması için ritüel bir çağrıdır.

Ekim 7, 8, 9 - Draconids Meteor Yağmuru

<https://earthsky.org/astronomy-essentials/everything-you-need-to-know-draconid-meteor-shower/>



10 Ekim - Yeni Ay

Denge ve uyum ihtiyacının güçlü biçimde hissedildiği bir eşik sunar. Bu dönemde, huzuru korumak adına yüzeyde “iyi” görünenle yetinme, daha derin ve dönüştürücü soruları erteleme eğilimi ortaya çıkabilir. Oysa gerçek denge, yalnızca hoş duyguları değil; kırılganlıkları, tereddütleri ve gölgede kalan hisleri de paylaşabilme cesaretinden doğar.

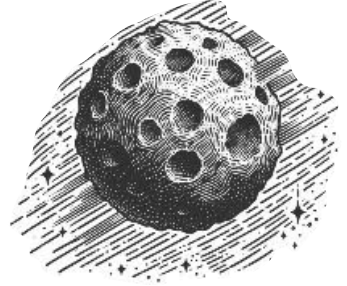
Bu yeni ay, içsel dünyanda olan biteni bastırmak yerine, hem iyi hem zor duygularına alan açmayı hatırlatır. Beklentilere uyum sağlamak uğruna kendinden uzaklaşmaman, olduğun hâliyle var olmaktan korkmaman için sessiz ama güçlü bir davettir. Bu davet, huzurun ancak samimiyetle kurulduğunda kalıcı olabileceğini fısıldar.

18 Ekim - Great Horn Festivali

Antik Roma'dan miras kalmış bu festivalde sembolik kutlamalar, tarihsel olarak doğa toplumlarında hasatın bolluğunu, toprakla uyumu ve göksel döngüleri onurlandıran ritüellerle ilişkilendirilir. Antik toplumlarda, yılın bu zamanında avlanma, yiyecek depolama ve toplumsal dayanışma ritüelleri ile doğanın bereketi ve mevsimsel döngülere saygı gösterilirdi. Bu festivalin adı, bereketi ve doğanın sesiyle uyumu simgeleyen “büyük boynuz” metaforundan gelir; ruhsal olarak bolluk, bereket ve doğanın bağışıklığına şükran ifadesini temsil eder.

Ekim 21, 22, 23 - Orionids Meteor Yağmuru

<https://earthsky.org/clusters-nebulae-galaxies/everything-you-need-to-know-orionid-meteor-shower/>



26 Ekim - Avcı Dolunayı

Adını kadim zamanlarda kışa hazırlanmak için yapılan avlardan alır; bu, doğanın döngüsünde hayatta kalma, kaynakları toplama ve fazlalıkla yüzleşme zamanıdır. Bu dolunayın mistik çağrısı, güvenlik ve istikrar arzusunun artık eski yöntemlerle karşılanamadığını fark etmeye yöneliktir. Değişim, kaçınılmaz bir tehdit değil, yaşamın doğal bir parçası olarak kabul edilmediğinde içsel huzur zorlaşır. Avcı Dolunayı, özsaygının dış dünyada, maddî kazanımlarda ya da sahip olduklarında değil; kişinin kendi varlığını olduğu hâliyle kabullenmesinde kök saldığını hatırlatır. Kendinle kurduğun bu sağlam bağ, dış dünyadaki belirsizlikler arasında seni ayakta tutan gerçek barınak hâline gelir. İçsel kabul derinleştikçe, dış dünyada aranan dinginlik de kendiliğinden görünür olur.

31 Ekim - Samhain

Samhain, günümüzde yaygın olarak Halloween (Cadılar Bayramı) adıyla bilinir; ancak kökeni çok daha eski ve derin bir ritüel geleneğe dayanır. Farklı kültürlerde Shadowfest (Strega geleneğinde), Martinmas ya da İskoç kültüründe Hallowmas gibi adlarla da anılır. Pagan topluluklarının takviminde Samhain, sembolik olarak yeni yılın başlangıcı kabul edilir. Bugün eğlenceli bir ritüel gibi

görünen “şeker mi, şaka mı?” geleneği ise Pagan inançlarında çocukların ataları temsil etmesine dayanır; ev ev dolaşıp yiyecek toplamaları, ziyaret ettikleri haneleri bereket ve koruma niyetiyle kutsamaları anlamını taşır.

Samhain, mevsimsel döngülerin en ürpertici fakat en dürüst kutlamalarından biri olarak görülür. Çünkü bu dönem, kışın gelişimiyle birlikte soğğun, karanlığın ve yiyecek kıtlığının başlayacağını simgeler. Aynı zamanda ölmüşlerin ruhlarının anıldığı, atalarla bağ kurulan kutsal bir eşiktir.

Pagan inancına göre 31 Ekim yeni yıl arifesi, 1 Kasım ise yeni yılın ilk günüdür. Bu gecede, fiziksel dünya ile ruhlar âlemi arasındaki perdenin inceldiğine; hayaletlerin, ruhların ve ataların enerjisinin yaşayanlar dünyasına yaklaştığına inanılır. Samhain, bu nedenle hem bir son hem de yeni bir başlangıç, hem karanlığın hem de dönüşümün kapısıdır.

Aztek ve Mezoamerikan inançlarda bu günler, ölümlerin ruhlarının dünyayı ziyaret ettiğine inanılan zamanlardır. Atalara yiyecek sunulur, evlerde sunaklar kurulur.

Slav halklarında Dziady, ölümlerle temasın mümkün olduğuna inanılan gecelerdir. Bu ritüeller kasım başına denk gelir. Ateşler yakılır, ruhlara yiyecek bırakılır. Zamanlama ve amaç açısından 31 Ekim temasıyla örtüşür.

Ekim Ayında Ekilebilecek Bitkiler

Kediotu (*Valeriana officinalis*): Derin uyku, rüya çalışmaları, sinirsel arınma niyetleriyle kullanılır.

Ekim için uygun zaman: Yeni ay

Hasat için uygun zaman: Kök kısmı son dördün – yeni ay arasında hasat edilir.














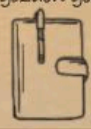








Melisa / Oğulotu (*Melissa officinalis*): Orta Çağ manastır bahçelerinde yetiştirilen bu bitki kalp şifası, huzur, duygusal denge niyetleri ile kullanılır.

Ekim için uygun zaman: Büyüyen ay

Hasat için uygun zaman: Dolunay sonrası – Son Dördün arası. Melisa gibi sinir sistemi ve kalp merkezine etki eden bitkiler için bu faz tercih edilir.



KASIM 2026

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
					 <p>1 Evde enerji temizliği yap.</p>	
 <p>2 Día de los Muertos (Ölümler Günü)</p> <p>Samhain</p>	 <p>3 Ataların için bir mum yak</p> <p>Sessizlik Dönemi</p>		 <p>5 Nefes Çalışı</p>	 <p>6 Tarçın ve sütlü çay keyfi</p> <p>Arkadaşlarıyla bir aktivite yap</p>	 <p>8 Kış Geceleri</p>	
	 <p>10 20 dk Esne!</p>	 <p>11 Martinmas</p> <p>Taurids Meteor Yağmuru</p>		 <p>13 Karşılıksız yardımında bulun.</p>	 <p>14 Oku ve öğren</p>	 <p>15 Nefes Çalışı</p>
 <p>16 Nergis ek</p>				 <p>20 İlham veren bir film izle!</p>	 <p>21 Hedefler defterini gözden geçir</p>	 <p>22 Meditasyon yap</p>
 <p>23 Nefes Çalışı</p>	 <p>24 Dolunay</p>	 <p>25 Ay taşı ritüeli yap</p>		 <p>27 Schlumbergera ek</p>	 <p>28 Kütüphanede rastgele bir kitaba not bırak</p>	 <p>29 20 dk Esne!</p>
 <p>30 Ağacını ziyaret et</p>						

Alie'nin Notları

İçsel Barınak Çayı

İçindekiler: Ihlamur, melisa, tarçın kabuğu

Faydası: Anksiyete azaltıcı, uyku destekleyici

Ezoterik anlam: Korunma ve içe dönüş. Ev, ocak ve sessizlik ayı.



2 - 3 Kasım - Samhain'in Sessiz Dönemi

Tarihsel olarak Kelt (Gaelik) kültürüne aittir ve antik İrlanda, İskoçya ve Man Adası'nda Samhain, yılın bitişi ve yeni yılın başlangıcı olarak kabul edilmiştir. Bu dönem, hasat mevsiminin kapanışı ve kışın resmen başlamasıyla ilişkilendirilir. Tarımsal ve ruhani takvimde bir eşik olarak görülen Samhain'de, doğa sessizliğe çekilirken insanların da içe dönmesi beklenirdi. Kelt inanışına göre bu tarihte fiziksel dünya ile ruhlar âlemi arasındaki perde inceler; ataların ruhları anılır, rehberlik ve bilgelik arayışı öne çıkar. Samhain'in sessiz dönemi, bu nedenle eylemden çok gözlem, konuşmadan çok dinleme zamanıdır. Tarihsel bağlamında bu sessizlik, korkuya değil; kabul, yas ve dönüşüme hizmet eden kutsal bir duraklama olarak görülmüştür.

Sessizlik Dönemi İçin Bir Kurabiye Tarifi

(Samhain – Atalar – Koruma – İçsel Denge)

Bu kurabiye, Samhain'in sessiz günlerinde hazırlanır. Amaç doymak değil; niyetle yoğurmak, hatırlamak ve

onurlandırmaktır. İnsan formu, yaşıyanla geçmiş olan arasındaki bağı simgeler.

Malzemeler ve Anlamları

- **Un**
Toprak elementi — köklenme, atalarla bağ, istikrar
- **Tereyağı**
Koruyucu enerji — şefkat, ev sıcaklığı, sınırlar
- **Bal veya esmer şeker**
Yaşam özü ve ışık — ataların bilgeliği, tatlı hatıralar
- **Yumurta**
Yeniden doğuş — döngüsellik, yaşam gücü
- **Tarçın**
Koruma ve canlılık — soğuk mevsime karşı ruhu ısıtır
- **Zencefil**
Cesaret ve iç ateş — korkuyla yüzleşme
- **Karanfil (toz)**
Eşik bitkisi — ruhsal geçiş, görünmeyenle bağ
- **Bir tutam deniz tuzu**
Arındırma — negatif enerjiyi uzak tutma
- **Vanilya (isteğe bağlı)**
Yumuşatma — sert duyguların dengelenmesi

Hazırlık Ritüeli

Kurabiyeyi yapmaya başlamadan önce mutfağı sessizleştir. Telefonu kapat, mum yak ve malzemeleri önüne sırala. Her birini eline alırken kısa bir niyet fısılda.

“Hatırlıyorum.”

“Onurlandırıyorum.”

“Bırakıyorum.”

Tarif

1. Oda sıcaklığındaki tereyağını bal (veya şeker) ile birlikte yumuşayana kadar karıştır.
2. Yumurtayı eklerken niyetini söyle:
“Geçmişten gelen güç, bugünümle birleşsin.”
3. Unu, baharatları ve tuzu ayrı bir kaptaki karıştır; ardından yavaşça hamura ekle.
4. Hamuru yoğururken sessiz kal; bu aşama söz değil, his ister.
5. Hamuru aç ve insan figürü şeklinde kes.
6. 170°C fırında 10–12 dakika pişir.

Sunum ve Tüketim

Kurabiyeler soğuduktan sonra birini ayır. Bu, atalar için olan paydır. Bir pencere kenarına, balkona ya da toprağa bırakılabilir.

Diğerlerini yerken acele etme. Her lokmada şunu hatırla: Bu kurabiye, beden için değil; hafıza için pişirildi.

Sembolik Anlam

İnsan şeklindeki bu kurabiye, Samhain'in sessiz döneminde şunu hatırlatır:

Biz yalnız değiliz.

Biz, geçmişin devamıyız ve atalarımızın genlerini taşıyoruz.

Sessizlikte yoğrulan her niyet, kış boyunca ruhu besler.

Kasım 4 - 5 ve 11 - 12 - Taurids Meteor

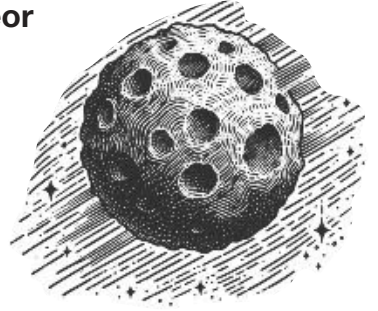
Yağmuru

<https://starwalk.space/en/news/southern-and-northern-aurid-meteor-showers>

Kasım 17, 18 - Leonids Meteor

Yağmuru

<https://earthsky.org/astronomy-essentials/everything-you-need-to-know-leonid-meteor-shower/>



7 - 8 Kasım - Kış Geceleri

Tarihsel olarak İskandinav–Norse (Kuzey German) pagan kültürüne ait bir dönemsel kutlamadır. Antik İskandinav takviminde kışın başlangıcını işaret eden bu geceler, tarımsal yılın kapanışı ve karanlık mevsimin resmen kabulü anlamına gelirdi. Kış Geceleri, özellikle atalar, ev ruhları (disir ve alfar) ve koruyucu dişil güçlerle ilişkilendirilmiştir.

Bu günlerde evlerin bereketi, hayvanların sağlığı ve yaklaşan kışın güvenle atlatılması için adaklar sunulurdu. Mistik açıdan bu dönem, görünmeyen varlıklarla bağın güçlendiği, kader ipliklerinin sessizce yeniden örüldüğü bir eşik zamanıdır. Samhain'in içe dönük sessizliğini takip eden bu geceler, korkudan ziyade kabul ve hazırlık öğretir: Doğanın geri çekilişiyle uyumlanmak, karanlığı düşman değil öğretmen olarak karşılamak. Bu nedenle Kış Geceleri, Kuzey pagan geleneğinde kışa adım atarken yapılan en derin ve en sakin ruhani duraklardan biri olarak kabul edilir.

9 Kasım - Yeni Ay

Akrep burcundaki Yeni Ay, duyguların yüzeyde kalmasına izin vermeyen, insanı kendi iç karanlığına ve gizli katmanlarına doğru çağıran güçlü bir eşiktir. Bu dönemde, anlamdan yoksun, sığ bağlar ruhu beslemez; çünkü arınma, ancak derinlikten geçerek mümkün olur. Yeni Ay, duygusal alışverişlerde samimiyet ve cesaret talep eder; kolay olmayan konuşmaları, kaçınılan yüzleşmeleri ve içsel dönüşümü zorunlu kılar. Değişim, bu süreçte bir tehdit değil, ruhsal temizlik için kaçınılmaz bir araç hâline gelir.

Akrep Yeni Ayı, duyguların en dip noktasına inmeyi göze alanlara, gerçek yakınlığın ve içsel saflığın kapısını aralar.

Arınma ve Dönüşüm Ritüeli

(Ölüm – Yeniden Doğuş – Gölgeyle Yüzleşme)

Bu ritüel, Ay karanlıktayken; gecenin sessizliğinde, mümkünse yalnızken uygulanır. Akrep Yeni Ayı, eski benliğin çözülmesine ve ruhun yeniden şekillenmesine izin verilen nadir zamanlardan biridir.

Ritüelden önce, bulunduğun alanı sadeleştir. Fazlalıkları kaldır; çünkü Akrep, yükü değil özü çalışır. Siyah ya da koyu kırmızı bir bez üzerine bir mum yerleştir. Yanına bir kâse su koy; su, duyguların ve bilinçaltının aynasıdır. Bir parça obsidyen, oniks ya da koyu renkli bir taş varsa, onu da ekle.

Mumu yakmadan önce gözlerini kapat ve 9 kez derin nefes al. Nefes verirken, bastırılmış duyguların, korkuların ve söyleyemediklerinin bedenden ayrıldığını hayal et.

Mumu yak ve şu sözleri fısılda:

*“Karanlık beni korkutmuyor.
Çünkü dönüşüm orada başlar.
Gömülü olan açığa çıksın,
Sahte olan çözülsün,
Gerçek olan kalsın.”*

Ardından, seni içten içe kemiren bir duyguyu ya da artık hizmet etmeyen bir bağı düşün. Bu düşünceyi su dolu kâseye bakarak zihninde netleştir. Gözlerin suyun yüzeyindeyken, o duygunun çözülerek suya karıştığını imgele.

Ritüelin bu anı, Akrep'in özüdür: kaçmadan bakmak.

Son olarak, taşları iki elinin arasına al ve kalbine yaklaştır. İçinden ya da yüksek sesle niyetini söyle:

*“Değişime direnmiyorum.
Derinliğimi kabul ediyorum.
Arınarak yenileniyorum.”*

Mum kendi kendine sönene kadar yanında kalabilir ya da güvenli bir şekilde söndürülebilir. Ritüelden sonra suyu toprağa ya da akan bir suya dökmek, bırakma eylemini tamamlar.

Bu Yeni Ay'da yapılan her niyet, hızlı değil; köklü çalışır. Akrep'in öğretisi sabırlıdır ama kalıcıdır.

11 Kasım - Martinmas

Her ne kadar günümüzde Hristiyan takviminde Aziz Martin günü olarak bilinse de, kökeni Hristiyanlık öncesi Germen ve Kuzey Avrupa pagan geleneklerine uzanan bir eşik zamanıdır. Pagan bağlamda Martinmas, tarımsal yılın kesin kapanışını, kışın resmen kabul edilmesini ve “son hasat” döngüsünü simgeler.

Bu dönemde hayvanların kesimi tamamlanır, yiyecekler paylaşılır ve topluluk içinde bereketin adil dağılımı kutsal bir sorumluluk olarak görülürdü. Ateşler yakılır, evler ve ahırlar korunma niyetiyle tütsülenirdi; çünkü karanlık mevsim yalnızca soğuk değil, ruhsal sınavları da beraberinde getirirdi. Pagan anlayışta Martinmas, Samhain sonrası başlayan ie dönüşün daha dünyevi bir aşamasını temsil eder: bolluğun muhasebesi yapılır, fazlalıklar bırakılır ve kış boyunca sürdürülecek dayanıklılık

niyetleri belirlenirdi. Bu nedenle Martinmas, kutlamadan çok denge, paylaşım ve hazırlık zamanı olarak görülmüş; doğayla yapılan sessiz bir anlaşma niteliği taşımıştır.

Bu gecede yapılan ritüeller gösteriştten uzak, gündelik ama derin anlamlar taşıyan eylemlerden oluşur. Ev içinde ya da ateş başında, ekmek, tahıl, su ve tuz gibi temel yaşam unsurları bir araya getirilir; bunlar bolluğun simgesi olduğu kadar, kış boyunca korunmanın da teminatıdır.

Ekmek ikiye bölünür: biri yaşayanlar için, diğeri atalar ve ev ruhları için ayrılır; çünkü pagan anlayışta bereket yalnızca elde tutularak değil, paylaşılarak güvence altına alınır. Tuzlu suyla evin eşliğine ya da pencere önüne damla bırakmak, kışın sertliğine karşı sessiz bir korunma işaretidir. Bu ritüelin özü, niyetten çok eylemedir.

24 Kasım - Kunduz Süper Dolunayı

Doğanın kışa hazırlanırken gösterdiği bilinçli çalışkanlığı ve stratejik zekâyı simgeler. Kunduzun baraj inşa eden sabrı gibi, bu dolunay da bizi hayatımızda kalıcı olanla geçici olanı ayırt etmeye çağırır.

Ay'ın İkizler'deki konumu ise iç dünyamızda bir hareketlenme yaratır: düşünceler hızlanır, kelimeler daha kolay dökülür, duygular paylaşılmak ister. Bu günlerde güvenlik, sessizlikte değil; hislerini adlandırabilmekte ve onları başkalarıyla dürüstçe paylaşabilmekte saklıdır. Zihin serinkanlı kalabilir, fakat kalbin fazla mesafeli olması bağları zayıflatabilir; bu nedenle Kunduz Dolunayı, akıl ile duygu arasında bir köprü kurmayı öğretir. Konuşmak, anlatmak, yazmak ve dinlemek; tıpkı kunduzun kış için hazırlık yapması gibi, ruhu yaklaşan içe dönüş mevsimine hazırlar.

Bu dolunay, değişimlerin ve bilinçli seçimlerin bir arada var olabileceğini hatırlatır: düşünce net, kalp açık olduğunda gerçek uyum kendiliğinden doğar.

Kasım Ayında Ekilebilecek Bitkiler

Nergis: Kışa geçiş zamanlarında umut, diriliş ve içsel ışık sembolü olarak görülmüştür. Nergis, aynı zamanda geçmişten kopmadan yenilenmeyi temsil eder.

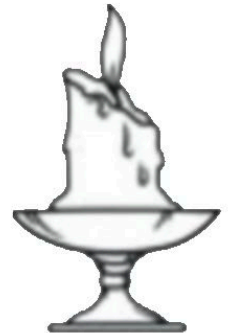
Ekim için uygun zaman: Yeni Ay ile İlk Dördün arasındır

Hasat için uygun zaman: Azalan Ay'da yapılan hasat, nergisin "bırakma ve bekleme" doğasına uygundur.


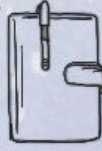









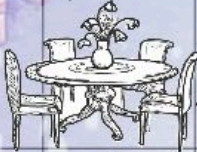










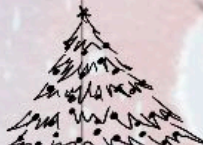
Yılbaşı Kaktüsü (Schlumbergera): Sadakat, dayanıklılık ve duygusal bağlılık sembolüdür. Kış ortasında açması, sevginin ve yaşam gücünün en karanlık zamanlarda bile varlığını sürdürdüğünü hatırlatır.

Ekim için uygun zaman: Çoğunlukla çelikleterek çoğaltılır. Azalan ay döneminde çeliklelenmelidir.

Hasat için uygun zaman: Çiçekleri dolunayda hasat edilir.



ARALIK 2026

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
	1	2	3 Oku ve öğren 	4  Geçmiş yılın hedeflerini gözden geçir.	5 20 dk Esne! 	6 Oku ve dinlen... 
7	8  Yeni bir ajanda almak vakti!	9 Yeni Ay 	10 İş güdülerine odaklan 	11  Nefes çalış	12 12.12  Geminids Meteor Yağmuru	13  Offline ol!
14	15	16  Las Posadas	17	18 Sevdiklerin için bir sofra hazırla. 	19  Saturnalia Ursids Meteor Yağmuru	20
21  Kış Gündönümü	22	23 Minik kekler pişir, içlerine dilekler yaz ve hediye et. 	24 Dolunay 	25  Bir tarot kartı seç!	26  Kafa dinleme günü!	27  Nefes çalış
28 20 dk Esne! 	29 	30 Yeni yıl öncesinde evini tütsüle ve havalandır. 	31 МѹѢѢѢ ѸѢѢѢ! 			

Alie'nin Notları:

Işığı Çağıran Yule İeeği

İçindekiler: Portakal kabuğu, tarçın, karanfil, elma

Faydası: Bağışıklık ve moral desteği

Ezoterik anlam: Güneşin dönüşü, umut.
Yule ve dolunay geceleri için.



Aralık 9 - Yeni Ay

Yay burcunun ateşli ve ufuk aııcı doğasıyla, insanın güven duygusunu somut koşullarda değil, anlam arayışında bulduğu bir eşiği temsil eder. Bu yeniayda en güçlü ihtiyaç, durmak değil; yn tayin etmektir. Bir hedef, bir yol, bir felsefe...

Kişi yi ayakta tutan şeyin sahip oldukları değil, yola çıkma amacı olduğu hatırlanır. Yay Ayı, zorluklar karşısında dahi iyimserliği elden bırakmayan bir bakış açısı sunar; sorunlar geçici, öğrenilenler kalıcıdır. Bu gökyüzü altında atılan niyetler, küçük ama dürüst adımlarla büyür; çünkü Yay burcunun öğretisi, güvenliğin durağanlıkta değil, hareketin kendisinde saklı olduğunu fısıldar.

Bu yeniay, insanı korkularından çok inançlarına yaslanmaya davet eder ve “yol açık” diyerek ilerlemeyi kutsar.

Aralık 12 - Enerjisine Odaklan

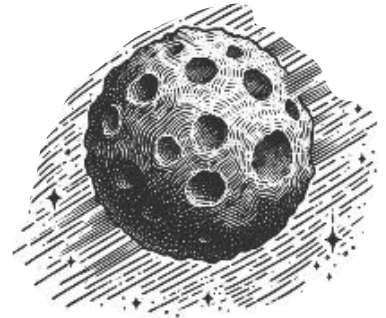
12.12 tarihi, numerolojide iki kez tekrarlanan 12 sayısı üzerinden çalışır. On iki; kadim geleneklerde tamamlanmış bir döngüyü simgeler: on iki ay, on iki burç, on iki gece, on iki ilksel düzen. Bu sayı tekrarlandığında, dış dünyadaki düzen ile iç dünyadaki düzenin hizalanması çağrısı güçlenir. Bireyi “kendini başkaları üzerinden tanımlama” tuzagından çıkmaya davet eder. Astrolojik olarak bu gün, kişinin topluma faydalı olma isteğinin yükseldiği; ancak kendi iç değerlerini küçümseme, onay arayışı ve görünmez kalma hissiyle sınındığı bir eşiği işaret eder. Bu nedenle 12.12, dış dünyanın takdirinden çok iç pusulanın yeniden kalibre edildiği bir kapıdır.

Kimseye söylemeden küçük bir iyilik yapabilirsin: Bitkilerle ilgilenebilir, sulayabilir, bir hayvana mama bırakabilir, veya bir alanı temizleyebilirsin. Ego dışı hizmet karmanı dönüştürür.

Bir aynanın karşısında gözlerine bakarak şu cümleyi üç kez söyle: “Kendime verdiğim değer, başkalarının farkındalığından bağımsızdır.” Bu çalışma, 2 sayısının gölge yönü olan onay ihtiyacını dönüştürür.

Aralık 13, 14 - Geminids Meteor Yağmuru

<https://earthsky.org/astronomy-essentials/everything-you-need-to-know-geminid-meteor-shower/>



Aralık 21, 22 - Ursids Meteor Yağmuru

https://in-the-sky.org/news.php?id=20261222_10_100

Aralık 16 - Las Posadas

Her yıl 16–24 Aralık tarihleri arasında Meksika ve Orta Amerika’da kutlanan; özünde insanın karanlık mevsimde barınak, kabul ve içsel sığınak arayışını temsil eden kadim bir geçiş ritüelidir. Bu dokuz günlük döngü, dış dünyada kapıların kapanmasını ve iç dünyada yeni bir alanın açılmasını simgeler. Gece yapılan yürüyüşler, ışık taşıyan çocuklar, kapı kapı dolaşma ve her defasında reddedilme motifi; ruhun, doğum öncesi karanlıkta kendine yer aramasının arketipsel bir anlatımıdır. Kapıların kapanması bir cezalandırma değil, hazır olmayan alanların elenmesidir; sonunda açılan kapı ise içsel olarak olgunlaşmış mekânı temsil eder. Mumlar ve şarkılar, ışığın henüz doğmamış ama çağrılmakta olan hâlidir. Las Posadas bu yönüyle, Yule öncesi karanlık günlerde insanın kendine şu soruyu sormasını ister: *“Ben, içimde doğacak olana gerçekten yer açtım mı?”* Dokuz gecelik tekrar, sık görülen bir arınma ve hazırlık sürecidir; her gece bir eşiğin aşılması, bilincin keskinleştirmesi amaçlanır. Las Posadas böylece bir inanç anlatısından çok, kışın rahminde gerçekleşen sessiz bir doğuma hazırlık olarak okunur.

9 Gece Niyeti

Malzemeler:

- 9 boncuk obje / taş / düğüm ipi
- İnce bir ip veya kurdele

Her gece yalnızca bir boncuk / taş / düğüm eklenir. Eklerken o gecenin temasına uygun niyetimizi de tekrar ederiz.

Örneğin:

1. *Arayış*
2. *Bekleyiş*
3. *Sabır*
4. *Hafiflik*
5. *Hatırlayış*
6. *Söz*
7. *Eşik*
8. *Kabul*
9. *Barınak*

Bu ritüelde amaç bırakmak değil, **adım adım içimizde uzanan bir yol örmektir**. Dokuzuncu gece ip bileğe bağlanır ya da bir kapı süsüne dönüştürülür.

Aralık 17 - 23 - Saturnalia

Antik Roma'da her yıl kutlanan, zamanın ve düzenin bilinçli olarak tersine çevrildiği en önemli bayramlardan biridir. Tarım tanrısı Saturnus'a adanan bu dönem, toprağın dinlenmeye çekildiği, ekim ve üretimin durduğu kış eşiğini simgelerken; sosyal hiyerarşilerin askıya

alındığı, kölelerin efendilerle aynı sofraya oturduğu, maskelerin takıldığı ve rollerin değiştiği ritüel bir kaos alanı yaratır. Bu geçici düzensizlik, ezoterik anlamda evrenin doğum öncesi haline, yani yeniden yaratım potansiyeline dönüşünü temsil eder. Hediyeler, mumlar ve şenlik ateşleri yalnızca neşenin değil, karanlık günlerin içinde ışığın sürekliliğinin sembolüdür.

Saturnalia'nın öğretisi açıktır: Düzen, ancak çözüldüğünde yenilenebilir. Bu nedenle Saturnalia, yalnızca bir eğlence değil; eski kimliklerin gevşetildiği, toplumsal ve bireysel sınırların esnetildiği, Yule ve Güneş'in yeniden doğuşuna ruhsal bir hazırlık olarak kabul edilir.

Saturnalia'dan Yule'a Üç Günlük Geçiş Ritüeli

1. Gün – Çözülme (Saturnalia)

Akşam saatlerinde evde küçük bir alanın düzenini bilerek boz. Bir kırmızı ya da altın mum yak; önüne ekmek, tahıl ya da tuz koy. Sessizce *“Artık bana hizmet etmeyen düzenleri bırakıyorum”* niyetini tut. Bu gece düzen geri kurulmaz; kaos bilinçli olarak kabul edilir.

2. Gün – Sessizlik (Karanlığın Kabülü)

Bu gün, eylemsizliğin günüdür. Mum yakılmaz, niyet yazılmaz. Akşam bir kase suya tuz ekle, ellerini suya batır ve *“Karanlık bana neyi sakladığını gösteriyor”* cümlesiyle bekle. Hiçbir şey istemeden, yalnızca dinle.

3. Gün – Doğuş (Yule'a Geçiş)

Şafak öncesi ya da alacakaranlıkta, önce bozulan alanı temizleyip yeniden düzenle. Beyaz ya da açık yeşil bir mum yak; yanına çam dalı, tarçın, defne yaprağı ya da portakal kabuğu koy. Fısıltıyla *“Işık geri dönüyor; ben de*

onunla yenileniyorum” de. Yeni bir hedef değil, yalnızca bir yön seç.

Aralık 21 - Kış Gündönümü / Yule

Yule, M.Ö. 3000 yılına dayanan Kuzey Avrupa'nın pagan geleneklerinde Kış Gündönümü ile birlikte anılan, yılın en uzun gecesinin ardından ışığın yeniden doğuşunu kutsayan en eski mevsimsel eşiklerden biridir. Bu gece, Güneş'in fiziksel olarak zayıf ama ruhsal olarak en güçlü hâline işaret eder; karanlık doruğa ulaşmış, dönüş artık kaçınılmaz olmuştur. Yule ateşleri, yeşil dallar, kütükler ve mumlar yalnızca ısınmak için değil, yaşamın sönmediğini hatırlatmak için yakılır. Yule, bitişten çok gizli bir başlangıçtır: tohum hâlâ toprağın altındadır, fakat yön değişmiştir. Bu nedenle Yule ritüelleri dilekten ziyade niyetle yapılır; acele edilmez, çağrılmaz, yalnızca alan açılır. Yule'in öğretisi, ışığın zorla getirilmediği; karanlığın onurlandırıldığında kendiliğinden geri döndüğüdür. Bu gece, yıl çarkında umudun yeniden filizlendiği sessiz ama köklü bir dönüm noktasıdır.

Yılın en uzun gecesinde, güneş dünyadan çekildiğinde, orman sessizliğe gömülür; dallar ve toprak yavaş yavaş karla kaplanır. Soğuk rüzgâr evlerin pencerelerini, mumların alevini yoklar; henüz ninniler bitmişken, herkes derin uykudayken, sokakları ve şehirleri dolaşır.

İşte bu sırada ormanın kalbinde, hâlâ şarkılarda ve satırların arasında yaşayan efsane krallara ait ayak sesleri duyulur. Kış gündönümünde, en uzun gece yalnızca karanlığı değil, tahtın devrini de taşır.

Zaman, bu anda nefesini tutar. Çobanpüskülü Kralı, dikenli yapraklardan örülmüş tacını çıkarır ve onu sessizce toprağa bırakır. Onun hükmü karanlığı korumak içindir; dinlenmek, saklamak, yavaşlatmak ve içe döndürmek için.

Görevini tamamlanmıştır. Karşısında Cevizkral durur. Sirtında sert kabuğu, adımları ağır, bekleyişi derindir. Acele etmez. Çünkü ceviz, olgunluğunu sessizlikte taşır. Bu gece taht el değiştirmez; zaman yön değiştirir.

Cevizkral tacı yerden almaz. Taç, dalların sabrından ve henüz uyanmamış tomurcukların vaadinden örülerek, kendiliğinden onun başında şekillenir. Ve derler ki, kış gündönümünde Cevizkral tahta çıktığında gece hâlâ uzundur; ama artık gücünü kaybetmiştir. Işık, geri döneceğini hatırlamıştır.

Yule Kapı Süsü – Eşiği Korumak ve Işığa Alan Açmak

Yule kapı süsü, bir dekor değil; **eşik ritüelidir**. Amaç evi süslemekten çok, yılın karanlık yarısından aydınlığa geçişi bilinçle karşılamaktır.

ÖKSE OTU (MISTLETOE)

Ökse otu, ağaçların yapraklarını döktüğü kış aylarında sıkça ve bolca yetişir. Bu bitkinin beyaz meyvelerinin doğurganlığın sembolü olduğuna inanılır. Günümüzde ökse otunun altında öpüşme geleneğinin nedenlerinden biri de bu olabilir. Ayrıca ökse otu koruyucu bir bitki olarak görülür; bu nedenle kapınızdaki çelenge eklemek ya da evinizdeki girişlerin üzerine asmak isteyebilirsiniz.

Bu büyölü bitki yalnızca Yule'a özgülü değildir; Yeni Yıl kutlamalarının da önemli bir parçası kabul edilir. Düzensiz ve öngörülemez büyüme biçimi nedeniyle bazıları onu özgürlüğün ve "geleneksel" kabul edilen davranışlardan uzaklaşmanın sembolü olarak görür. Yeni yılı kutsamak için onu evinize davet edin.

ÇOBANPÜSKÜLÜ (HOLLY)

Çobanpüskülü, bayram döneminde en kolay erişilebilecek bitkilerden biridir. Geleneksel büyük köknar ya da çam ağaçları evlere girmeden önce, çobanpüskülü dalları veya çalıları Noel ağacı olarak kabul edilirdi. Çobanpüskülü güçlü bir yaşam sembolizmi taşır. Kışın en karanlık ve en soğuk ayları boyunca yeşil kalan yaprakları ve kırmızı meyveleri, onun sonsuz yaşamın sembolü olduğuna dair inancı beslemiştir.

Çobanpüskülünün sembolizmini, en meşhur tasviri olan **Çobanpüskülü Kralı (Holly King)**'nden bahsetmeden ele alamayız. Holly King, çobanpüskülü yaprakları ve dallarından oluşan büyük bir yüz ya da figür olarak tasvir edilir. Yaz gündönümünden kış gündönümüne (Yule'un ilk günü) kadar hüküm sürer ve bazılarına göre Noel Baba'nın atasıdır.

KARANFİL (CLOVE)

Bu hoş kokulu baharat; sıcak şarap ve ısıtan güveçler gibi pek çok Yule tarifinde yer alır.

Karanfilin, tütsü olarak ya da bir kazanda yakıldığında olumsuz enerjileri uzaklaştırdığına inanılır. Zihni

arındırmaya ve odaklanmayı artırmaya yardımcı olur; özellikle bayram döneminde yapılacak çok şey varken son derece uygundur. Arınma ritüellerinin bir parçası olarak, gül, deniz tuzu ve portakal ile birlikte arındırıcı banyolara eklenebilir.

TARÇIN (CINNAMON)

Tarçın; bolluk, bereket, sevgi ve tutkuyla ilişkilendirilir. Ayrıca ayın ilk günü tarçını ön kapıdan içeri üfleme yaygın bir uygulamadır. Bu ritüelin zenginlik ve refah getirdiğine inanılır. Tüm yıl için bu niyeti desteklemek adına 1 Ocak'ta yapmayı unutmayın.

KAKULE (CARDAMON)

Kakulenin uzun ve köklü bir spiritüel geçmişi vardır; sevgi, zenginlik, berraklık ve pozitiflikle ilişkilendirilir. Bazı İskandinav kültürlerinde kakule, konforun ve ailenin sembolü kabul edilir. Kakuleyi bir şişe ya da kese içine doldurup evinizin merkezinde bulundurmak, herkese huzur getirdiğine inanılan bir uygulamadır.

Kakule, Merkür gezegeniyle ilişkilendirilmesi nedeniyle etki ve ikna gücüyle de bilinir. Bu nedenle iletişim becerilerini, entelektüel kapasiteyi ve karar verme yetisini güçlendirmeye yönelik niyetleri destekler. Yeni yıl hedeflerinizi belirlerken de kakuleyi yakınınızda bulundurun.

GÜNLÜK (FRANKINCENSE)

Günlük, yüzyıllardır dini törenlerde kullanılması nedeniyle yılın bu dönemiyle en güçlü şekilde ilişkilendirilen kokulardan biridir. Saflıkla olan güçlü bağı, onu mükemmel bir arındırma kokusu yapar. Her türlü aracı bu tütsünün dumanından geçirerek temizleyebilirsiniz.

ANASON (ANISE)

Anason, tarih boyunca koruma, berraklık ve sezgisel farkındalık ile ilişkilendirilmiştir. Antik Mısır ve Yunan kaynaklarında anasonun, zihni sakinleştirdiği ve ruhsal görüşü açtığına inanılır. Bu nedenle özellikle rüyalar, bilinçaltı çalışmaları ve kehanet pratiklerinde kullanılmıştır.

Tohum hâlinde küçük keseler içinde taşınması, kişisel koruma sağladığına inanılan uygulamalardandır. Tütsü olarak yakıldığında, özellikle ardıç ve günlükle birlikte kullanıldığında, spiritüel alanı temizler ve ritüel çalışmalarında odaklanmayı artırır.

Anason aynı zamanda hava elementi ve Merkür enerjisi ile ilişkilendirilir. Bu yönüyle; iletişim, içsel netlik, karar verme ve niyetlerin doğru şekilde formüle edilmesi temalarını destekler. Yule döneminde, eski yılı zihinsel olarak kapatmak ve yeni döngüye berrak bir niyetle girmek için oldukça uygundur.

KURUTULMUŞ PORTAKAL (DRIED ORANGE)

Portakal, spiritüel geleneklerde güneŐi, yaşam enerjisini ve neŐeyi temsil eder. Kurutulmuş hâli ise bu enerjinin yoĐunlaŐtırılmıŐ ve korunmuŐ formu olarak görüldür. Yule döneminde, güneşin karanlıktan geri dönüşünü simgelediği için özellikle değerlidir.

Mekânı canlandırmak ve ağır enerjiyi dağıtmak amacıyla kullanılır.

Tütsü karışımlarına, Yule çelenklerine veya niyet masalarına eklendiğinde sıcaklık ve canlılık getirir. Tarçın, karanfil ve kakule ile birlikte kullanımı, kış ritüellerinde klasik ve güçlü bir kombinasyon oluşturur.

KURUTULMUŞ LİMON (DRIED LEMON)

Limon, spiritüel pratiklerde arınma, netlik ve sınır koyma ile ilişkilendirilir. Kurutulmuş limon, bu arındırıcı enerjiyi daha istikrarlı ve kalıcı bir hâle taşır. Özellikle eski yılın yüklerini bırakmak ve yeni döngüye temiz bir zihinle girmek için idealdir.

Günlük, ardıç ve anason ile birlikte kullanıldığında güçlü bir arındırma ve koruma hattı oluşturur. Yule'da, yılın en karanlık gecesinden sonra gelen berraklığı sembolize eder.

Kurutulmuş limon ve portakal, Yule anlatısına ışık–temizlik–yenilenme ekseninde çok güçlü bir derinlik katar.

LAVANTA (LAVENDER)

Lavanta, spiritüel geleneklerde huzur, korunma ve ruhsal denge ile ilişkilendirilir. Sakinleştirici enerjisi sayesinde hem mekânı hem de zihni arındırdığına inanılır. Yule döneminde lavanta, yılın en uzun gecesinde içsel sessizliği çağırır; korkuları yumuşatır ve kalbi yeni döngüye hazırlar. Kapı süslerine, keseler içine ya da tütsü karışımlarına eklendiğinde, eve dinginlik, güven ve şefkatli bir koruma alanı getirdiği düşünülür.

Dallar bir çember hâlinde bağlanırken şu niyet içten tutulur:

“Bu kapıdan yalnızca beni ileri taşıyacak olan geçsin.”

Süs hazırlanırken acele edilmez; her parça bilinçle eklenir. Kapiya asılırken kapı üç kez hafifçe tıklatılır. Bu, Las Posadas'tan Yule'a uzanan **kapı-eşik öğretisinin** kapanışıdır. Süs, Yule gecesi asılır ve en azından yılın ilk ışıkları belirene kadar yerinde kalır.

Bu bitkilerin hepsini veya bir kısmını kapı çelengine ekleyebilir. Bunun dışında aşağıdaki uygulamaları deneyerek güzel enerjileri evine çekmek için niyet edebilirsiniz!



21 Aralık gecesi, kış gündönümünde saat 00.00'ı gösterdiğinde camları ve pencereleri kısa bir süre açık bırakıp eski yılı dışarı bırakıp yeni yılı davet edebilirsiniz.

Yılın en karanlık gecesinde kuru portakal ve limonlardan bir çay yap. İçerisine de güneşin rengine sahip bal koy ki kabine ışığı davet edesin.



Renkli ve geleceğe dair rüyalar görmek için bir kesenin içine ökse otu koy ve bu gece yastığının altına koyup uyu.

Evinde tarçınlı ve portakallı bir kek pişir. Ardından bunu komşularına da ikram et. Çünkü bugünün en önemli özelliklerinden biri zorlu kışı ve karanlığı birlikte atlattıktan, bereketi birlikte karşılamaktan geçer.

Aralık 24 - Soğuk Dolunay

Yılın en içe dönük dolunaylarından biridir; adını Kuzey Yarımküre'de toprağın sertleştiği, evlerin merkez hâline geldiği ve yaşamın korunaklı alanlara çekildiği zamandan alır.

Bu dolunayda güven duygusu dış dünyada değil, ev, aile ve gündelik bakım ritüellerinde kök salar: yemek pişirmek, bir bitkiyle ilgilenmek, aynı mekânda sessizce bulunmak ruhu dengeler. Soğuk Dolunay, duygusal dalgalanmaları görünür kılar; geçmiş kırgınlıklar kolayca su yüzüne çıkabilir ve zihnin tekrar tekrar aynı düşüncelere

dönmesine neden olabilir. Bu nedenle bu gökyüzü, affetmenin ve bırakmanın bir zayıflık değil, duygusal sağlık için önemli olduğunu hatırlatır.

Algı bu günlerde son derece öznel olabilir; her şeyi kişisel almamak, duygularla sağlıklı bir mesafe kurmak önemlidir. Ancak bu mesafe, soğukluk değil berraklık içindir. Çünkü Soğuk Dolunay'ın asıl armağanı, yoğun duygulanımın içinden geçerek gerçek bir aidiyet hissi yaratabilme kapasitesidir. İnsanın dünyada bir yeri olduğunu, korunabileceğini ve kök salabileceğini hatırlamasıdır.



Masallar
ve Tarifler



Alie'nin Mistik Mum Tarifi

Alie ritüellerden hoşlanan bir kadındı. Çözemediği pek çok konu için özellikle bitkisel ve şifalandırıcı karışımlar yapmaktan hoşlanırdı. Sayesinde ben de çoğu kez onun bu sihirli karışımlarından yararlanma fırsatı buluyordum.

Sadece kendi tariflerini de yapmazdı, dünyanın pek çok yerini görmüş bir kadın olarak kafasında yüzlerce masal ve reçete taşıyordu. Çoğunlukla kişisel bakım, yemek ve içmek için karışımlar yapsa da Alie aynı zamanda eğlenceli fikirleri de olan bir kadındı. Bitkilerin ve niyetin gücünü hiçbir zaman azımsama derdi.

Bir akşam yine onu ziyarete gittiğimde, arka kapıdan gizlice cama yaklaşıp mutfakta neler yapıyor diye baktım. Tezgahının başına geçmiş kendi kendine mırıldanarak ve kıkırdayarak bir şeylerle uğraşıyordu. Beni fark edince gülümsedi ve keyiflenerek kapıya geldi.

Evi aromatik, biraz çiçeksi ve biraz da baharatlı kokular sarmış, şöminesinin ateşinde bir küçük kazan ve içinde bir de kavanoz kaynıyordu. Hemen merakla tezgahdaki küçük koyu renkli şişelere ve yığınla kurumuş bitkiye baktım. Gel, gel çok keyifli bir karışım hazırlıyorum diye beni şöminenin önündeki koltuğuna davet etti.

Önce bize güzel bir bitki çayı demledi sonra yanıma gelip oturdu ve küçük bir mum yaktı. Bir süre sonra mumun kokusu odaya yayılmaya başlamıştı. “Koku güzel değil mi?” Hayranlık dolu ifademi görünce de devam etti. “Bu benim geçen yıl bir arkadaşım için hazırladığım **“10 Damlanın Sırrı”** isimli mum.

Sadece yanmasının dışında farklı kerametleri de var tabii...”
Bana cilveli bakışlar atarken göz kırptı. “Bir arkadaşım uzunca bir zamandır yalnızdı. Eşinden ayrıldıktan sonra bir daha gönül işlerine bulaşmam, benden geçti diyordu. Ben de eşimi kaybettim, insanın kalbinin kırılması ne demek biliyorum. Bu nedenle onu anlıyordum fakat insana mutluluk veren de kalbini hızlandıran da aslında salt heyecanlardır. Bana bu heyecanı hatırlamadığını söyleyince üzülerək onun için biraz motivasyon ve biraz da umut yaratmaya karar verdim.”

Çaylarımızı klasik kabartma çiçekli cam bardaklarında servis ederek şöminenin üzerinde fokurdayan küçük kazanın yanına gitti. Her şeyin yolunda olduğunu görünce gülümseyerek yanıma geri geldi.

“Bazen yeni insanlarla tanışmak ve kalbine yeni duyguları davet etmek görüldüğü kadar kolay olmayabilir. Özellikle gençken bu çok daha kolayken biraz daha yaş aldıkça insan kendi içine fazla kapanıyor. İç güdülerini, sezgilerini ve heyecanını yeniden canlandırmaya ihtiyaç duyabiliyor.

Aslında sevgililer günü bana hiçbir şey ifade etmez ve onu kutlayanlardan değilim ancak göz ardı edemeyeceğim önemli bir konu var. O da dünyada pek çok insan tarafından bugün hevesle bekleniyor, hayaller kuruluyor ve tüm olumlu duygular bu süre zarfında yükseliyor. Bu rüzgardanyararlanmak gerekir değil mi?”

Ne demek istediğini anlamaya çalışıyordum. Yüzünde muzip bir gülümsemeyle bana hazırladığı karışımından bahsetmeden önce kısa bir masal anlatacağını söyledi.

Bu masalın adı “10 Damlanın Sırrı”. Masalı bana anneannem anlatmıştı. Bir zamanlar yalnız ve gezgin bir kadındım, bir ilişki

isteyip istemediğime, aşık olmak istediğime emin olamıyordum. Bu duygudan korkmamayı öğrenmek zaman aldı. Aynı Serona gibi...

Serona, Kral Süleyman'ın hüküm sürdüğü yani M.Ö 900'lü yıllarda, onun bir zamanlar ihtişam ve refah içerisinde yönettiği topraklarda doğmuş. Bu bilgeliği seçen kralın ışığı altında halk, kalkınıyor, gelişıyor ve altın çağını yaşıyormuş.

Babası tüccar ve annesi de çok başarılı bir şifacı olan Serona, büyüdükçe aynı annesi gibi bitkilerin şifalarını kullanmak ve onları birleştirmek konusunda becerikli bir kıza dönüşmüş. Sabahları sadece annesinin dükkanında işlere koşturuyor, müşterilerine siparişlerini götürüyor, akşamları da ev işlerine yardım ediyormuş. Saygılı ve sessiz duruşu sayesinde pek çok insanın gönlünü kazanıyor, çalışkanlığı ile ailesine gurur veriyormuş. Fakat Serona da her genç kız gibi serpilip, güzelleşince artık yuva kurması gerektiğini söyleyen sesler de artmaya başlamış. Çevrelerinde onu beğenen aileler, annesine çeşitli tekliflerle geliyor ve eğer kendi oğullarını tercih ederlerse kızlarına ne kadar iyi bakacakları konusunda ikna etmeye çalışıyorlarmış. Fakat konusu ne zaman açılacak olsa Serona mutlaka kaçacak bir bahane buluyor, sonunda da kendisini işine adadığını ve başarılı bir şifacı olmak için çalışmak istediğini söylüyormuş.

Zaman hızla akmış ve annesiyle babası yaşlanarak yavaş yavaş işleri Serona'ya bırakmaya başlamış. Bekar ve uygun adaylar tek tek tükenirken annesi hem kaygılı hem de kızının bu haline çare bulamadığı için üzgünmüş. Bu zaman zarfında Serona'nın yetenekleri de gelişmiş elbette, köyleri, kasabalar ve çölleri aşmış; bu elleri şifalı kız dilden dile anlatılır olmuş. Söylenti sarayın mermer koridorlarından Kral Süleyman'ın

tahtına kadar uzanmış. Kendisi de şifa ve özellikle bitki bilimi konusuna meraklı olduğu için hakkında konuşulan bu kızın yeteneklerini merak etmiş. Sormuş soruşturmuş ve sonunda Serona'nın izini bulmuş. Ne var ki kesinlikle kral olarak tanınmak istemiyormuş. Eğer anlaşılırsa dilediği araştırmayı yapamayacağını biliyormuş. Bu siparişten en verimli sonucu alabilmesi için kendini gözünü boyamak için söylenen yalanlardan, insanın zenginlik, ün ve şöhret iştahından sakınmalıymış. Bu nedenle Serona'nın yanına tebdili kıyafet giyinerek gitmiş.

Çölleri, köyleri ve kasabaları aşmış. Sonunda kızıla çalan topraklarda, güneşte kurumuş çamurdan yapılmış 2 katlı binaların bulunduğu bir kasabaya varmış. Kasabanın taştan duvarlarının bittiği yerde yoldan gelmiş diğer tüccar ve gezginleri takip ederek içeri girmiş. Dükkanlarında çeşit çeşit malzemeler, bitkiler ve yiyecekler satılan, tezgahları türlü türlü kumaş ve süs eşyası ile dolu kalabalık bir sokağa kadar gelmiş. Burada çatılara gerilmiş örtülerin gölgesi altında bam başka bir hayat varmış. Gürültünün içinden hararetili pazarlıksesleri yükseliyor, ara sıra oynayan küçük çocuklar çığlık çığlığa sağa sola koşturuyor ve kimi binanın önünde tülde kıyafetlerle süslenmiş davetkar kadınlar müşterilerini bekliyormuş. Hiç kimse onun bir kral olmasına ihtimal vermediği için rahat rahat kasabada gezinmiş.

Kral Süleyman, Serona ile konuşacağı konunun hassasiyeti sebebiyle akşam olana kadar, yani hiçbir koşulda başka müşterileri ile karşılaşmayacağına emin olana kadar beklemiş. Sonunda saat gece yarısına yaklaşırken Serona'nın kapısını çalmış.

Yaşlı babası kapıdaki sıradan bir müşteri olmadığını görür görmez anlamış. Zamanında tüccarlıkla uğraşırken çok çeşitli müşterileri olduğu için giyim, temizlik ve konuşma biçimlerinden insanları tanır, kimin cebi dolu kiminki boş bilirmiş. Normalde

geç saatte müşteri kabul etmemelerine rağmen bu gezgin kılıklı kıymetli misafiri hemen içeriye davet etmiş.

Ağır adımlarla içeri giren gezgin, kurumuş bitkilerin ve çeşitli malzemelerin dizildiği koridordan geçerken etrafını inceliyor, ara sıra mırıldanır gibi sesler çıkararak bir şeyleri kafasında onaylıyor ve bir yandan da yaşlı adamı takip ediyormuş. Dükkana varınca gezgin durmuş ve kafasındaki örtüyü açarak sessizce odayı incelemiş. Serona her zamanki gibi tezgahının başında, bir yandan elinde kömürden bir çubukla büyük bir deftere notlar düşerken, bir yandan da şömine ateşine koyduğu küçük toprak kazanda ferahlatıcı bir karışım kaynatıyormuş.

Babası öksürünce kafasını kaldırarak şaşkınlıkla bakmış. Gezgin kimseden yönlendirme beklemeden masaya doğru yaklaşınca babası önden hızlıca giderek sandalyesini tutmuş. Babasının bu davranışı üzerine Serona gelen kişiyi tanımasa da önemli biri olduğunu hemen anlamış.

Gezgin Serona'nın kendisi için 3 ayrı karışım hazırlamasını istemiş. İlkinin ateşle bağlamasını, ikinci karışımı suyla ve sonuncusunu da havayla bağlamasını söylemiş. Bu karışımları ne için hazırlayacağını soran Serona'ya biraz şaşkın ve biraz da haddini aştığını düşünerek bakınca, Serona "Ben tüm karışımlarımı bir niyetle hazırlarım. Bitkiler yalnız başına da etkilidir ancak onları güçlendiren aslında niyettir. Sizin tam olarak ne istediğinizi bilmeden bu karışımı doğru bir şekilde hazırlamam imkansız."

Bunun üzerine misafirin gerildiğini anlayan babası odadan çıkmış. Serona ile yalnız kalan gezgin, cebinden bir defter çıkararak Serona'ya bakmış. Anlayacağını pek düşünmese de ona notlarını ve çizdiği tılsımları gösterirken, niyetinin uzun zamandır bitiremediği bu ritüelleri tamamlayacak birgüçlendirici bulmak olduğunu söylemiş. Fakat Serona bu karışımların sıradan bir amaca hizmet etmeyeceğini ve genellikle duygusal

ilişkiler, aşk ve ruhsal durumu yönetmek üzere tasarlandığını biliyormuş. Çizimlerin sadece birer sembol değil efsun olduğuna eminmiş.

İnsan iradesini etkileyen bu tipte taleplerden hoşlanmaz ve derhal geri çevirmiş fakat daha ağzını açmadan, gezgin elini kaldırarak onu susturmuş. Sonra da cebinden kocaman kadife bir kese çıkarmış ve yavaşça şingirdatarak masanın üzerine bırakmış. “Benim kalmak için pek vaktim yok ancak ulağım kasabada konaklıyor ve seni tüm karışimleri tamamlayana kadar bekleyecek. Bunu bir ilk ödeme gibi kabul edebilirsin. Eğer başarılı olursan sana kalan ödemeyi de yapacağım.” Her ne kadar emirler yağdıran bu adamın tavırlarından hoşlanmamış olsa da içten içe bu parayı kazanmak istiyormuş. Bu kazanç sayesinde kendisine eş bulmak konusunda ısrarcıailesini susturabilir ve özgür olabilirmiş.

Hepsini aynı anda yapamayacağı için gezginden tam on beş gün süre istemiş. Öncelikle ateş elementi için bir mum üzerinde çalışmaya karar vermiş. Bu mumun içerisine koyacağı bitkisel yağlar sayesinde ritüelin ilk aşamasını güçlü başlatabileceğini düşünmüş.

Bu sırada Alie aniden masalına ara vererek ayağa kalktı ve tezgahının arkasındaki dolaba doğru ilerledi. Birkaç koyu renkli küçük esans şişesi alarak önümdeki sehpaye hepsini dizdi. Sonra ateşin üzerinde ağır ağır kaynayan kazana biraz daha su ekledi ve yanıma gelerek “Her bir şişenin içine bir bitkinin özünü hapsettim.” dedi. Ben onları koklarken devam etti “Bunu yapmak zaman alıyor elbette, çünkü var olan yağları kullanmak yerine kendi yağlarımı üretiyorum. Mesela şu anda kazanda lavanta var.”

Koltuğa dönüp masalın neresinde kaldığını düşünürken...

*Serona bitkilerini seçerken öncelikle **lavanta** kullanmaya karar vermiş. Hava elementi grubuna dahil ve maskülen sınıfa ait bu*

bitkiyi, genellikle kokusunun güzelliği ve sakinleştirici özelliği sebebi ile uyku ve huzur için kullanmayı tercih edermiş. Ancak lavantanın bir diğer kullanım alanı da duygular üzerineymiş. Yani ilişkilere denge ve cazibe katmak için de pekala kullanılabilirmiş. Bu bitkinin gücü ile karışımındaki enerjii yükseltmek istiyormuş. Bu niyetle bir miktar lavanta yağı hazırlamaya karar vermiş. Tüm bitki ve karışımlara tek tek niyetini aktarmak vakit aldığı için hızlı metotlar tercih ediyormuş. Mum için lavanta yağını hazırlarken şimdi benim yaptığım yöntemle, yani kavanoza koyduğu sabit yağın içerisinde (ki genellikle ben susam veya hindistancevizi kullanırım) lavantayı tam 6 saat boyunca haşlayarak bitkinin önce yağını çıkarmış. Ancak burada öncelikle dikkat edilmesi gereken nokta yağı kaynatıp yakmamak ve kavanozun kesinlikle hava alamaması. İçine bir damla su kaçarsa yağ bozulur.

Bu nedenle onu belli bir ısıda tutmak için kazana aralıklı olarak soğuk su ilave etmeli ve lavanta özünü bırakana kadar beklemelisin. Bitkilerin yağını kendin çıkarmak durumunda değilsin elbette ancak Serona müşterisini hayal kırıklığına uğratmamak adına güçlü bir karışım elde etmek istiyormuş. Bu nedenle yağı hazırladığı her aşamada niyetini bir tekerlemeye dönüştürerek aktarmış.

Bu sırada gülümseyerek Alie'ye bakıyordum. "Peki sen de bu karışıma mırıldanıyor musun?" Kahkaha attı ve önümüzdeki şöminede ağır ağır kaynayan kazanı göstererek "İlle bir şarkı mırıldanmam gerekmiyor. Şu anda sana bu masalı anlatırken aslında niyetimi aktarmış oluyorum. Karmaşık olan aslında bunun bu kadar basit olması." Dayanamayıp "Haydi devam et o zaman masalına." diye hevesimi gösterdim, o da muzip bir gülümsemeyle devam etti.

Her neyse, Serona karışımında kullanacağı bir diğer bitki olan **biberiye** için de aynı yağa dönüştürme işlemini uygulamış. Ateş elementi ve maskülen sınıfa ait, oldukça güçlü bir bitki olan biberiye yağını, sadakat ve cesaret vermesi için niyet ederek hazırlamış. Üçüncü gün sıra **ıtır** bitkisine gelmiş. Hermafrodit bir bitki olan ıtırı, tatlı kokusu ve toprak elementini desteklemesi sebebiyle eklemiş. Hava ve su elementlerine ait bitkilerin hızlı, başına buyruk ve yüksek enerji etkisini toprağın sakinliği ve ağırlığı ile dengelemiş. İtırı hazırlarken niyetini romantik ve uzun bir ilişkiyi temsil etmesi adına fısıldamış.

Sadece yağları hazırlaması üç gün sürmüştü. Buna rağmen Serona muhteşem bir mum hazırlayacağına emin, kalan malzemelerini almak üzere çarşıya çıkmış. Sık sık alışveriş yaptığı dükkanlara **uğrayarak bal mumu ve soya mumu aramış. (Ben soya kullanıyorum, bal mumu fazla hızlı yanıyor ve hemen tükeniyor.)**

Gezinmeyi en sevdiği yer de kalabalıktan uzakta, kasabanın sırtlarında bulunan, annesinin çok eski bir arkadaşına ait büyük seraymış. Hazır malzeme almak için çıkmışken oraya da uğrayıp ne var ne yok bakmaya karar vermiş.

Günlerdir konsantre bir şekilde niyetlerin, yağların ve kokuların içinde çalışmaktan sersemleyen kafasını biraz olsun dağıtmak istiyormuş. İçeri girdiğinde çöl sıcağının kavurduğu sokak, taştan ferah duvarların arasında serinlemiş. Serona saçlarını toplayarak terleyen ensesini serinletirken evin yaşlı sahibiyile karşılaşmış. Sohbet ederken seraya doğru ilerlemişler. Bu oda diğerlerinden farklıymış, tavanında aralıklı dizilmiş yuvarlak deliklerden güneş gelirken, oda boyunca açılmış su kanalları sayesinde içerisi bitkilerin ihtiyacını karşılayacak şekilde nemli kalıyormuş. Tam ortada ince uzun mermerden yapılmış küçük bir havuzun yanına gelmişler. Adam Serona'ya istediği gibi gezebileceğini ve işi bitince kendisini oturma odasında bulabileceğini söyleyerek uzaklaşmış. Minyatür bir ormanı andıran bu bahçede pek çok çiçek ve nadir bitkiye rastlamak

mümkünmüş. Elbette çiçeklerin arasında da yaşlı adamın oğluna.

Serona onunla ilk kez karşılaşmış. Güçlü duruşunun yanında nazik elleri bitki bakımında maharetli görünüyormuş. Göz göze gelince hemen işlerini bırakarak kibarca Serona'yanasıl yardımcı olabileceğini sormuş. Serona yaşadığı heyecan ve strese karşısında kendine şaşırarak, yanlış anlaşılacak için aklına gelen bitkilerden birini sormuş ve sohbeti geçiştirmeye çalışmış. Genç adam buna karşılık elini uzatarak kendini tanıtmış "Merhaba ben Ezra." yanakları kızaran Serona, ciddiyetini bozmamak için çaba gösterirken Ezra onu daha fazla tedirgin etmemek için aradığı bitki konusunda yardımcı olabileceğini söylemiş. Anlattığına göre uzun süredir farklı şehirlerde kral için görev yapan Ezra, evine döneli çok kısa bir süre olmuş. Bitkiler konusunda fazlasıyla bilgiliymiş... Elbette aynı kendisi gibi bilgili, güzel ve belli ki flört konusunda fazlasıyla acemi Serona'yı gördüğü anda etkilenmiş. Tenine sinmiş bitki ve çiçeklerin kokusu, güneşte buğday demetleri gibi parlayan saçları aklına ve kalbine kazınmış.

Serona eve döndüğünde dengesini şaşırtan bu gizemli adamı düşünmekten kendini alamıyormuş. Yine de böyle duygulara yenilerek işini aksatmamalı ve o parayı kazanmalıymış.

Kendine bir bardak keçi sütü koymuş ve odaklanarak tezgahının başına geçmiş. *Öncelikle yarım kilo mum ve her bir kavanoza döküleceği yağ karışımı için 100CC'lik kavanozlarını ve 16mm pamuk fitillerini hazırlamış.*

Yağları karıştırmak üzere meşe ağacından yonttuğu tahta bir karıştırıcı kullanmış. 60 damla lavanta, 30 damla biberiye ve 20 damla da ıtır yağı eklemiş. Bildiğimiz üzere bu karışıma kendi hazırladığı özel bir yağ daha koymuş. Bir mum için toplam 120 damla yağa ihtiyacı varmış. Lavanta, biberiye ve ıtır haricinde geriye kalan 10 damlanın sırrını bilmiyoruz, fakat bu muhteşem tarifi uygularken kendi karışımımızı yaratabilir ve bu 10 damlayı

dilediğimiz gibi değerlendirebiliriz değil mi? Mesela ben sedir veya portakal eklemeyi de seviyorum.

Serona yağları karıştırdığı kavanoza 50 derecede ısıttığı mumu da ekleyerek iki sıvıyı homojen bir şekilde birleştirmiş. Sonra dibine fitilleri sabitlediği 5 adet kavanoza eşit miktarlarda bu mumları dökmüş. Her adımda malzemeleri avcunun içine alıyor ve niyetini fısıldayarak ilerliyormuş. Mumlar bekleyip biraz donduğunda üzerine şans getirmesi için küçük sitrin taşı parçacıkları serpmiş ve kapaklarını kapayarak dinlendirmek üzere kaldırmış.

Mumu yakacak gizemli müşterisi için de not kağıdına şu şekilde yazmış: Bu mumu her seferinde sadece 2 saat yakabilirsin ve her gün her birini sadece bir kez.

Masalını burada bitiren Alie fokurdayan kazanını ateşten almak üzere kalkınca “Eeee ya kralın istediği diğer iki karışım?” diye sordum. Alie muzip muzip gülümseyerek tezgahının başına geçti. “Eh, onları da bir sonraki buluşmamızda anlatacağım. Bu her ne kadar basit bir sipariş gibi görünse de Serona için bu karışımları hazırlamak daha sürecek unutmama. Ayrıca farkında olmasa da fısıldadığı niyet, kendi iradesini ve doğal olarak eğilimlerini de etkiliyor. Aynı bu masalı dinleyen ve bu mumu koklayanlar gibi.”

Onu karışımlarıyla baş başa bırakarak yüzümde sıcacık bir gülümseme ile evime döndüm. Hava karlıydı fakat sakindi. Alie bana da kendi hazırladığı mumlardan birini vermişti. Fakat içimde bir kıpırtı hissediyordum ve ayaklarım beni o gün şehir merkezindeki yeni açılan kafeye götürdü. Şans eseri oturmak için seçtiğim yanlış masa yüzünden bir adamla tanıştım. Bu adam, akademisyen olarak şehre yakın bir üniversitede çalışıyordu. Hem zeki hem de hoş bir insandı. Onunla sohbet ederken kulağımda Alie’nin anlattığı masal vardı. “Ayrıca farkında olmasa da fısıldadığı niyet, kendi iradesini ve doğal olarak eğilimlerini de etkiliyor. Aynı bu masalı dinleyen ve bu mumu koklayanlar gibi...” Fakat masalın devamını da aynı bu

yeni tanıştığım insanla olabilecek geleceğim gibi tahmin edemiyordum...

Bu ritüelin biraz uzun bir deneyim süreci var, her adımda yeni bir bölüme geçmek gibi. Bu nedenle ilerleyen günlerde diğer iki karışımı ve masalın devamını, ben nasıl öğrendiysem sizinle de öyle paylaşacağım. O zamana kadar, “10 Damlanın Sırrı” sihri sizinle olsun!

Alie'nin Efsunlu Banyo Çayı

İnanması güç bir beş günün ardından heyecandan kıpır kıpır dayanamayarak Alie'nin evine koştum elbette. Neden mi? Çünkü tanıştığım adamla yeniden karşılaştık ve bu buluşmamız da tamamen tesadüf sayılacak nedenlerden ötürü meydana geldi. Yani elbette aynı bölgede yaşıyor ve aynı yerlere gidiyoruz ancak kim aynı hafta içinde ikinci bir karşılaşmayı bu kadar restoran ve kafe arasında denk getirebiliyor ki?

Ayrıca Alie'nin “10 Damla'nın Sırrı” mumunu da hafta boyunca her gün iki saat odamda yakarak keyif yaptım. Sanırım mumun gücü, benim ruh halimi ve niyetimi de etkiliyor. Belki de benim niyetim çevremdeki enerjiyi... Çünkü bütün hafta bu adamı düşündüm. Yerli yersiz onunla yaptığım sohbet aklıma geldi. İlişkiler konusunda uzun bir aradan sonra ilk kez yeniden olabilir mi diye kendimisorgularken buldum. Belki masalın devamı bu maceranın nasıl sonlanacağını da söyleyebilirdi.

Her neyse Alie'ye gittiğimde kış bahçesinde bir kitaba gömülmüş yarı uyuklar halde keyif yapıyordu. “Hava çok soğuk hemen içeri gel!” diyerek bana bir battaniye uzattı. Evime sadece bir bahçe mesafedeki Alie'ye giderken genellikle mont giymezdim. Küçükken yaptığım gibi yaramaz adımlarla koşarak kapısında belirmemi her zaman çok sevdiğini söylerdi.

Tabi ki öncelikle ona yeni tanıştığım bu gizemli adamı anlattım. En az benim kadar heyecanlanmıştı. Bir süredir hayatımda sadece iş ve spor vardı. Bu nedenle artık gönül işlerine de vakit ayırmamın çok yerinde bir tesadüf olduğuna inanıyordu. Yine de bu gelişmelerde mumun da etkisi olduğunu düşünüyordum.

O zaman bana bir mumun sadece bunu yaratma gücü olmadığını, esasen hayallerimin ve onların yarattığı niyetin bana bir yol çizdiğini söyledi. “Fakat bana eğer mumun görevini soruyorsan, aslında onun yaptığı senin içindeki bu motivasyonu tetiklemek, duygularını ve niyetini sana hatırlatmak...” dedi.

Bir süre sessiz sessiz kış bahçesini ısıtan sobanın çıtırdayan közlerini izledim. Dışarıda sadece kar ve rüzgar sesi vardı. Alie'nin sesi beni geri çağırırdı. “Masalın devamına geçelim mi?” Muzip bir gülümsemeyle koltuğuma yerleştim ve ona baktım.

Serona serada karşılaştığı genç adamı aklından bir türlü çıkaramıyormuş. Şimdiye kadar gönül işlerine yaklaşmayan bu genç kadın, ilk kez kalbinde bir kıpırtı hissedince kaygılanmış, bu kaygısını yenmek için de kralın ondan istediği ikinci karışımına konsantre olmaya karar vermiş.

Bu karışım için bir araya getireceği kurumuş bitkileri kumaştan bir çay poşedine dolduracak ve hazırladığı her bir poşedi gün aşırı banyoda kullanmasını isteyecekti. Bu karışımda kullanacağı bitkiler mumda kullandıklarından biraz daha farklı olacaktı. İlk adımda mum fitili ateşleyen bir çağrı iken, devamında kullanılacak banyo çayı, onu sakinleştirecek, derin ve güçlü adımlarla ince ince ritüeli işleyecekti.

Gülleri babasının birkaç bahar evvel yolculuk yaptığı ve vahşi güller yetiştiren özel bir bahçeden getirdiği çuvaldan seçmişti. Özellikle sabaha karşı çiğ düşerken toplanmasını istemiş ve hepsini özenle yarı gölge bir alanda kurutmuştu. Şimdi bu gülleri kalpteki en ilkel ve en güçlü duyguyu uyandırmak için

kullanacaktı. Dişil enerjiye sahip bu bitki, su elementini desteklediği için banyo çayı hazırlamak için fazlasıyla uygundu.

Yanına Ölü Deniz'den gelen kristal tuzdan bir kaşık eklemeye karar verdi. Tuz hem karışımın emilimini artıracak hem vücuttaki duraksamış, olumsuz enerjiyi arındıracaktı.

Kullanmayı en sevdiği ve vazgeçemediği bitkilerden biri de yine **lavantaydı**, onun dengeleyici, rahatlatıcı ve daha da önemlisi duyguları netleştiren eğilimi her karışımında mutlaka işine yarıyordu. Gülün dişil gücüne karşılık lavantanın maskülen ağırlığını koyarak karışımındaki dengeyi sağlamayı hedefliyordu.

Tam da banyo çayı için biçilmiş kaftan olan **melisa** bitkisinden topladığı ve kuruttuğu yaprakları da ekledi. Hava elementi ile uyumlu bu bitkinin limonsu kokusunu su buharında hissettirmek ve karışımın amacına ulaşmasını sağlamak için çok yerinde bir seçim olacak diye düşündü. Melisa'nın harmoni yaratan özelliği sayesinde en vahşi duyguları ve en kesin kararları bile dengelemek mümkündü.

Serona tüm malzemelerini hazırlayınca tezgahının başına geçmiş. Bu kısımda konsantre olmalı ve ikinci adım için bitkileri poşetlerine doldururken niyetini net bir şekilde kalbinde, zihninde ve ellerinde hissetmeliydi. Fakat bir türlü konsantre olamıyor, kafasında dönen türlü düşünceler odaklanmasını engelliyordu. Bunların başında da, kendine itiraf etmek istemese de, elbette Ezra vardı.

Sonra tezgahta onu bekleyen malzemelerine ve hazırlıklarına bakınca bu işi hakkıyla yaparsa kazanacağı parayı düşündü. Duruma canı iyice sıkılınca biraz uzaklaşmaya ve dışarı çıkmaya karar verdi. Kafasını dinlemek istediğinde ilk gittiği yer kasabanın hemen dışında kalan geniş zeytinlikti. Hızlıca sırtına bir şal attı ve babasına geç kalmadan geleceğini söyleyerek ayrıldı.

Kavurucu güneş ısınmış topraktan yavaş yavaş çekilirken, serinliğin içine ılık bir rüzgar yayılıyordu. Cırcır böceklerinin yüz yıllardır bitmeyen şarkısı eşliğinde Serona, toprak patikadan aşağı doğru yürüdü. Sadece kafasındaki seslere kulak vermek istiyordu.

Gelip geçecek şu kısa ömründe en çok neyi arzulamalı ve neyin peşinden koşmalı diye kendine soruyor, mantıklı yanıtların kalbine söz geçiremediğini gördükçe şaşırıyordu. Bahçeye vardığında gün batmak üzereydi, yaşlı zeytin ağaçlarının toprağı delen kökleri arasında ilerlerken zamana meydan okuyan ve olgunlaşan bu ulu varlıklara imrendi. O da sadece kendi halinde olmayı istemişti fakat anlaşılın bunun için bir ağaç olması gerekiyordu...

Şimdiye kadar bir eş istememiş veya akranları gibi aşk uğruna hayaller kurmamıştı. Fakat kalbi tersini söylüyordu, şimdi su gibi kana kana içmek istordu bu duyguyu. İlk kez böyle bir çelişki ile yüzleşiyordu ve artık kaçmak çare değildi.

Bu dalgın haline kaygılanan ailesine iş ve yorgunluk bahanelerini sunsa da, annesi değişimi hemen sezmişti. Bunun bekledikleri güzel haber yani eş adayı olabileceğini düşünerek hemen babası ile konuştu. Fakat kocası kendisi gibi düşünmüyordu. Bu önemli müşteriden gelen işin önemini, sadece sipariş aşamasında bile kaç kilo altın geldiğini ve kızının mutlaka bu işi doğru teslim etmesi gerektiğini söylüyordu. Gönül işleri biraz daha bekleyebilirdi.

Serona eve geldiğinde annesi onu hızlıca kenara çekti. "Çalışma odasında genç bir adam seni sorduğunu söyleyerek bir saattir bekliyor." dedi. Bunun üzerine şaşkınlığını gizleyemeyen Serona, gelenin Ezra olduğunu hemen anladı. Annesi bu sırada yüz ifadesini inceliyor, damat adayının bu adam olmasından şüpheleniyordu. Yanakları kızaran Serona, hiç bozuntuya vermeden çalışma odasına giderken annesinin sinsi bakışlarını fark etti.

Ezra'yı tezgahdaki karışımları incelerken buldu. Onunla ve sevdiği işle ilgilenmesi hoşuna gitmişti. Bu ziyareti sanki olağanmış ve yıllardır tanışıyorlarmış gibi sıcak bir gülümsemeye doğrudan neyle uğraştığını sordu. Serona da bunun üzerine hazırladığı karışımın rutin müşterilerinden birinin siparişi olduğunu söyleyerek geçiştirmeye çalıştı ama ocümlesini daha toparlayamadan Ezra, tezgahdaki kurumuş güllerden bir tanesini aldı, gözlerini uzak bir noktaya dikti vesanki gülün geldiği bahçeyi hayal edebilecekmış gibikurutulmuş çiçeği avucunda ezerek kokladı “Gül pek çok şifalı karışımda bulunur ancak özellikle aşk konusunda birebir bir bitki... ” diyerek Serona'ya baktı. Bu adam yüzünden yaşadığı kalp çarpıntısı ve gerilim Serona'yı güçsüz ve çaresiz hissediyordu. Gülümseyerek kendisine yaklaşan Ezra ise ona ne yaşattığını bilir gibiydi. Elinden bir şey gelmeyince Seronason bir çırpınıyla “Şuanda bu işi bitirmem gerekiyor Ezra. Senin için ne yapabilirim?” diyerek bakışlarını cesurca onun gözlerine çevirdi.

Ezra'nın en son isteği Serona'yı kendisinden uzaklaştırmaktı. Bu nedenle karşılıklı duygularının yarattığı gerilimi artırmak yerine geri adım attı ve sadece babasının öksürüğü için bir karışım almaya geldiğini söyledi. Serona hızlı bir şekilde stoklarında bulunan şurubundan paketledi ve Ezra'yı hızlı bir şekilde gönderdi.

Kalbinde büyüyen duygularla artık savaşıyordu. Fakat bu duygular aynı zamanda odaklanmasını engelliyor ve kaç gündür müşterisi için hazırladığı banyo çayının başına oturduysa da bir türlü karışımı tamamlayamıyordu. Bir akşam annesi uzun zaman sonra ilk kez çalışma odasına geldiğinde kızına döndü ve “Banyo çayı hazırlıyorsun değil mi?” diye sordu. Serona şaşkınlıkla bakınca muzip bir gülümsemeye tezgaha doğru yaklaşarak “Unutma ki bu işi benden öğrendin. Uzun zamandır bu tezgaha yaklaşmamış olsam da seni ve bitkileri gayet iyi tanıyorum. Bu akşam gökyüzünde dolunay var ve ben de

düşündüm ki kadınlar hamamı yapmanın tam vaktidir.” Serona gözlerini devirirerek uzaklaşırken. “Her şey hazır, sen sadece banyo çaylarını getireceksin, sonrası bizde.” diyerek gülümsedi ve yanıt beklemeden odadan ayrıldı.

Aralıklı dizilmiş evlerin kesiştiği noktalarda bulunan bu toprak kubbeli hamamlar, dileyen ve biraz da para ödeyen tüm misafirlerine özel hizmet sağlıyordu. O akşam hamamın önünde buluşan yedi kadın kıkırdayarak içeri girdiğinde, bembeyaz taştan salonun yüksek duvarlarında sesleri keyifle yankılandı. Her yanı büyük yapraklı bitkiler, kamıştanörülmüş, yumuşacık örtülerle kaplanmış koltuklar ve aynalarla süslenmiş bu egzotik alanın tam ortasında, zemininde mozaiklerle işlenmiş denizkızı figürleri bulunan yuvarlak bir havuz yer alıyordu. Havuzun üzerinden yükselen buhar, hem salonu nemlendiriyor hem de ısıtıyordu. Aralıklı dizilmiş mumların ılık ışığı ve kubbenin hava deliklerinden sızan ay ışığı altında kadınlar soyunmaya başladı. Bu sırada Serona'nın annesi de havuzun başına geçerek herkese çağırıda bulunduğunu söyleyerek sözüne başladı.

“Bu akşam dolunayın ışığı altında biz, sadece kadınlar olarak toplandık. Keyif, neşe, cazibe ve güç bizimle olacak. Hiçbiri için kendimizden fazlasına ihtiyacımız olmadığını hatırlayalım. Serona sizler için güzel bir banyo karışımı hazırladı. Bu karışım sayesinde aynı enerjide buluşacağız veniyeti ona destek olacağız.” Bu sırada kadınlar sırayla suya girmeye başladı. Annesi çayların bulunduğu kumaştan keseleri havuza attı ve tüm kadınları el ele havuzun içinde çembere davet etti. Sonra da Serona'ya dönerek “Şimdi sen söyle, söyle ki bu çemberin niyetini bilelim.” dedi. Hazırlıksız yakalanan Serona önce nasıl başlayacağını bilemedi. Ancak çemberin gücünü hissediyordu. Tek yapması gereken zihnini akışa ve ağızından dökülecek kelimeleri kalbine bırakmaktı. Kadınlar ağır adımlarla dönerken çay banyo suyuna karışmaya başladı ve Serona niyetini sözcüklere dökmeyi başardı.

Salonu kaplayan koku Serona'nın dudaklarına ve çemberin tekrar eden şarkısına dönüştü. Her bir kadın karışımın ve niyetin çağrısına kulak verdi. Ay ışığı altında bu efsunlu suda yıkanarak aşk için dileklerini tekrarladı.

Ertesi gün Serona yeniden tezgahının başına geçtiğinde gün tamamlanmadan ikinci karışımı da paketlemeyi başarmıştı. Akşam üstü annesi kapıyı çalarak yanına geldiğinde kızının banyo çaylarını bitirdiğini görünce gülümseyerek "Nasıl gidiyor?" diye sordu. Serona her zamanki gibi hayran olduğu annesine minnetle bakarken annesi "Bana öyle geliyor ki kader yolunu yine de çizmeyi başarmış kızım. Ben de bir zamanlar hem bir şifacı, hem eş, hem de anne olmayı seçtim. Fakat hepsinin yeri ayrı elbette. Biri var diye diğerini hayatımdan çıkarmadım. Sadece ben tercihlerimi yaparken sana öncelik vermeye karar verdim." Serona annesinin neyi ima ettiğini ve kafasındaki soru işaretlerini bildiğini görünce gözlerini yere çevirdi. "Önemli olan senin fark etmendi Serona, bazen tek çıkar yol savaşmak yerine kabul etmektir kızım. Aynı su gibi yollar açmak veya bulunduğu kabın şeklini alabilmektir. Gücünü hangi kanala yönlendireceğini öğrenmek sana kilidi açacak anahtarı verir ve sen dün gece duygularınla savaşmak yerine onları kabul ettiğin için odaklanmayı başardın."

Böylece Serona o akşam Ezra'nın kapısını çalmaya karar verdi. Seraya vardığında yaşlı ev sahibi, oğlu ile akşam yemeğinden kalkıyordu. Serona'yı görünce gülümseyerek onlara keçi sütü ikram etti ve yanlarından ayrıldı. Ne konuşacağını bile bilmeden kendini ana bırakan Serona, ateşin başında, önünde uzanan üzüm bağlarını izliyordu. İlk kez korkmadan veya kaygılanmadan ruhunda cesareti ve kalbinde tutkuyu hissediyordu. Artık hazırды.

Alie durunca, bir anda masala ara verdik zannettim. Oturma odasına giderek dolaplarını karıştırmaya başladı. Sonra elinde kumaş bir keseyle yanıma geri döndü. "Bunu ben hazırladım." diyerek kıkırdadı ve keseyi bana uzattı. Üzülerek keseye baktım

“Ama benim k vetim yok ki.” ayından bir yudum alırken bacaklarını altında topladı ve omuz silkip “nemli değil, duğ başlığının altına as ve sıcak su ile yıkan yeterli. Su bu keseyi yıkandığın süre boyunca s zecektir. Bence harika bir karışım oldu! Bakalım sen ne düşüneceksin.”

Merakla masalın devamını bekliyordum. “Peki ne konuşmuşlar Serona ve Ezra?” Alie gülümseyerek arkasına yaslandı. “Eh orası da sonra artık.”

Ertesi akşam ayı hemen denedim elbette! nce yüzüme Alie’den öğrendiğim kil maskesini uyguladım, sonra da nostaljik bir müzik listesi açtım ve birkaç mum eşliğinde ılık bir duğ aldım. Bu tipte aktivitelere çoğunlukla uğsenssem de efsunlu banyo çayını denemek için fazlasıyla hevesliydim.

Lavantaya karışan melisanın limonsu kokusu banyoyu kapladı. Benim eski banyom bir anda Serona’nın gittiği hamam gibi mistik ve rahatlatıcı hale getirmişti. İlk kez ben de bir niyetimin olduğunu hissettim. O adamı bulacak ve onula konuşacaktım. Biliyordum ki doğru zaman geldiğinde ayaklarım yeniden beni doğru yere götürecekti. Aynı geçen sefer olduğu gibi...

Alie’nin Kil Maskesi Tarifi!

Aslında bu tarifi bilinçli aldım diyemeyiz. Çok bunaldığım bir Pazartesi g ny d . Hafta içi genellikle yoğun tempoda çalıştığım için günün en güzel saatlerini kaçırdığımı düşünürdüm. Hala da haklı olduğumu düşünüyorum fakat, kendime özel ilgi ve sevgi gösterdiğim zamanlar yaratmaktan da kaçınmam, onu eklemem lazım.

Alie her zaman “nce kendine şefkatli olacaksın. Yoksa yaratıcılığın, mutluluğun ve sabrın beslenecek kaynak

bulamaz. Kendini bir kap su gibi düşün. Eğer boşalttığın su yerine yenisini koymazsan kabin içinde su kalmaz.” derdi.

O gün de sabah tam gaz çalışmaya başlamıştım, aslında iş motivasyonum çoğunlukla yüksektir. Başarmaktan ve üretmekten keyif alırım fakat daha haftanın başından öğlene doğru çoktan bunalmıştım. İçimdeki boşluğu yaptığım işten aldığım haz dolduramıyordu. Bu nedenle öğle yemeği arasında Alie’yi aradım. Her zamanki tatlı sesiyle telefonu açınca dayanamadım, ona derdimi döküverdim. Bana git, önce bir 20 dakika yürüyüş yap sonra eve döndüğünde ılık duşunu da al ve bana öyle gel dedi.

Yürüyüş vücudumuzdaki kan akışını hızlandırdığı için egzersiz olması dışında Alie için bir mutluluk katalizörü olarak da adlandırılabilirdi. Bu nedenle ne kadar tembel hissetsem de kalktım ve yürüdüm. İnsan 20 adım sonra bir sonraki adımını koalamaya başlamış. Tabi bir yandan da işle ilgileniyordum. Hem küçük bir molayı bile kendime çok görüyorum diye kendime kızıyor, hem de sorumluluk duygusunun pençesinde gözümü telefonda bir türlü alamıyordum.

Neyse, kızarmış yanaklar ve hafif terlemiş bir sırt ile eve döndüğümde kendimi daha iyi hissetmeye başlamıştım bile. Hemen duşumu alıp üzerime rahat bir eşofman geçirdim.

İşte en tatlı kısma geldik!

Alie’nin bitkiler ve ağaçlarla dolu o büyüğü bahçesinden geçip evinin terasına vardığımda ilk dikkatimi çeken etrafı

saran odun – reçine karışımı çarpıcı koku oldu. Bu koku öyle dinlendirici, öyle güzeldi ki beni aldı, kış ortasında, şömine başında karlı bir güne götürdü. Adı Palo Santo'ymuş. Şimdilerde vazgeçilmezim!

Alie bizim için muımlarıyla, müziğiyle, kokusuyla dingin ve meditatif bir ortam hazırlamıştı. Fonda çalan parçaları anımsamıyorum ama aynı tonda kendim için hazırladığım küçük bir öneri listesini size sunabilirim. [Tıklaman yeterli, listenin adı Palo Santo Baby!](#)

Şimdi gel gelelim kil maskesine! Bu kısmı Alie gibi anlatmaya çalışacağım.

İnsanın kendine öz şefkat göstermesi gereken zamanlar vardı. Ruhun sana böyle ihtiyaçları için küçük sinyaller gönderir aslında. Aynı benim yaşadığım o boşluk hissi gibi, insanın içinin daraldığı, “Ay ne yapsam?” dediği zamanlardan bahsediyorum. İşin püf noktası kabın içindeki su tükenmeden, içimizdeki boşluğu hissetmeden vücudumuzun ihtiyaç saatini öğrenmekte!

Neyse, o gün Alie kendimi şımartmam için bana 2 saatlik bir mola alanı sağladı. Ne işler aksadı ne de canım sıkıldı. Birlikte çok güzel bir kil maskesi hazırladık. Bu maske hem yüzümüzü canlandırarak, hem nemlendirecek, hem de ruhumuzun nefes almasını sağlayacaktı. Tarifini her bahar buluştuğu Faslı bir arkadaşından almıştı. Fas,

baharatlarının kokusu, rengarenk dokusu ve otantik ruhuyla her zaman beni besliyor derdi.

Öncelikle temiz bir kase aldık. Ardından içerisine 2 çay kaşığı Fas kökenli, zengin mineraller içeren volkanik bir kil olan *Ghassoul (Rhassoul) Kili* koyduk. Benim cildim kuru olduğu için içerisine 1 çay kaşığı *nem bombası aloe vera jel*, 2 çay kaşığı *kalbi ferahlatan damıtılmış gül suyu* ve 2 damla *da vaz geçilmez kokusuyla ıtır uçucu yağı* ekledik. İtır tatlı kokusuyla en sevdiğim yağlardandır, aynı zamanda sinirleri rahatlatmak gibi bir özelliği de var elbette. Alie bu malzemeleri kendi bahçesinden temin ediyordu ve kendi gibi bitkilerle yakından ilgilenen bir arkadaşının atölyesinde, yağa ve suya dönüştürüyordu. Bu malzemeleri doğru bir şekilde dönüştürmek günler alabiliyor ve ince işçilik gerektiriyor. Bu nedenle bu işte uzmanlaşmış dükkanlardan hazır almak daha kolay olacaktır. Yinede uyarımam lazım, kozmetik değil de organik seçmek gerekiyor yoksa ne yağın ne de diğer malzemelerin faydası var. Alie hep, her bitkinin ve her maddenin bir enerjisi var derdi, onlardan yararlanmak istiyorsak doğru zaman ve doğru kaynağı tercih etmek şart diye uyarırdı.

Gelelim bir sonraki aşamaya şimdi hepsini tahta bir kaşık veya çubuk yardımıyla homojen hale gelene kadar karıştırıp ardından yüzümüze sürüyoruz. Aman gözlerinize ve ağzınıza sürmeyin. Bu sadece cildimiz ve ruhumuz için.

Sürer sürmez kendimi iyi hissetmeye başlamıştım. Aslında yürümek bir kademe, duş yapmak bir kademe ve maskeyle bu ritüeli tamamlamak bir kademe yukarı çıkardı

beni. Alie'nin tabiriyle benim tas, kaybettiği suyu yerine koymaya başlamıştı.

Ardından bizim için kurumuş güllerden bir çay demledi. 20 dakika kadar o bayıldığım bitkiler ve kitaplarla dolu terasında sohbet ettik. Bana Fas'ta geçirdiği muhteşem günlerden biraz bahsetti. Arkadaşı hem bir şifacı hem de çok başarılı bir şefti. Ondan pek çok karışım ve tarif öğrenmişti. Arkadaşı sesin, kokunun, dokunun ve lezzetin gücüne inanıyordu. Görmek bir yana insana bir şeyler hatırlatan, ilham veren de bu duyularımız çoğu zaman...

Hemen sonrasında yüzümüzü ılık suda temizledik. Ardından da bizim için minik bakır leğenlerde hazırladığı ve içerisine iki damla gül uçucu yağından da eklediği suyla yüzümüzü biraz yıkadık.

Son dokunuş olarak da yüzümüz gerilmeden, yine Alie'nin kendi karışımından hazırladığı bir nemlendiriciyi uygulayınca, kundaklanıp uykuya bırakılmış bir bebek kadar huzurluydum.

Sadece 2 saat kendime ayırdığım bu kişisel, özel ve dinlendirici mola bir haftayı kurtaracak motivasyonu vermişti bana. Ara sıra bu ritüeli arkadaşlarımla da deneyimliyorum. Size de tavsiye ederim!

Alie'nin Floral Vücut Losyonu

Ağaçlar yemyeşil olmuş, rüzgarlar ısınmış ve kuş civıltıları artmıştı. Yaz geliyordu kısacası. Bu mevsim her zaman

bende yeni duygular uyandırırđı. Canlandığımı, bir kuşun içimde durmak bilmeyen kanat çırpışlarını hissederim. Fakat bu yaz tüm bu duygularıma ek olarak ruhumda yeni bir çağrı duyuyordum. Bu değişimin çağrısıydı. Aşına olduğum bir fırtınanın uzaklardan gelen ayak sesleri gibi. Eğer ona kulak verir ve estiği zaman açacak geniş bir yelken bulabilirsem, beni çok yeni ufuklara taşıyabilirdi. Eğer ona kulak tıkar ve diretirsem, gücü altında savrulup gidebilirdim...

Özellikle böyle dönemlerde işe odaklanmakta zorlanıyordum. Seyahat etmek bir seçenekti elbette ama esas ihtiyacım olan sessizce düşünmek için bir alan bulmaktı. Sonunda kısmen rahat bir haftanın bitiminde, hayatımda ilk kez sadece kendim için işten bir gün izin almaya karar verdim.

Sabah erkenden hevesle uyandım. Kendime ayırdığım günün her saatini keyifli geçirmek istiyordum. Biraz spor yaptım ve ardından oturduğum yere bir saat mesafedeki göle gitmeye karar verdim. Ağaçların arasında gezinmek, durgun suyu izlemek ve doğayı dinlemek zihnimi biraz daha sakinleştirdi. Zaman zaman kafamda döndürüp durduğum kitap yazmak fikri bu durgunluk sırasında önüme yeniden çıkınca biraz şaşırđım. Fikir güzeldi elbette, ancak yazmak için gerçekten ilgimi çeken bir konuya ve araştırmak için kaynaklara ihtiyacım olacaktı. Uzun ve meşakkatli bir süreçti. Yine de içimdeki ses bana doğru yolda olduğumu söylüyordu.

Güneş inmeye başladığında çarşıya uğramaya karar verdim. Şehrin merkezindeki bu eski çarşıda her şeyi bulmak mümkündü, mutfak malzemeleri, antikalar, çeşitli tekstil ürünleri ve elbette Alie'nin ne zaman gelse uğradığı mis kokulu aktar. Çeşit çeşit malzemenin dizildiği labirent

koridorlarının arasında gezinmek insanı başka bir evrene sürüklüyor ve gördüğü her şeyi almaya teşvik ediyordu. Sanki sihirli karışımlar yapan bir büyücüymüşüm gibi... Elbette dayanamadım ve birkaç bitki çayı, kurutulmuş çiçek ve uçucu yağ aldım. Belki bu malzemelerle Alie'ye gidersem benim için bir şeyler hazırlayabilir diye düşündüm.

Akşamüstü Alie'nin evine giden çakıllı yolu takip ederek yazın coşkusuyla yeşermiş ve adeta küçük bir ormana dönüşmüş egzotik bahçesinden geçtim. Yol boyunca küçük lambalar dizmişti, yaydıkları sıcak ışığı takip ederek eve vardım. Kış bahçesindeki klasik koltuğuna yerleşmiş, fonda çalan eski İspanyol ezgileri eşliğinde kitap okuyordu. Yanındaki tezgâha dizdiği mumlar odayı aydınlatıyordu, her zaman elinin altında tuttuğu kıvrımlı karışım şişeleri ve bir de not defteri vardı. Beni görünce gözlüğünü indirdi ve gülümsedi. Elimdeki torbaya bakıp merakla göz kırptı. "Sana aldım!" dedim. Sevindi. Hızlı adımlarla karşısındaki koltuğa, her zamanki yerime bağdaş kurup, hevesle torbayı kucağıma yerleştirdim. "Bugünü kendime ayırmıştım ve bil bakalım!?" Şaşkın şaşkın kafasını sallıyordu. "Çarşıya uğradım ve senin dükkândan birkaç malzeme aldım!" dedim. O zaman gözlerini büyüterek "Yaaa öyle mi? Haydi göster bakalım neler aldın?" dedi.

Onun gibi bitkilere meraklı olmam hoşuna gidiyordu. Alie yalnızlığı tercih eden ve yüksek yaratım gücüne sahip bir kadındı. Küçüklüğümden beri bu verandada koşmak, oturmak, sığınmak bana huzur veriyordu. Onun masallarını dinlemeyi ve sihirli karışımlarını denemeyi seviyordum. Bugün yine huzur bulmak için gelmiştim. Teker teker malzemeleri önümdeki sehpa dizmeye başladım. "1'er parça kurutulmuş mürver çiçeği, aynısefa çiçeği, papatya,

sonraaa jojoba yağı, hindistancevizi yağı, lavanta yağı ve biraz da ıtır yağı aldım.” Keyif ve heyecan karışımı küçük bir oh çekti. Sonra da ellerini ovuşturarak “Planımız nedir?” diye sordu. Aslında bir plan yapmamıştım ancak niyetimi biliyordum. Bana ilham gerekiyordu!

Alie malzemeleri alıcı gözle inceledi ve sanki burnu ona tüm yanıtı verecekmiş gibi dikkatle kokladı. Kendi yaptığı lavanta ve hindistancevizi yağlarını kullanmaya, kurutulmuş çiçeklerden bazılarını yine kendi topladıkları arasından seçerek eklemeye karar vermişti. Aldıklarımı da ziyan etmememi ve karışımı öğrenince, kendim başıma yaparken kullanmamı istedi. Hemen başlarız diye bir hevesle bekliyordum fakat doğru gün bugün değildi. Bu karışımı gökyüzünde dolunayı gördükten 2 gün sonra yapmamız gerektiğini söyledi.

Hazırlayacağımız karışım şifalı bitkilerden oluşan sihirli bir vücut yağı olacaktı. Bu yağın özelliğini sorduğumda bana “Gorgon kız kardeşleri biliyor musun?” diye sordu. Kafamı hayır anlamında salladım. “Bu kız kardeşler Phorcys ve Ceto adında deniz tanrıalarının çocuklarıdır. Biri hariç hepsi ölümsüzdür. O biri de kim?” Bana muzur bir ifadeyle baktı ve yaklaşmak için eğildi “Medusa!”

Bu sırada içeriden fırının biten süresinin çınlaması duyuldu. O zaman hemen ayaklandı ve birazdan devam edeceğini söyleyerek mutfağa girdi. Etrafıma bakındım ve keyiflenen bir kedi gibi geriye doğru kollarımı uzatarak gerindim. Bu huzurlu ve bir o kadar da sürpriz masallarla dolu kış bahçesinde olmayı seviyordum. Haftanın iş yoğunluğu ve hafta sonunun curcunasından kaçtığım bir

gün geçirmek, hayattan bir gün alabilmek bana çok iyi gelmişti. İnsan izin almak için ille de kendine özel bir sebep yaratmak zorunda değildi.

Ben düşüncelere dalmış bahçeyi izlerken Alie elinde geniş bir tepsi ile içeri girdi. Mis gibi gl ayı ve yanına da ilekli kremalı turta yapmıştı. Dumanı üzerinde tepsinin kokusu odayı sardığında biz de elimizde tabaklarımız, sihirli tarif için hazırdık.

“Medusa, mitolojinin aman vermez ünlü yaratığı. Saçları yılan, gözleri ölüm saçan korkunç canavar... Elbette bu kadın ömrü boyunca bir yaratık değildi. Bildiğimizin ötesinde hem güzel hem de gleri olan bir geniş kadındı.

Dünyanın tüm denizlerine hükmeden babaları sayesinde bu üç kız kardeş hem suyun altında hem de karada nefes alabiliyorlardı. Medusa lmlyd ancak kardeşlerine bahşedilmeyen bir glere ve sihir yeteneğine sahipti. Bununla birlikte onlardan çok daha güzel ve çok daha iffetliydi.

Kız kardeşler ne zaman ki 16 yaşına bastılar ve okyanusların derin sularını keşfetmeye başladılar, Phorcys endişelenir oldu. Onu esas korkutan şey bir gün birilerinin Medusa’yı kaçırması ve kızının canı karşılığında krallığını tehdit etmesiydi. Onurunu ve kızını korumak ğruna büyük bedeller ödemek istemiyordu.

Sonunda bu düşünce öylesine canını sıktı ki kızı 17 yaşına basarken onu Ege Deniz’inin ortasında, kayalık kıyılarına güçlü dalgaların vurduğu ve uurumlarında sert rüzgarların estiği bir adaya bıraktı. Bu ada her ne kadar uzaktan ürkütücü ve tekinsiz görünse de uçurumların bittiği yerde, gözlerden uzakta yemyeşil ormanlar, ekler, nehirler,

adeta cennet bahçeleri saklıyordu. Ada 3 güçlü cadı tarafından korunuyordu. Moirae kardeşler. Bu kardeşler kehanet gücüne sahiplerdi ve büyüler konusunda bilge kadınlardı. Medusa bu kadınlar tarafından yetiştirildi. Karışımlar, bitkiler ve çeşitli sihirler konusunda iyice ustalaştı. Hem güzel hem de güçlü bir cadı haline geldi. Kardeşlerin en büyük yetenekleri kehanette bulunmak olduğu için Medusa büyüdükçe geleceğe dair plan yapmadan yaşamayı öğrendi. Anlık kararlar vererek hareket ettiğinde cadılar ona karışmıyordu. Yoksa daha planladığı şeye kalkışmadan onu buluyor, ya bir ceza veriyor ya da evine kapıyorlardı. Aklından geçirmemeye uğraşsa da bir gün bu adadan kaçmanın hayaliyle yaşıyordu.

Öyle bir büyü yapmalıydı ki ona yolu gösterebilir, plan yapmadan anlık kararlarında bile onu doğru yönlendirmeyi başarabilir. Çünkü bir plan yaparsa ve cadılara yakalanırsa büyük bir ceza alabilirdi. Daha evvel kaçmaya ne zaman niyetlense onu evine kapamışlar hatta bir seferinde, suyun altında nefes alabildiğini bildikleri için ayağından gölün dibine zincirlemişlerdi. Daha riskli ve denenmemiş bir yöntem kullanacaktı. Yapacağı büyüün en önemli kısmı niyetti. Eğer zihnini niyetine, bu fikre inandırabilirse başarabilirdi. Fakat niyetini güçlendirmek için nasıl bir büyü yapması gerektiğini bilmiyordu. Cadılar Medusa'ya pek çok karışım öğretmişlerdi. Günün bir kısmını seranın içerisindeki bitki atölyesinde geçiren Medusa, 15 yılda usta bir simyacı olmuştu. Her günü bahar mevsimi gibi geçen, nehirleri kurumayan, topraklarında her türlü çiçeğin yetiştiği bu ada bazen bir distopyayı andırıyordu. Zaman zaman misafirler gelirdi, korsanlar ya da kehanet sormak isteyen yabancılar. O zaman cadılar Medusa'yı saklar ve sadece uzaktan izlemesine izin verirdi. Yıllardır kimseyle

iletifim kurmamiffti. Sırf bu nedenle bazen kaşmaktan bile korkuyordu. En fazla 18 yaşında gösteriyordu ama yıllar akmifft ve otuziki yaşına gelmişti. Bu korunaklı adada sonsuza dek yaşayabilirdi fakat sırf ölümlü olduğu için saklanarak geçecek bir yaşam istemiyordu. Aşık olmak istiyordu, gezmek istiyordu ve kardeşlerini merak ediyordu.

Bir akşam, saat gece yarısına henüz yaklaşırken 3 cadı hamamda toplandılar. Mırılıtlı dualar eşliğinde mumlar yaktılar ve vücutlarını, tatlı kokusuyla etrafı saran yoğun bir yağ ile kapladılar. Ritüelleri bitip sakinleştiklerinde sessizlik adımlarla bahçede toplandılar ve Medusa'ya evinden ayrılmamasını tembihlediler. Ancak Medusa o anda bu yağın işine yarayabileceğini anlayarak hamama geri dönmeye ve cadılardan arta kalan yağ Őifşelerini almaya karar verdi. O sessizce geri dönerken karanlığın içinde çarşaflara bürünen üç kadın yan yana dizildiler ve uzaklardan gelen misafirlerini yıldızlarla kaplı gökyüzünün altında karşıldılar. Ay bir gece ardından doğacaktı bu nedenle alacakaranlık hakimdi. Üç kadın, ışık kaynağı olmamasına rağmen gümüşi parlayan zırhlı elbisesi ve güçlü vücuduyla ilahi bir varlığı andıran bu adamı sunaklarına götürdüler. Cadılar normal ziyaretçileri asla kutsal sunaklarına gtrmezlerdi. Burada hem güçlüleri artıyor hem de transta oldukları süre boyunca savunmasız kalıyorlardı. Kehanetleri, sadece yazıldıkları günde okunabilen kumaş parçalarına işlerlerdi ve cadılara danışan ziyaretçiler fazla beklemeden adadan ayrılırlardı.

Adam istediği kehaneti duydu mu bilinmez ancak geldiği gibi hızla ayrıldı. Medusa da bu sırada hamamdan evine dönüyordu ve yolda cadılarla karşılaştı. Uuşan arşaflarının içinde adeta ruhani birer varlığa dönüşmüşlerdi; yüzleri karanlık, saçları duman ve elleri

sisle kaplanmıştı. Trans halinde yan yana duruyorlardı, Medusa sessizce önlerinden geçerken başlarıyla onu takip ettiler.

Ertesi sabah her gün kadar normaldi ve birkaç gün daha... Cadılar Medusa'ya kızmamışlardı. Belki de trans halinde onu fark etmemişlerdi veya Medusa'nın kaderinde yazan bir gerçeği görmüşlerdi. Bunu önemsemedi ve aldığı şişelerdeki karışımın malzemelerini çözümlemek için araştırmaya başladı. Yeterli bilgiye eriştiğinde malzemeleri birleştirmek üzere bir ritüel gerçekleştirdi ve bir karışım hazırladı. Bu karışım ona sahip olmadığı kehanet gücünü verecekti, ona doğru yolu gösterecek içgüdüleri güçlendirecekti.

Böylece Medusa bu yağlı haftalar boyunca kullandı. Her hamam sonrasında sürdü ve niyetinin gücüne inana kadar aynı ritüeli tekrarlardı. Bir gece karanlığın içinden uğuldayan bir baykuşun sesiyle aniden uyandı. Bu bir çağrı gibiydi, hızlıca kalktı ve tek göz odasından bahçeye açılan kapısını aralayarak etrafı kontrol etti. Sakin, alacakaranlık bir geceydi. Cadıların evleri sessiz ve karanlık, zihinleri derin bir uykudaydı. Sessiz adımlarla durmaksızın bahçeyi geçti ve uzaklaşınca ayaklarının onu götürdüğü yere doğru koşmaya başladı. Uzunca bir süre sonra karşısında keskin yükselen uçurumu ve ardında uzanan denizi gördü. Hazırladığı karışımın etkisine güveniyordu bu nedenle bir saniye bile düşünmeden kendini uçurumdan aşağı bıraktı. Buz gibi dalgaların arasına daldı ve denizin derinliklerinde yeniden gözlerini açtığı anda ölmediğini fark etti. Bir saniye bile oyalanmadan var gücüyle yüzmeye başladı.

O ilerlerken vücudu tuzlu suyun etkisiyle birlikte değişmeye başladı; derisi gümüşü pullarla kaplandı, kolları

yüzgeç ve bacakları kuyruğa dönüştü. Artık cadılar onu yakalayamazdı, suyun altındaki dünya karada yaşayan canlılara göre değildi. Yine de sığınacak bir yer bulana kadar ve kendine bir koruma iksiri hazırlayana kadar nereye gideceğini planlayamazdı. Bu nedenle kaderinin onu götürdüğü yere varana kadar, durmaksızın saatlerce devam etti.

Sonunda gemilerle karşılaşınca yüzeye yaklaştı ve gözlerini sudan çıkararak sessizce etrafını izledi. Burası bir şehirdi. Ancak henüz gün bile doğmamışken insanlar derin bir uykudaydı. Bazıları erkenden uyanmış balık ağlarını hazırlıyor, bir kısmı sokaklarda, yerlerde ve iskelede sızmış yatıyordu.

Sessizce kumsala ayak bastı, kuyruğu ve yüzgeçleri kaybolurken temkinli adımlarla sudan çıktı. Cadılardan öğrendiği sözleri mırıldanarak rüzgâra karıştı, insanların arasından görünmeden geçti. Güvenli bir yer bulana kadar da durmadı ve sonunda Athena'nın tapınağına vardı.”

Soluksuz bir şekilde Alie'yi dinliyordum. Bir nefes molası verdi ve “Eh hikâyenin gerisi malumun...” diyerek bana baktı. Bakışlarımdan bilmediğimi anlamış olacak ki gülümsedi. “ Athena Medusa'ya acıdı ve bu yetenekli cadıyı koruması altında aldı. Tanrıça egosu yüzünden Medusa'yı aşağı görüyordu. Yarı tanrıça bu kadın sırf ölümlü olduğu için bile zavallıydı. Ancak bu koruma Medusa'yı gözlerden uzak tutmaya yetmedi. Athena'nın kocası Poseidon, kimi zaman tapınağa uğruyor ve karısını görmek bahanesi ile Medusa'ya yaklaşıyordu. Onun güzelliği karşısında büyülenmişti ve içten içe bir ölümlüye duygular beslediğini reddetmeye çalışsa da ona âşık olmuştu. Duyguları karşılıksız değildi ancak Medusa iffetli bir kadındı ve Athena'ya asla ihanet etmezdi. Burada

şehrin kalabalığında ve denizin sessiz maviliğinde onun sayesinde korkusuzca gezebiliyordu. Fakat Poseidon tanrılara özgü bir ruha sahipti. Egosu da kibri de kendi gibi büyüktü. Bu nedenle bir gün Medusa hamamdayken gizlice yanına sokuldu ve ona sahip oldu. Athena'nın haberi alması pek uzun sürmemişti ve yaşananlar yüzünden Medusa'yı suçluyordu. Sonunda kıskançlık içini öylesine yaktı ki Medusa'yı saçlarında yılanlar olan, teni pullarla kaplı ve gözleri baktığı her erkeği taşa dönüştüren bir canavara dönüştürdü. Medusa bir kez daha korku içinde denize kaçmak zorunda kaldı. İnsanlardan uzakta, dalgaların arasında kendine kayalardan bir ada inşa etti ve içine sığındı. Öfkeli ve mutsuz bir kadına dönüşmüştü. Bir süre sonra Medusa'nın taşa dönüştürdüğü adamların haberi etrafa iyice yayıldı. Yıllar sonra kardeşleri ilk kez onun izini bulduklarını anlayınca, Medusa'yı aramaya koyuldular. Ne yazık ki onlar da bu lanetten paylarına düşeni almışlardı ve Athena onları da Medusa gibi birer canavara dönüştürmüştü. Fakat Athena'nın öfkesi dinmiyordu. Bir gün Zeus'un oğlu Perseus'un yani üvey kardeşinin Medusa'nın peşine düştüğünü öğrenince onunla iş birliği yapmaya karar verdi. Perseus Athena'nın yardımını sayesinde Medusa'yı öldürdü ve kafasını da saklayarak bir silaha dönüştürdü. Kısaca böyleeee..."

Çayından son yudumunu aldı ve arkasına yaslandı. "Medusa güçlü bir cadıydı. Daha da önemlisi akıllı bir kadındı. Onun Moirae kardeşlerden çaldığı yağı birlikte yapacağız ve senin niyetine odaklanmana yardım edeceğiz." Heyecanlıydım...

İki gün sonra yeniden bahçesinde buluştuk. Alie'nin bahçesinde topladığı bitkileri depoladığı küçük bir kulübesi vardı. Kulübeden birkaç eşya alıp önce birlikte malzemeleri hazırladık.

- 1 parça kurutulmuş mürver çiçeği,
- 1 parça kurutulmuş aynısefa çiçeği,
- 1 parça papatya,
- 1 çorba kaşığı jojoba yağı,
- 5 çorba kaşığı hindistancevizi yağı,
- 5 damla lavanta uçucu yağı ve 4 damla da ıtır uçucu yağı
- 1 orta boy tencere
- 1 ısıya dayanıklı kavanoz (hava sızdırmaz kapağı ile) ve 1 koyu renkte saklama kavanozu
- 1 tülbent

Malzemelerimizle birlikte mutfağa geçtik. Önce hepsini masaya dizdi. Sonra da bana dönerek “Bu bitkileri tercih etmenin bir nedeni var. Özelliklerini hatırlıyor musun?” Kendimden emin bir şekilde tezgâhın yanındaki tabureye oturdum. “Lavanta, hava elementinin özelliklerini taşıyor, maskülen kategoriye ait bir bitki. Onu sükûnet ve dinginlik için tercih ettim. Lavanta özellikle arındırmak için kullanılan bir malzeme ve ben onunla zihnimi arındırmak istiyorum.” Sonra uzandım ve aynısefa çiçeklerini elime aldım. “Bu çiçekler özellikle dolunayda toplanmış. Ateş elementine ait bir bitki ve pek çok özelliği yanında onu aslında kehanet gücü sebebiyle tercih ettim. Bana yol göstermesini istiyorum.” Alie öğrettiklerini hatırlamamdan fazlasıyla memnundu. Bana papatyaları gösterdi. “Onları aslında sakinlik ve arındırma özelliklerini bilsem de para ve

bereket için aldım. Niyetimin bana maddi özgürlüğümü de kazandırmasını istiyorum.” Bu derinlikte düşünmemi beklemiyordu anlaşılın, kaşlarını kaldırarak “Harika bilgiler!” dedi. Sonra bize birer kahve yaptı ve anlatmaya başladı. “Bu maalesef yapması biraz uzun süren bir karışım. Ancak hakkını verebilirsen etkisini artırabilirsin. Öncelikle tüm kurutulmuş bitkileri bir havanda döveceğiz. Bu, bitkilerin yağ ile bütünleşmesini kolaylaştıracak. Ardından yağları ve bitki tozunu ısıya dayanıklı kavanozumuzu ekleyerek karıştıracağız. En son üzerine ekstra hindistancevizi ve jojoba yağı ekleyebiliriz. Böylece karışım bu katmanın altında kalacak. Hazır olunca kavanozun kapağını sıkıca kapıyoruz ki hava almasın. Artık karışımımızı ısıtmaya hazırız! Suyu tencerede 43 derecede kalacak şekilde ısıtacağız. Benim ısıyı ölçmek için termometrem var ama sen de evde yapmak için kendine bir tane alabilirsin. Isı bu derecenin üstüne çıkarsa karışım yanar ve etkisi kaybolur, altında kalırsa hem süresi uzar hem de bitkilerin özünü tam olarak alamayız. Kavanozumuzu tabanı tencereye değmeyecek şekilde suyun içine yerleştireceğiz ancak en önemlisi, kavanozun içine su kaçmaması. Bir damlası bile karışımı bozacaktır, bu nedenle dikkatli olmamız lazım. Sonra sıra beklemeye geliyor. Bu süre boyunca tencerenin başında durman lazım ki içindeki su bittikçe ekleyesin. Çünkü kavanozu yaklaşık 6 saat ısıtacağız.” Dikkatle onu dinlerken bana verdiği kâğıda notlarımı alıyordum.

Kış bahçesine küçük bir ocak kurdu. Kahvelerimizle birlikte koltuklarımıza yerleştik. “Gel gelelim en önemli kısma!” dedi ve bana baktı. “Ben sana sadece yol göstereceğim. Konsantre olması ve hazırlığı baştan sona yapması gereken sensin. Niyetine odaklan ve her adımda onu tekrarlayarak karışımı hazırla. Tam 6 saat boyunca bu

niyeti tekrar ederek hazırlığına odaklanman gerekiyor. Bunun için belki bir tekerleme veya şarkı yazabilirsin. Senin için en kolay nasıl olacaksa...” Daha bana anlatırken heyecan ve hevesle malzemeleri incelemeye başlamıştım.

Odaklandım ve kendimi sözcüklerin akışına bırakarak adım adım söylediği her şeyi yaptım. 6 saat boyunca nasıl odaklanacağımı bilmiyordum ancak Alie bana yol gösteriyordu. Güzel bir müzik açtı ve birlikte yarattığım şarkıyı tekrar tekrar söyledik. Onu bitkilere, kavanoza ve karışımın her adımına fısıldadık. İçimde yükselen enerjiyi hissedebiliyordum, tüylerim diken diken olmuştu.

Akşam hava kararıp yıldızlar parlamaya başladığında ocağın ve mumların ışığı altında gökyüzünü izlemeye koyulduk. Niyetime odaklanabilmem için bana bir tesbih verdi. Karışım, yükselen ay geceyi aydınlatmaya başlamadan hazır olacaktı. Süre bittiğinde ocağın altını kapadık ve yağlı dinlenmesi için bir havluya sararak kaldırdık.

Yorgun düşmüştüm. Bu arada bizim için hazırladığı yemekleri getiren Alie “Bugün çok başarılı bir karışım hazırladın. Biraz yemek yiyip dinlen ve yarın akşam yağlı paketlemek üzere yine burada buluşalım olur mu?” derken bana gurur dolu gözlerle bakıyordu. Mutluydum, inanması güçtü fakat şimdiden kitabım için birkaç fikrim vardı. Yemeğimi yedikten sonra evime döndüm ve deliksiz bir uyku çektim.

Ertesi akşam karışımı bitirdiğimiz saatlerde, ay yavaş yavaş yüzünü gösterirken kış bahçesinin kapısını çaldım. Elinde kavanoz ve tülbentle birlikte geldi. “Hoş geldin!” dedi. Biraz oturduk ve sohbet ettik. “Şimdi son aşamada

bu yağı paketleyeceğiz ve her duş sonrasında vücuduna nemlendirici krem gibi uygulayacaksın. Önce karışımı tülbent içinden süzerek yağı temiz bir kavanoza dolduracağız. Bunu da yine sen yapmalısın, niyetini tekrar etmeli ve karışımı iyice sıkarak yağını süzmelisin.”

Masasına dizdiği renkli şişelerden birini bana verdi ve yağı bu şişede saklamamı söyledi. Buzdolabında 2 yıla kadar muhafaza edebileceğimi ancak bu tipte karışımları yıllarca saklamanın etkisi bağlamında pek yararı olmadığını anlattı.

Yağı bir hafta kadar kullandım. Her duş ardından hem güzel kokusu hem de nemlendiren özelliği ile ruhumu okşuyordu. Onu sürerken niyetimi tekrar ediyordum. Bazı günler duş yapmasam da ellerini yıkadıktan sonra yatmadan ellerime sürüyordum. Niyetimi hatırlamak ve her gün kısa bir ritüel gerçekleştirmek hoşuma gitmişti. Henüz bir hafta kadar olmuştu ki bir gün işten eve döndüğümde dinlenmek için verandada uzanırken fikir aklıma geldi. Alie'nin tariflerini yazacaktım. Bana öğrettiklerini ve nasıl uygulanması gerektiğini anlatacaktım.

Bu işten hem keyif alabilir hem de öğrendiklerimi uygulama fırsatı bulabilirdim. Fikrimi Alie ile paylaşınca çok sevindi ve bana tüyolar konusunda yardımcı olmaktan mutluluk duyacağını söyledi. Hızlıca paylaşabileceğimiz tarifler üzerinde çalışmaya başladık.

Bu bir vücut yağı tarifiydi ve aslında Alie'nin sihirli tariflerini anlatmama ön ayak olan ilk karışımın hikayesi... İlham vermesi dileği ile!

Alie'nin Sihirli Simit Tarifi

Alie harika bir insandı. Onunla tanıştığımda henüz küçücük bir kız çocuğuydum. Anneannemin evinde kaldığım zamanlarda Alie'ye komşuculuğa gider, rengarenk bitkilerinin arasında gezinmekten ve her zaman güzel kokan mutfağında vakit geçirmekten büyük keyif alırdım.

Alie kız kardeşi ile yaşayan bekar bir kadındı. Bir sürü masal bilirdi ve çok ilginç ritüelleri vardı. Mesela yeni yılda içip ardından dilek dileyeceğimiz bir likör hazırlamıştık. Her şeye sihirli bir dokunuş yapmayı bilirdi. Bahçesindeki meyvelerini hasat ettiği özel günler hatta saatler, bitkilerini ekerken söylediği şarkılar ve muhteşem lezzetli tarifleri vardı.

Her zaman bir şeyler üretmeyi severdi veya eski eşyaları tamir etmeye vakit ayırırdı. Bunun kafasındaki düşünceleri düzenlemek ve kendini dinlemek için en iyi fırsat olduğunu söylerdi. Ben de şimdi paylaşacağım bu lezziz simit tarifini aslında böyle bir günde öğrendim.

Serin bir sonbahar gününde, öğlene doğru artık işe konsantre olamıyordum ve daralmaya başlamıştım. Kafamdaki soru işaretlerine yanıt vermeye, düşüncelerime netlik kazandırmaya çalışıyordum. Hani insanın kafasında bin tilki gezer bininin de kuyruğu birbirine değmezmiş ya. Öyle bir gündü. Biraz sohbet etmek ve bir kahve içmek için kapısını çaldım. Şansıma evinin terasında çay içiyordu. Beni görünce sevindi. Ona düşüncelerimi toparlamak için molaya ihtiyacım olduğunu söyledim. O zaman beni o girmeyi hep çok sevdiğim mutfağına davet etti.

“Mutfaklar yemek hazırlamak içindir değil mi?” dedi ve ekledi “Fikirler de aslında yemek yapmaya çok benzer bir süreçten geçerek zihnimizde oluşurlar. Aynı yemek için doğru dengede malzemeleri karıştırdığımız gibi düşüncelerimizi de takip ederiz ve bir karışım hazırlarız. Bu karışımdan fikirlerimiz doğar. Hamurun dinlenme ve pişme aşamalarını düşün. Düşüncelerin bir fikir yarattığında da onu bir süre nadasa bırakır boşlukları görürsün ve hayata geçirmek aşaması geldiğinde onu pişirirsin. Haydi gel şimdi, seninle derdimize derman olacak güzel bir simit hazırlayalım!”

Öncelikle içi yumuşak ve dışı çıtır çıtır bir simit için 1 + $\frac{3}{4}$ su bardağı ılık su ve 1 su bardağı ılık sütü karıştırıyoruz. Bu karışıma bir de 1 çay kaşığı toz şeker ekleyip eritiyoruz. Bu mayanın beslenmesi için muhteşem bir ortam yaratıyor. Ardından 1 tatlı kaşığı kuru maya alıp bu karışımın içerisine döküyoruz ve üzerinde baloncuklar oluşana kadar karıştırıyoruz. Bu baloncuklar mayanın çalışmaya başladığını gösteriyor.

Şimdi 4 + $\frac{1}{4}$ su bardağı unu alıyoruz ve metal bir kevgirden geçirerek pürüzsüz hale getiriyoruz. İçerisine 1 tatlı kaşığı tuz ekleyip şöyle bir karıştırıyoruz ve ardından tam ortasında bir delik açıyoruz. Bu deliğe mayalı karışımımızı döküyoruz ve bir çatal yardımıyla yavaş yavaş dışarıdan içeriye doğru unu maya ile nazikçe karıştıracağız. Karışımımız homojen hale gelince üzerine nemlendirdiğimiz yağlı kağıdı kapayıp, onun da üzerine mutfak bezi örtterek dinlenmeye bırakıyoruz.

Kendimize güzel bir kahve yapıyoruz ve 1 saat kadar karışımı iyice dinlenmesi ve tabii ki mayalanması için bırakıyoruz! Maya görevini yaparak bu karışıma hayat

verecek ve pofuduk bir hamura dönüŖecek. Ona zaman tanımamız lazım.

Bu kısma geldiğimizde beni evinin önündeki terasa geri götürdü ve bize birer kahve yaptı. Hazır önümüzde vakit varken mutfağa geri dönmeden bana tatlı bir masal anlattı.

“Yüzyıllar evvel uzak diyarlarda bir ulak yaŖarmıŖ. Bu ulak kralın emrinde çalıŖmıŖ ve diğeri bir yana kralın en güvendiğı hizmetkârlarından biri olarak her zaman önemli haberleri bizzat kendisi taŖırmıŖ. Hem dakikmiŖ hem de çok pratik zekalı, hem yolları çok iyi bilirmıŖ hem de karşılaŖacağı insanları.

Kral birgün uzak diyarlarda yaŖayan kardeŖine çok önemli bir mektup göndermek istediğini ve mektubu sadece bu çok güvendiğı ulağına emanet edebileceğini söylemiŖ. Ulak bu haberi duyunca büyük bir gurur ve hevesle kralın karşısına çıkmıŖ ve mektubu teslim alarak derhal yola koyulmuŖ. Fakat yol maalesef haritada görüldüğü kadar kolay değılmıŖ. Kısa görünmesine rağmen ulağın aşması gereken bir sürü dağ, engebeli yol, uçurumlar ve hatta balta girmemiŖ ormanlar varmıŖ. Bunun üzerine ulak, mektubu asla doğru zamanda götüremeyeceğini anlayınca hemen Ŗahin besleyen arkadaŖına gitmiŖ. ArkadaŖı ona yardımcı olabileceğini ve mektubu tam zamanında kralın kardeŖine ulaŖtırabileceğini söylemiŖ. Ulak cebindeki tüm altınları arkadaŖına vermiŖ ve mektubu Ŗahinin kanadında dağların ardındaki saraya göndermiŖ.

Gel zaman git zaman Ŗahin bir türlü geri gelmemiŖ. Kralın kardeŖinden haber bekleyen ulak da bu nedenle bir türlü saraya geri gidemiyormuŖ. Fakat bir sıkıntı olduğunu düşünerek aradan 5 gün geçince ulak artık saraya geri

dönmeye ve cezası ne ise çekmeye karar vermiş. Vardığında bir de ne görsün, kralın kardeşi sarayda! Mektubu taşıyan şahin de yanında.

Kral ulağı görünce sinirlenmiş ve mesaj yerine ulaşmış olsa da bir kuşun kanadında göndererek güvenini kırdığı için onu zindana atmış.

Ulak zindanda, gözleri küçücük penceresinin parmaklıklarında sonunu bekliyormuş. Her gün kralın yemek artıklarını yemek zorunda kalıyor, çoğunlukla kendisine gelene kadar biten artıklar yüzünden aç kalıyormuş. Bir gün üzerinde et olmasa da arta kalan tavuk kemiklerini önüne atmışlar. Akli pratik şeylere iyi çalışan ulak da bu kemiklerden bir anahtar yapmış ve saraydan kaçmayı başarmış.”

Masalı burada bitirdi ama simit tarifi henüz bitmedi!

Şimdi, yağlı kağıdı kaldırdığımız anda önümüzde hala bir miktar yapışkan ve sıvı kalmış bir hamur bulacağız. Onu azar azar unlayarak daha az yapışkan bir hamur haline getireceğiz ki sonrasında şekil verebilelim. Bunu yaparken hamura nazikçe masaj yapacağız ve homojen bir karışım elde etmek için hamuru aynı çarşaf gibi katlayarak yoğuracağız. Sakince ve sabırla... Sonuca odaklanmadan süreçten ve üretmekten keyif alarak. Eğer hamurumuz biraz daha kıvam aldıysa onu biraz daha dinlenmesi için yaklaşık bir 20 dakika tekrar mayalanmaya bırakalım. Hamurun bekledikçe kabardığını göreceksiniz.

Bu sırada fırınımızı tam 220 dereceye ayarlayalım. Eğer çok hızlı pişiren bir fırınsa mesela bu derece 200 de olabilir.

Şimdi sırada lezzetlendirmek için hazırlayacağımız malzemeler var! Önce yassı bir tabak içerisinde ½ su bardağı üzüm pekmezi ve 1 yemek kaşığı suyu karıştırıyoruz. Ardından 1 orta boy kase susamı tavada kızarana kadar döndürüyoruz ve renkleri değişince soğumaya bırakıyoruz.

Hamurumuz hazır olunca onu 10 eşit parçaya böleceğiz ve bu parçaları da halkalara dönüştüreceğiz. Daha yaratıcı olmak istersen simitlerine farklı şekiller de verebilirsin! Ardından her bir parçayı pekmezli suya bandırıp üzerine susamlarımızı koyacağız ve tepsimize dizeceğiz. Muhteşem!

Şimdi sıra pişirmeye geldi! Hazırladığımız simitleri fırında 20 - 30 dakika kızarana kadar pişiriyoruz ve bu sırada tabii ki lezzetli bir sofraya için yancılarımızı hazırlıyoruz. Güzel bir çay demleyelim! Varsa biraz reçel ve peynir de keyifli olabilir.

Günün sonunda lezzetli bir atıştırmalığın tadını çıkarırken mutlu hissedeceğiz.

Alie ile terasta oturup simitlerimizi yerken sonunda gülümsemeye başladığımı görünce o da mutlu oldu. “Ellerin ve zihnin üretmeye ihtiyaç duyar. Üretmek kalbini özgür kılar. Bunu bazen karmaşık konuları çözmeden önce en basit haliyle yapmak gerekir yani sadece mutfağa girip güzel bir yemek yaparak veya eski kıyafet, eşyalarımızı tamir etmeye vakit ayırarak. Basit bir yemek tarifi bile zihninde karmaşık konuların çözülmesine de ışık tutar!” dedi. Bu tatlı mola beni mutlu etmişti. Bir şeyler üretmek kabimi rahatlatmıştı ve zihnimdeki bulutların dağıldığını hissediyordum.

Bu nedenle Alie'nin önerisini sık sık uygulayım. Size de şiddetle tavsiye ederim!