



M. A. AKŞİT Koleksiyonundan/Collection

**Duygu**

**6**

## **Su Algısı, Duygularımız \***

**M Arif AKŞİT\*\***

*\*Duygu algılarının su için yorumlanması.*

*\*\* Prof. Dr. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları, Neonatoloji Bilim Dalı, Pediatri Genetik*

**NOT:** *Bu Makalenin anlam olarak İngilizce irdelenmesi şiirler içindedir.*

*Vücudumuzun yarısından fazlasını oluşturan su olması ötesinde, devamlı alıp, verdiğimiz bir maddedir. Her yerde olan sının kapsamı farklıdır, ancak aldığımız su kapsamı daha yalındır. Bu su, bir fizyolojik boyut ile kapsamı değişerek oluşmaktadır.*

*Her canlının bir su algısı vardır, yaşam ötesi, su bir duygu bütünlüğü oluşturmaktadır.*

*Bu Makalede su algılarını, duygularını şiirsel olarak sunmaktayım.*

**H**omo sapiens, sapiens tüm canlılar gibi, su alması gerektiğinin bilincindedir. Bu açıdan susuz kalmamak için, suyu bulamayacağı yere de götürmektedir. Her bireyin kendisine göre bir beğenisi ve hayranlığı olmaktadır.

Bu makalede, duyuların tipleri, çeşitleri ve dokümanı yapılarak, bunların suya göre yapılanması, şiirsel olarak öngörülmektedir.

### **Özet**

#### **Su Algısı; Duygularımız**

**Amaç:** İnsanların vücudunda en büyük oranda olan su, aynı zamanda günlük alım ve çıkarım ile devamlı bir denge içinde bulunur. Bu makalede yaratılış olarak su kavramı üzerinde durulacak, duygularımız boyutunu da şiirsel olarak vurgulanmaktadır.

**Dayanaklar/Kaynaklar:** İnternet boyutu ile duygu ve su konusu işlenmektedir. Wikipedia genel anlamda duygu boyutu ile alınmış, geniş bilgi olması açısından İngilizce olan kullanılmıştır.

**Giriş:** İnsanların duygularının tek yönlü olduğu, sevgi boyutunun çeşitli yapılanması ile 6-8 adet tanımlanarak ortaya konulduğu vurgulanmaktadır.

**Genel Yaklaşım:** Duygu boyutu olarak sunulanlar: **Mutluluk, Üzüntü, Korku, Şaşkınlık, Öfke, İlgi, İğrenme, Utanç** sunulanların, temelde sevgi boyutunun farklı sunumları olarak görülmektedir.

**Başlıca boyutlar:** Her birey, suç yapması, zarar ve zulüm oluşturması, yasak kavramında olup, diğer yaklaşımların kendi boyutunda olduğu dikkate alınarak, bireysel yaklaşım olarak hürdür.

Hürriyet başkasının hududuna kadar olduğu da dikkate alınmalıdır.

**Yaklaşım:** Her birey kendi görüşünü duygu olarak oryaya koymakta, bunlar kesinlik değil, bireysel algıdır, kabul etmek gerekir.

**Sonuç:** Kanımca temel duygu sevgi olup, bunun farklı yansımaları ile oluşmaktadır. Yaratılış boyutu ile suyun sevgide katkı ve doğrudan obje olarak önemi belirgindir.

**Yorum:** Duygular, su temelinde irdelenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Su, duygular, sevgi boyutu

## Outline

### Water Perception; Sensations

**AIM:** The most important and high ratio composition is water, without any consideration, thus intake and discharge be in balancing the composition of the body. This Article, Creational concept based, as the feelings of water as poem based, by the perception is noted.

**Grounding Aspects:** Wikipedia and internet on water and feelings is considered for the evaluation. English Language is used for widely information is taken.

**Introduction:** The feeling are divided under 6-8 different groups, thus be originated form love or counter love concepts

**General Considerations:** As the grouping of the feelings as, **Happiness, Sadness, Fear, Astonishing, Anger, Respect, Annoying, Shame**. Thus, from Author aspect, all are the love concept, with different perspectives.

**Proceeding:** The basic and grounding feeling is love, so, all of them is as source and as reactive consideration. Creation is the fact of love reflection.

**Conclusion:** The feelings be as originated from water love, so, this Article in consideration with

**Key Words:** The water, feelings, love consideration

## Giriş

Öncelikle duygularımız konusuna girilecek, daha sonra da su ile ilinti kurulmaya çalışılacaktır. Duygular somut kavramlar ötesinde olduğu için, tanımlamaları da yine kişisel olacaktır.

Duygular, Yazarın kendi algısına göre olması doğal karşılanmalıdır. Bunun bir kural ve kesin doğru olarak değil, bir düşünce olarak ele alınması gerekir.

Düşüncelerin Yazar dışında, kimseyi bağlamadığı da ortadadır.

Şiir yöntemi, duygu ifadesi için önemli olduğu için kullanılmıştır.

### Temel Duygularımız Nelerdir? - Tumbek<sup>1</sup>

8 temel duygu vardır. Hepimiz bu duygularla dünyaya geliriz.

Var olan bu duyguların duygusal, sosyal ve kültürel bağlamlarda öğrenildiğine dair genel bir fikir birliği yoktur. Buna rağmen, yaygın olarak sekiz temel duygunun varlığı kabul edilir: Mutluluk, Üzüntü, Korku, Şaşkınlık, Öfke, İlgı, İğrenme, Utanç.

- **Mutluluk:** Sevinç, neşe, zevk, rahatlama, keyif, haz, gurur, heyecan ve coşkunluk,
- **Üzüntü:** Keder, acı, kasvetli, melankoli, umutsuzluk, yalnızlık ve depresyon,
- **Korku:** Kaygı, endişe, sinirlilik, ürkeklik, dehşet ve panik,
- **Şaşkınlık:** Hayret, sürpriz, şok, şaşırma, şaşkınlık ve merak ,
- **Öfke:** Öfke, hiddet, kızgınlık, gazap, sinirlilik, düşmanlık, hınc ve şiddet,
- **İlgı:** Merak, kabul, dostluk, güven, şefkat, sevgi ve bağlılık,
- **İğrenme:** Tiksınme, hor görme, küçümseme, kibir, nefret, hoşlanmama, sevmeme,
- **Utanç:** Suçluluk, utanç, hayal kırıklığı, vicdan azabı, pişmanlık, üzüntü ve pişmanlık,

Diğer tüm duygular bu temel 8 duygunun kombinasyonlarından oluşur. Bunlar bir duyguya karşı duygusal tepkimiz olan ikincil duygularımızdır. Bunları deneyimleyerek öğreniriz.

### Yorum

Temel duygu olarak 8 adet sayılmaktadır, diğerleri de bunun bileşimi olduğu belirtilmektedir. Kanımca tek duygu vardır, o da sevgidir, burada ise ismen söz edilmemektedir.

Nasıl oluyor dediğinizi duyar gibi oluyorum, açıklayayım.

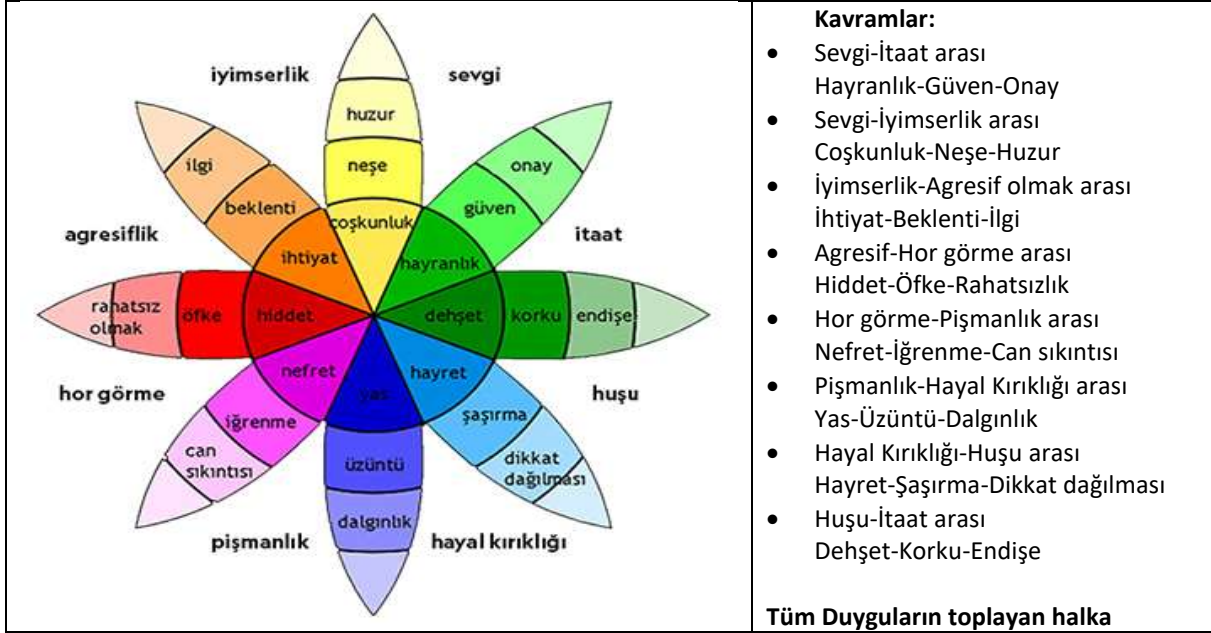
- **Mutluluk:** Sevinç, neşe, zevk, rahatlama, keyif, haz, gurur, heyecan ve coşkunluk olarak belirtilmektedir. Tümü sevginin bir boyutudur, anlaşılması kolay, açıklamasına gerek olmadığını düşünmekteyim.
- **Üzüntü:** Keder, acı, kasvetli, melankoli, umutsuzluk, yalnızlık ve depresyon olarak sunulmaktadır. Sevgisiz olan kişi üzüntü içindedir. Belirtilen, acı, umutsuzluk, yalnızlık ve depresyon, ancak sevgi boyutu ile çözülebilir. Yalnız olsa bile, gönlünde sevgi taşıyan kişi, yalnızlık hissetmez.
- **Korku:** Kaygı, endişe, sinirlilik, ürkeklik, dehşet ve panik olarak özetlenmektedir. Seven kişi, ölümden bile korkmaz. Vatanını seven, canını feda etmeye hazırdır. Sevilmeme korkusu boyutuna gelince de sevgi objeye değil, soyut kavramadır. Yaratana sevgi, mutlaka karşılıklı olacağı belirgindir, endişe bile duyulmaz.
- **Şaşkınlık:** Hayret, sürpriz, şok, şaşırma, şaşkınlık ve merak, şaşkınlık içinde toplanmıştır. Seven zaten şaşkıncıdır denilebilir, sevgi içinde olmanın mutluluğu bir açıdan şaşkınlığı da beraberinde getirir.
- **Öfke:** Öfke, hiddet, kızgınlık, gazap, sinirlilik, düşmanlık, hınç ve şiddet grubundadır. Aşk içinde olan, aşkına karşılık almaz ise öfke duygusunu taşıyabilir, ama soyut sevgide ise, öfke olmaz, yaratılışa karşı öfke değil, bir çaba içinde olur. İbadet çalışarak değer üretmek olduğuna göre, yaptığı, tapınma değil, sevginin yücelmesi olmalıdır.
- **İlgi:** Merak, kabul, dostluk, güven, şefkat, sevgi ve bağlılık içeridedir. İnsanlar ilgi duydukları konuda bilgi sahibi ve eğitim alabilir, daha iyi kavrar ve düşünebilir. Bu açıdan sevgi duyulan şeye insan ilgi duyar. Sevmediği konuda ise itici gelir.
- **İğrenme:** Tiksiniye, hor görme, küçümseme, kibir, nefret, hoşlanmama, sevmeme tanımlanmaktadır. Bir annenin bebeğinin kakasını temizlerken hiç iğrendiği görülümüş müdür? Yazar olarak hasta tarafından kakaya bulandığım olmuş, NEC olmadığı, besini sindirdiğini algılamam nedeniyle sevdiğimi hatırlarım.
- **Utanc:** Suçluluk, utanç, hayal kırıklığı, vicdan azabı, pişmanlık, üzüntü ve pişmanlık, duygularını kapsamaktadır. Bir insan, sevdiğine karşı hiç utanç duyar mı? Eğer bir şeyi gizlerse bundan üzüntü duyar. Niye suçluluk duysun, sevgi boyutunda hoşgörü ve bağışlama boyutu da içindedir.

**ÖZET:** 8 Ana duygu olarak ifade edilen kanımca sadece sevgi boyutu olduğu, bu sevginin yansıması olarak belirtilmelidir. Sevgisiz olanlarda ise, bu ayırım ters bakış ile oluştuğu izlenebilir. Seven öfkeli olamaz, iğrenemez gibi sevgi eksikliğinin duygularıdır.

Duygular dıştan başkaları için bir bilgi olabilir. Bir hikayede damdan düşen kişi sorgulamışlar, beni bir damdan düşeni bulun o sorgulasın demiş. Dam, evin üstünde, topraktan olan bir örtüdür, yazın serin olması için, yatılır, düşmemek için etrafında bir engel konur. Tuvalete çıkarken, bunları atlayarak yere düşülebilir. Bir katlı olduğu için, ağır kırık değil, yumuşak doku açısından incinme olur. Bilmeyen için, niye damda uyuyorsun, niye engel almadın, niye gece kalktın gibi birçok soru sorulabilir, bunların cevabı da anlamsız olmaktadır.

Seven bir kişiye sevgi sorulunca, *senin sevgini anlat ben ekleme yapayım* diye cevap alınır. Bir kişi eğer bir bebeği kucağında beslememiş ve bebek rahatlayıp, uyuması, gazını çıkarması ve kaka, çişini yapması ile ancak beslediği söylenebilir. Karnı doymanın ötesindedir besleme. Sevgi yumağı olmak, sendeki ve çocuktaki sevginin, ısının birbirine geçmesidir.

## Plutchik Duygu Çemberi. Psychologies<sup>2</sup> Plutchik Şekli, Halkası



**Grafik/Şekil 1:** 8 duygunun birbiri ile ilişkisini gösteren bir yapı sunulmaktadır

Duygular renkler gibidir, farklı yoğunluklara sahiptirler ve birbirleriyle karışabilirler. Psikolog Robert Plutchik tarafından 1980 yılında geliştirilen sınıflandırma yöntemi bu yaklaşıma dayanıyor.

<b>Birincil çiftler (Birincil duygu ile oluşan ikilisi):</b>	<b>İkincil çiftler (Çemberde başka bir duyguyla ayrılan duygu ikilisi):</b>	<b>Üçüncül çiftler (Çemberde en az iki duyguyla ayrılan duygu ikilisi):</b>
Sevinç + Güven = <b>Sevgi</b>	Sevinç + Korku = <b>Suçluluk</b>	Sevinç + Şaşırma = <b>Hayranlık</b>
Güven + Korku = <b>İtaat</b>	Güven + Şaşırma = <b>Merak</b>	Güven + Üzüntü = <b>Kırılganlık</b>
Korku + Şaşırma = <b>Endişe</b>	Korku + Üzüntü = <b>Umutsuzluk</b>	Korku + İğrenme = <b>Utanch</b>
Sürpriz + Üzüntü = <b>Hayal kırıklığı</b>	Sürpriz + İğrenme = <b>Dehşet</b>	Şaşırma + Öfke = <b>Gücenme</b>
Üzüntü + İğrenme = <b>Pişmanlık</b>	Üzüntü + Öfke = <b>İmrenme</b>	Üzüntü + Beklenti = <b>Kötümserlik</b>
İğrenme + Öfke = <b>Hor görme</b>	İğrenme + Beklenti = <b>Kuşkuculuk</b>	İğrenme + Sevinç = <b>Hastalık</b>
Öfke + Beklenti = <b>Saldırganlık</b>	Öfke + Sevinç = <b>Gurur</b>	Öfke + Güven = <b>Hâkimiyet</b>
Beklenti + Sevinç = <b>İyimserlik</b>	Beklenti + Güven = <b>Kadercilik</b>	Beklenti + Korku = <b>Kaygı</b>

Robert Plutchik'a göre, sekiz temel duygu bulunuyor: Korku, öfke, sevinç, üzüntü, güven, iğrenme, beklenti ve şaşırma. Her biri sırasıyla bir fonksiyona karşılık geliyor: Koruma, yıkım, üretim, katılım, ret, yönlendirme ve keşif. Ressamın paletindeki renkler gibi, aralarında birleşip başka duygular üretebiliyorlar. Peki, bu sınıflandırma ne işe yarar? Duygusal renk kartelamızı daha yakından tanımak, tepkilerimizi ve seçimlerimizi aydınlatır, onları daha derinden anlamamızı ve sorgulamamızı sağlar

### Yorum

Burada da duygunun kökeni olarak sevgiyi ele almaktayız. Yine sevgi boyutu ile irdeleyecek olursak;

- **Sevgi:** Burada tanımlanan sevgi dar anlamda olduğu anlaşılmaktadır.
- **İtaat:** Seven kişi, itaat değil, sadakat ve bağımlılık içindedir.
- **Endişe:** Gerçek sevgi insanın içinde olur, ancak bu sevginin yüceltilmesi açısından endişe duyabilir.
- **Hayal kırıklığı:** Sevgide olan kişi, kendisine bakarak, daha ileri, daha yüce sevgi oluşturmadığı için hayal kırıklığı içinde olabilir.
- **Pişmanlık:** Sevgi içinde olan kişi, sevgiyi soyuttan somuta döndürürse, pişmanlık duyar.
- **Hor görme:** Sevgide olan birey, sevgisizleri hor görür, insanlığı üzerinde tereddütleri olur.
- **Saldırganlık:** Sevgisizlerin sevgi üzerine yaklaşımları, hakaret kabul ederek, karşı çıkar.
- **İyimserlik:** Gerçek sevgi içinde olan iyimserliği de beraberinde taşır.
- **Suçluluk:** Ben bu konum ile daha üst bir sevgi boyutunda olmam gerekirken, bu düzeyde olmaktan dolayı suçluluk taşıyabilir.

- **Merak:** Sevgi boyutu açısından ilgi ve merak içinde olur, sevgiyi derinleştirmek ister.
- **Umutsuzluk:** Sevgiden uzak kalan kişi, umutsuz olur, ancak Yaradılış sevgisinde olan bundan hemen kurtulabilir.
- **Dehşet:** Sevginin gücünü algılayan kişi bu güce bakarak dehşet duyabilir.
- **İmrenme:** Sevgi içinde olanın konumuna bakarak, tüm bireyler ona imrenebilir.
- **Kuşkuculuk:** Sevgi içinde olan kuşku duymaz, ama ona imrenenler, soyut değil, somut bekledikleri için kuşku içindedirler ve bundan kurtulamazlar.
- **Gurur:** Seven kişi dışardan gururlu gibi görülebilir, sevginin gönülde yaptığı dolgunluk ve tatmin içindedirler, kibirli olanda sevgi oluşamaz.
- **Kadercilik:** Her insanın sevgi bir hakkıdır, bu doğal yapısıdır, bunun algısında olan, bilincinde olan ile olmayan vardır.
- **Hayranlık:** Sevgi içinde olanın yüzüne bakan, ona hayran olur, bu sevginin yayılması için en önemli reklam boyutudur.
- **Kırılgnalık:** Sevgi içinde olan, sevgisiz durum boyutunda kırılır, ama sevgi onu toparlar ve güçlülüğü, kırılgnalığı kaldırır.
- **Utanç:** Sevgi düzeyi açısından geri kalmak, büyük bir utanç durumu olmaktadır.
- **Gücenme**
- **Kötümserlik:** Sevgi içinde olan kötümser olmaz, ama sevgisiz olanlar daima kötümserlik içindedirler.
- **Hastalık:** Sevgi içinde olmak, bir bakıma hastalık gibidir, arzu duyulan ve olmak istenen durumdur.
- **Hâkimiyet:** Sevgiye hakim olan mutluluğu yakalayabilir, olmayan ise perişanlıktadır.
- **Kaygı:** Sevgi kaygıyı siler, ancak, hastalıkta olduğu gibi, bireyin durumu diğerlerince kaygı oluşturabilir.

Genel bakılınca, yazar olarak sevginin çeşitli yansıması olarak görülmektedir.

### Feelings, Wikipedia<sup>3</sup>

**Feeling** was originally used to describe the physical sensation of [touch](#) through either [experience](#) or [perception](#), the word is also used to describe other experiences, such as "a [feeling of warmth](#)"<sup>[1]</sup> and of [sentience](#) in general. *Feeling* is the [nominalization](#) of the verb *to feel*.<sup>[2]</sup> In [Latin](#), *sentire* meant to feel, hear or smell. In psychology, the word is usually reserved for the [conscious subjective](#) experience of [emotion](#).<sup>[3]</sup> [Phenomenology](#) and [heterophenomenology](#) are philosophical approaches that provide some basis for knowledge of feelings. Many schools of [psychotherapy](#) depend on the therapist achieving some kind of understanding of the client's feelings, for which methodologies exist.

Perception of the physical world does not necessarily result in a universal reaction among receivers (see [emotions](#)), but varies depending upon one's tendency to handle the situation, how the situation relates to the receiver's past experiences and any number of other factors. Feelings are also known as a state of [consciousness](#), such as that resulting from emotions, sentiments or desires. Feelings are only felt and are abstract in nature. They cannot be touched.

People buy products in hopes that the product will make them feel a certain way: perhaps happy, excited or beautiful. Or, they find the product useful in some way, even indirectly such as to support a charity or for altruistic economic reasons. Some people buy beauty products in hopes of achieving a state of happiness or a sense of self beauty or as an act or expression of beauty. Past events are used in our lives to form [schemas](#) in our minds, and based on those past experiences, we expect our lives to follow a certain script. However, storytelling, commemoration and reservation of commemoration (the unwillingness to overtly impose remembrances), research and investigation, and many other activities can help settle uneasy feelings without "scripting", without the ambivalence that feeling can only be "handled" by proxy, which is not always true.

A social psychologist, [Daniel Gilbert](#), conducted a study on the influence of feelings on events alongside other researchers. The results showed that when the participants predicted a positive feeling for an event, the higher the chances that they wanted to relive the event. Predicted feelings were either short-lived or did not correlate to what the participant expected.<sup>[4]</sup>

### Yorum

His bireylerin algılamasına göre değişmektedir. Temel olarak kavram vardır, ama kişiye göre etkisi değişkendir. Acı biberi seven kişi ile tatlı sevenin acı algısı çok farklıdır. İspanya ve Kaliforniya'da bazı acı biber sosları satılmaktadır, tehlikeli/öldürür, tehlikeli/ancak erişkinler kullanılabilir, çok acı gibi olanlardan sadece çok acı olandan ufak tattım, günlerce acısı geçmedi. Buna karşın, oğlum severek yemekte idi.

İnsanın yüreğine nasıl dokunduğu önemlidir. Bu bazı kişilerde etkilemesi için, yaşanmışlık ile, algıya göre değişmektedir. Zorbalık boyutu da benzerdir, birisi için karışabilir hakkı iken, eğitimim için dövebilir denirken, diğeri için ise insanlık dışıdır ve karşı çıkması gerekir, çünkü suçtur.

Bir kişi ile konuşurken sesinizdeki yumuşaklık ve sevgi dolu ifade, gülümseme çok şeyi değiştirebilmektedir. Bu durum, duyguların taktim eden yaklaşım ile de etkileşim içindedir. Kokan ortamda yemek yenilmesi istenmez, ama ızgara kokusu, yanmış et olmadıkça çekici nitelikte olabilir.

Bir kişiye iğne batırınca farklı sonuçlar elde edilmektedir. Elektriksel uyaran olarak benzerdir, ama bireylerin cevapları farklıdır. Beyni ile ağrıyı örtmekte, salgıladığı hormonlar (endomorfın, serotonin, oksitosin, dopamin) ile de ağrıyı örtmektedir. Okşamak, bebeği annenin emzirmesi, cilt, cilde olan temas bunlar arasındadır. Bir çocuk düşmüş, ağlıyordu, babası çok şiddetli kızırıyordu, gittim, *annesini bir öpsün, sevsin susar* dedim, inanmadı, susunca da bu sefer anneye kızarak *yap, et* diye komut verdi. Salgılama boyutunu söyleyince, *ne yapayım* dedi, *yumuşak ol, çocuğunu sev* dedim, hiç kucağına almamış, çocuğunu sevmemiş, bu açıdan yeni bir boyuta geçmesi gerektiğini anlamıştır, umarım.

Plasebo, etkisi olmayan bir şeyi almak, içmek, kullanmaktır, bunun bireyin algısına göre etkisi olmaktadır. Bu faydasız yaklaşımların, ağrı açısından faydası olabilmektedir. Birey ağrı kesilecek demesi ile etkileşim içine girer. Bir arkadaşın babası, kanser kemik metastazı ağrıları çekiyordu, Doktor olan babam, kaşe içinde bikarbonat içmesini öğütledi, özel reçete ve eczacı ile konuştu, özel olarak yapılacaktı, hasta ilacı bilmeyecekti, özel formül denildi. Faydalı olduğunu görünce sordum, morfin alan birisine bu şekilde yaklaşım ile, bir geçirme ve faydalı olacağı için inandığını belirtti. Kısaca zaten ilaç alan kişi, bir psikolojik etki ile fayda gördüğünü sanmaktadır. Plasebo etkiyi arttırmak için büyü, okunmuş su ve buna benzer yapılması, inanç açısından doğru kabul edilemez. Okunan suda okunan dua, *ancak Yaratan dan bekleriz, niyaz ederiz, başkasından talep etmeyiz* sözünü Arapça söylenmektedir.

#### Sensations

Sensation occurs when sense organs collect various [stimuli](#) (such as a sound or smell) for [transduction](#), meaning transformation into a form that can be understood by the nervous system.

#### Interoception

##### Examples of six basic emotions

A gut feeling, or gut reaction, is a visceral emotional reaction to something. It may be negative, such as a feeling of uneasiness, or positive, such as a feeling of trust. Gut feelings are generally regarded as not modulated by conscious thought, but sometimes as a feature of [intuition](#) rather than [rationality](#). The idea that emotions are experienced in the gut has a long historical legacy, and many nineteenth-century doctors considered the origins of mental illness to derive from the intestines.<sup>[5]</sup> The phrase "gut feeling" may also be used as a shorthand term for an individual's "common sense" perception of what is considered "the right thing to do", such as helping an injured passerby, avoiding dark alleys and generally acting in accordance with instinctive feelings about a given situation. It can also refer to simple common knowledge phrases which are true no matter when said, such as "Water is wet" or "Fire is hot", or to ideas that an individual intuitively regards as true (see "[truthiness](#)" for examples).

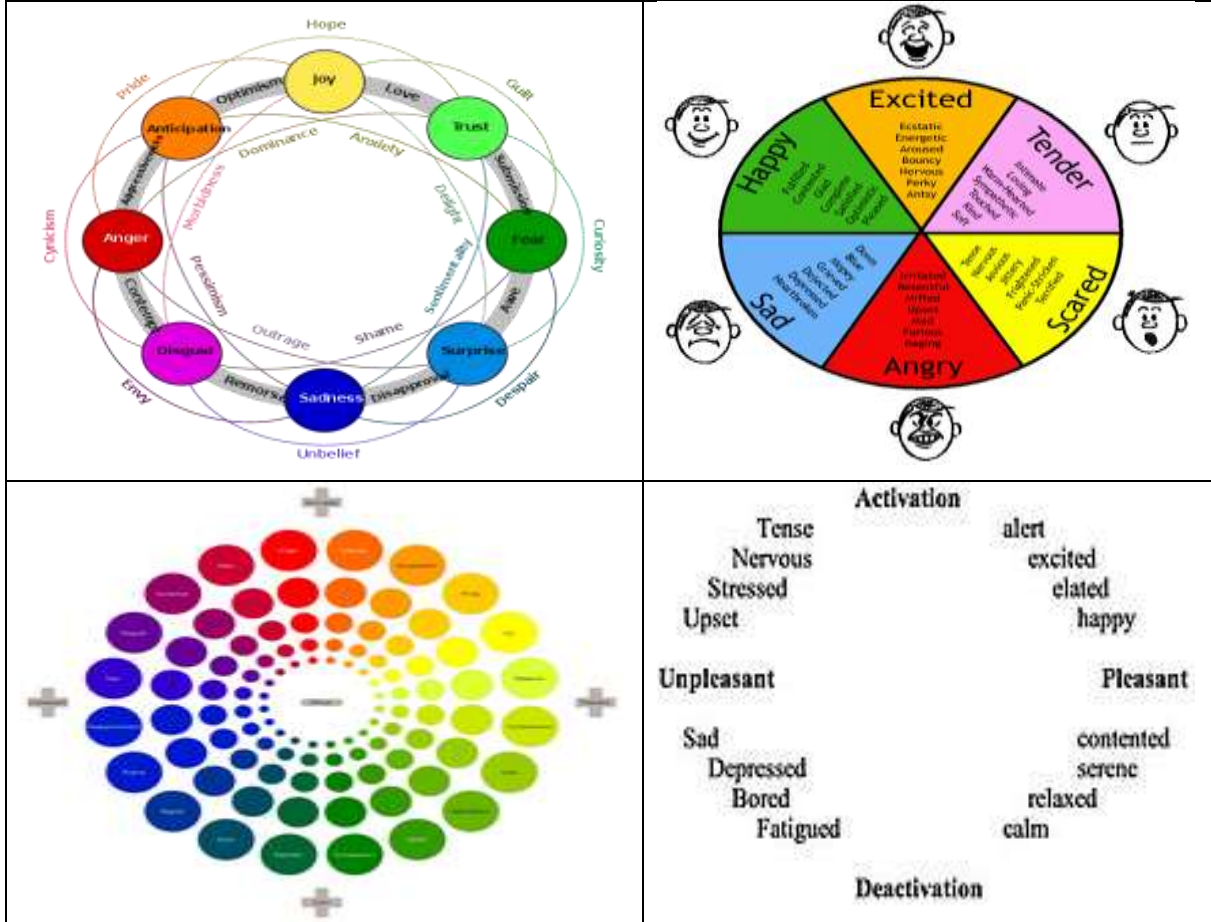
#### Yorum

Burada 6 temel duygudan bahsedilmektedir.

Duygu	Açıklama
Mutlu	Sevgi boyutunu algılama derecesidir. 7 basamak olduğu söylenir, bilinmesi olanaklı değildir.
Heyecanlı	Sevgi tadarken insan heyecanlı olur, algılamaya çalışır.
Hassas	Sevgi içinde olan kişi hassastır ve insanlıktan çıkılmamalıdır.
Korku	Sevgisizlikte olmak en büyük korkudur, korkunca sevgiye dayanılır, güvenilir.
Kızgın	İnsan soyut yerine somut sevgi yönelirse, karşılık almadığı için kızar, soyut olmalıdır.
Üzgün	Sevgi boyutuna girmemek, ulaşmamak açısından üzgündür.

Kanımcı tüm duygular sevginin bir modifikasyonu şeklindedir.

## Duyguların Multi-Faktöriyel Halkası



**Grafik/Şekil 2:** Duyguların ilişkisini gösteren boyutlar sunulmaktadır

### Heart Perception Feelings of certainty

The way that we see other people express their emotions or feelings determines how we respond. The way an individual responds to a situation is based on [feeling rules](#). If an individual is uninformed about a situation the way they respond would be in a completely different demeanor than if they were informed about a situation. For example, if a tragic event had occurred and they had knowledge of it, their response would be sympathetic to that situation. If they had no knowledge of the situation, then their response may be indifference. A lack of knowledge or information about an event can shape the way an individual sees things and the way they respond.<sup>[8]</sup>

[Timothy D. Wilson](#), a psychology professor, tested this theory of the feeling of uncertainty along with his colleague Yoav Bar-Anan, a social psychologist. Wilson and Bar-Anan found that the more uncertain or unclear an individual is about a situation, the more invested they are. Since an individual does not know the background or the ending of a story they are constantly replaying an event in their mind which is causing them to have mixed feelings of happiness, sadness, excitement, and et cetera. If there is any difference between feelings and emotions, the feeling of uncertainty is less sure than the emotion of ambivalence: the former is precarious, the latter is not yet acted upon or decided upon.

The neurologist Robert Burton, writes in his book *On Being Certain*, that feelings of certainty may stem from involuntary mental sensations, much like emotions or perceptual recognition (another example might be the [tip of the tongue](#) phenomenon).<sup>[9]</sup>

Individuals in society want to know every detail about something in hopes to maximize the feeling for that moment, but Wilson found that feeling uncertain can lead to something being more enjoyable because it has a sense of mystery. In fact, the feeling of not knowing can lead them to constantly think and feel about what could have been.<sup>[10]</sup>

### Yorum

Duygular, bireye göre olduğu belgindir, yorum kişiseldir. Ağrının hissedilmesi, elektrostatik algı, EEG gibi yöntemler ile saptanmaktadır. Ancak ağrı eşliğine göre, hissetme değil, algılama farklı olmaktadır.

Kanıma göre tüm duyguların temeli sevgi, bunun da soyut, Yaratılış boyutuna göre olduğu kanısında olmalıyız. Başka bir boyut olduğunu bilmiyorum. Bu sevgiyi bedensel, cinsiyete bağlamak, o kişinin sevgi kavramında bir eksikliği, soyut boyuta geçememesi cardır.

**Sense of agency & sense of ownership****Emotions (in relation to feelings)****Distinguishing feelings from emotions**

The neuroscientist Antonio Damasio, distinguishes between emotions and feelings, respectively: the mental images (i.e. representing either internal or external states of reality) and the bodily changes accompanying them, vs. the perception of bodily changes (in other words, feelings are subjective and private while emotions contain both a subjective element and a 3rd person observable element).<sup>[11][12]</sup>

**Emotion regulation**

There are two main types of emotion work: evocation and suppression. Evocation is used to obtain or bring up a certain feeling and suppression is used to put away or hide certain unwanted feelings. Emotion work is done by an individual, others upon them, or them upon others. Emotion work is done to achieve a certain feeling that one believes they should feel.

Three more specific types of emotion work are cognitive, bodily, and expressive. Cognitive changes images, bodily changes physical aspects, and expressive changes gestures. A person who is sad uses expressive emotion work to lift their spirits by trying to smile. A person who is stressed uses bodily emotion work by trying to breathe slower in order to lower stress levels. Emotion work allows individuals to change their feelings to suit the current situation.

Feelings are deemed appropriate if they fit the current situation. Since individuals want to fit in and be seen as normal, they are constantly working on their feelings in order to fit the situation. Emotion work is more so how people want to feel or how they want other people to see them feel. Feelings are not permanent, but an ongoing thing because people constantly try to bring up, suppress, or manage feelings.<sup>[13]</sup>

The "Psychophysiological Flow", as Ikemi points out,<sup>[14]</sup> is a concept created by [Carl Rogers](#), founder of the [humanistic psychology](#) school, to describe the 'sensory and visceral experiences', or the flow of internal sensations that the individual can perceive.

**Yorum**

*Bir resim, bir ifade bin kelimeye bedeldir, yaklaşımı ile özellikle gençler emoji kullanmaktadırlar* ([All Emoji Meanings & Pictures \(hotemoji.com\)](#)).

**Emojiler** ([All Emoji Meanings & Pictures \(hotemoji.com\)](#))

<a href="#">Grinning Face with Smiling Eyes</a>	<a href="#">Grinning Face with Sweat</a>	<a href="#">Grinning Squinting Face</a>	<a href="#">Winking Face</a>	<a href="#">Smiling Face with Smiling Eyes</a>	<a href="#">Face Savoring Food</a>
<a href="#">Smiling Face</a>	<a href="#">Kissing Face</a>	<a href="#">Smiling Face with 3 Hearts</a>	<a href="#">Face Blowing a Kiss</a>	<a href="#">Smiling Face with Heart-Eyes</a>	<a href="#">Smiling Face with Sunglasses</a>
<a href="#">Slightly Smiling Face</a>	<a href="#">Kissing Face with Smiling Eyes</a>	<a href="#">Hugging Face</a>	<a href="#">Star-Struck</a>	<a href="#">Thinking Face</a>	<a href="#">Kissing Face with Closed Eyes</a>
<a href="#">Face with Raised Eyebrow</a>	<a href="#">Neutral Face</a>	<a href="#">Expressionless Face</a>	<a href="#">Face Without Mouth</a>	<a href="#">Face with Rolling Eyes</a>	<a href="#">Smirking Face</a>
<a href="#">Persevering Face</a>	<a href="#">Sad But Relieved Face</a>	<a href="#">Face with Open Mouth</a>	<a href="#">Hushed Face</a>	<a href="#">Zipper-Mouth Face</a>	<a href="#">Sleepy Face</a>
<a href="#">Astonished Face</a>	<a href="#">Money-Mouth Face</a>	<a href="#">Upside-Down Face</a>	<a href="#">Confused Face</a>	<a href="#">Pensive Face</a>	<a href="#">Downcast Face with Sweat</a>
<a href="#">Unamused Face</a>	<a href="#">Drooling Face</a>	<a href="#">Squinting Face with Tongue</a>	<a href="#">Squinting Face with Tongue</a>	<a href="#">Winking Face with Tongue</a>	<a href="#">Face with Tongue</a>
<a href="#">Relieved Face</a>	<a href="#">Sleeping Face</a>	<a href="#">Tired Face</a>	<a href="#">Exploding Head</a>	<a href="#">Weary Face</a>	<a href="#">Fearful Face</a>
<a href="#">Anguished Face</a>	<a href="#">Frowning Face with Open Mouth</a>	<a href="#">Loudly Crying Face</a>	<a href="#">Crying Face</a>	<a href="#">Face with Steam from Nose</a>	<a href="#">Worried Face</a>
<a href="#">Disappointed Face</a>	<a href="#">Confounded Face</a>	<a href="#">Slightly Frowning Face</a>	<a href="#">Frowning Face</a>	<a href="#">Face with Medical Mask</a>	<a href="#">Face with Symbols on Mouth</a>
<a href="#">Angry Face</a>	<a href="#">Pouting Face</a>	<a href="#">Pouting Face</a>	<a href="#">Dizzy Face</a>	<a href="#">Zany Face</a>	<a href="#">Flushed Face</a>
<a href="#">Cold Face</a>	<a href="#">Face Screaming in Fear</a>	<a href="#">Anxious Face with Sweat</a>	<a href="#">Grimacing Face</a>	<a href="#">Face with Thermometer</a>	<a href="#">Smiling Face with Halo</a>

**Grafik/Şekil 3:** Sadece yüz ile ifade edilen Emojiler konulmuştur.

Görüldüğü gibi duyguların ifadesi temel olarak yüzümüz ile daha belirgin sunulurken veya tam tersi donuk yüz ile gizlenebilirken, ifadenin belirginleşmesi için sık başvurulan olmaktadır.

**Social class**

Class differences influence and varies how a parent raises their child. [Middle-class](#) parents raise their child through the use of feelings and [lower-class](#) parents raise their children through behavior control. Middle-class parents and lower-class parents raise their children to be like them feeling and behavioral wise. Middle-class children get reprimanded for feeling the wrong way and lower-class children are punished for behaving badly.



[Lionel Trilling](#), an author and literary critic, described the technique that the middle- and the lower-class parents use. Underworking and overworking their children's feelings causes them to seek approval of their feelings in the future. When children of lower-class and of [working-class](#) families join the [workforce](#), they are less prepared for emotional management than middle-class children. However, the working-class and the middle-class tend to complain of over-management or micromanagement of feelings that distract them from actual work.

### Yorum

Çocuklar duygularını doya, doya ifade ederler, gizlemezler, bu şekilde de bir iletişim sağlarlar. Erişkinler, duygularının, görüşlerinin anlaşılmasını için, bir bakıma gizlemek ve saptırmak için yaklaşımlar içinde olmaktadır.

Sosyal sınıflarda da üst sınıf, sevgisini gösteremez algısı ile yapılmaktadır, ifade donuk, resmi ve anlamsız olmalıdır. Vesikalık fotoğraf çekerken somurtkan olmak gerektiği şeklinde iken, zamanımızda gençler gülerken resim vermekte, çok da güzel olmaktadır.

### Feelings about feelings

Individuals in society predict that something will give them a certain desired outcome or feeling. Indulging in what one might have thought would've made them happy or excited might only cause a temporary thrill, or it might result in the opposite of what was expected and wanted. Events and experiences are done and relived to satisfy one's feelings.

Details and information about the past is used to make decisions, as past experiences of feelings tend to influence current [decision-making](#), how people will feel in the future, and if they want to feel that way again. Gilbert and Wilson conducted a study to show how pleased a person would feel if they purchased flowers for themselves for no specific reason (birthday, anniversary, or promotion etc.) and how long they thought that feeling would last. People who had no experience of purchasing flowers for themselves and those who had experienced buying flowers for themselves were tested. Results showed that those who had purchased flowers in the past for themselves felt happier and that feeling lasted longer for them than for a person who had never experienced purchasing flowers for themselves.<sup>[4]</sup>

[Arlie Russell Hochschild](#), a [sociologist](#), depicted two accounts of emotion. The organismic emotion is the outburst of emotions and feelings. In organismic emotion, emotions/feelings are instantly expressed. Social and other factors do not influence how the emotion is perceived, so these factors have no control on how or if the emotion is suppressed or expressed.

In interactive emotion, emotions and feelings are controlled. The individual is constantly considering how to react or what to suppress. In interactive emotion, unlike in organismic emotion, the individual is aware of their decision on how they feel and how they show it.

[Erving Goffman](#), a sociologist and writer, compared how actors withheld their emotions to the everyday individual. Like actors, individuals can control how emotions are expressed, but they cannot control their inner emotions or feelings. Inner feelings can only be suppressed in order to achieve the expression one wants people to see on the outside. Goffman explains that emotions and emotional experience are an ongoing thing that an individual is consciously and actively working through. Individuals want to conform to society with their inner and outer feelings.<sup>[13]</sup>

[Anger, happiness, joy, stress](#), and excitement are some of the feelings that can be experienced in life.<sup>[15]</sup> In response to these emotions, our bodies react as well. For example, [nervousness](#) can lead to the sensation of having "[knots](#) in the stomach" or "butterflies in the stomach".<sup>[8]</sup>

### Yorum

Duyguların ifadesi yerinde olmalıdır. Ancak insanlık dışı olan, fiziksel saldırı, konuşmayı susturma veya buna benzer davranışlar ve ifadeler kabul edilemez. Aynı şekilde terör, insanlık dışı ve hakaret yapısında olanlar ise insanlık boyutunda kabul edilemez, bu açıdan da bunlar hürriyet kapsamında değildir.

Beğenmeme kabul edilir, karşı gelmek de önemlidir, ama reaksiyon insanlık dışı olmamalıdır. Nitekim sevgi dilinde karşı çıkmakta vardır, insanlık dışı diyerek, uzaklaşma, iletişim kesme en önemlisidir.

### Self-harm

Feelings can lead to harm. When an individual is dealing with an overwhelming amount of stress and problems in their lives, it can lead to self-harm. When one is in a good state of feeling, they never want it to end; conversely, when someone is in a bad state, they want that feeling to disappear. Inflicting harm or pain to oneself is sometimes the answer for many individuals because they want something to keep their mind off the real problem. These individuals cut, stab, and starve themselves in an effort to feel something other than what they currently feel, as they believe the pain to be not as bad as their actual problem. Distraction is not the only reason why many individuals choose to inflict self-harm. Some people inflict self-harm to punish themselves for feeling a certain way.<sup>[16]</sup>

### Yorum

Duygusal insanların kendi ruh ve sosyal sağlığını da korumalıdır. Bunun yapılması, insanlık dışı, sevgi dışı olanlar ile ilgi kesilmesi ve uzaklaşmak gerekir. Yoksa seni içine çeker, karşı çıkmak, açıklamak bile içine çekmektir.

Af dilemek ilişki kesmektir, yoksa ceza ödemesini kaldırmak olamaz.

## SON GÖRÜŞ:

Tek duygu olmalı, sevgi boyutu olmak ile insanlık olmaktadır.

## Emotion. Wikipedia

Emotions are psychological states brought on by neurophysiological changes, variously associated with thoughts, feelings, behavioural responses, and a degree of [pleasure](#) or [displeasure](#).<sup>[1][2][3][4][5]</sup> There is currently no [scientific consensus](#) on a definition. Emotions are often [intertwined](#) with [mood](#), [temperament](#), [personality](#), [disposition](#), [creativity](#),<sup>[6]</sup> and [motivation](#).<sup>[7]</sup> Research on emotion has increased over the past two decades with many fields contributing including [psychology](#), [medicine](#), [history](#), [sociology of emotions](#), and [computer science](#). The numerous theories that attempt to explain the origin, [function](#) and other aspects of emotions have fostered more intense research on this topic. Current areas of research in the concept of emotion include the development of materials that stimulate and elicit emotion. In addition, [PET](#) scans and [fMRI](#) scans help study the [affective picture](#) processes in the brain.<sup>[8]</sup>

From a mechanistic perspective, emotions can be defined as "a positive or negative experience that is associated with a particular pattern of physiological activity." Emotions produce different physiological, behavioral and cognitive changes. The original role of emotions was to motivate adaptive behaviors that in the past would have contributed to the passing on of genes through survival, reproduction, and kin selection.<sup>[9][10]</sup>

In some theories, [cognition](#) is an important aspect of emotion. Other theories, however, claim that emotion is separate from and can precede cognition. Consciously experiencing an emotion is exhibiting a mental representation of that emotion from a past or hypothetical experience, which is linked back to a content state of pleasure or displeasure.<sup>[11]</sup> The content states are established by verbal explanations of experiences, describing an internal state.<sup>[12]</sup>

Emotions are complex. There are various theories on the question of whether or not emotions cause changes in our behaviour.<sup>[5]</sup> On the one hand, the [physiology](#) of emotion is closely linked to [arousal](#) of the [nervous system](#). Emotion is also linked to behavioral tendency. Extroverted people are more likely to be social and express their emotions, while introverted people are more likely to be more socially withdrawn and conceal their emotions. Emotion is often the driving force behind [motivation](#).<sup>[13]</sup> On the other hand, emotions are not causal forces but simply syndromes of components, which might include motivation, feeling, behaviour, and physiological changes, but none of these components is the emotion. Nor is the emotion an entity that causes these components.<sup>[14]</sup>

Emotions involve different components, such as subjective experience, [cognitive processes](#), expressive behavior, psychophysiological changes, and instrumental behavior. At one time, academics attempted to identify the emotion with one of the components: [William James](#) with a subjective experience, [behaviorists](#) with instrumental behavior, [psychophysicists](#) with physiological changes, and so on. More recently, emotion is said to consist of all the components. The different components of emotion are categorized somewhat differently depending on the academic discipline. In [psychology](#) and [philosophy](#), emotion typically includes a [subjective](#), [conscious experience](#) characterized primarily by [psychophysiological expressions](#), [biological reactions](#), and [mental states](#). A similar multi-componential description of emotion is found in [sociology](#). For example, Peggy Thoits<sup>[15]</sup> described emotions as involving physiological components, cultural or emotional labels (anger, surprise, etc.), expressive body actions, and the appraisal of situations and contexts.

## Yorum

Duygular maddesel açıklamalar ile, insanda endojen ürettiği hormonlar, mutluluk hormon düzeyleri ve elektrik uyarılar ve MRI gibi birçok cihazlar ile ölçülmesi ile tanımlanmamalıdır. Bireye göre anlamı farklı olabilir. Yazar olarak dondurmaya çok severim ama, laktozsuz olmalı, bu açıdan bulmak zordur, laktozsuz hazırlayan ünitelerin kaliteli yaptığı dikkate alındığında da bir kilo alıp tüketirim.

Algılar farklı olduğu için, sadece sunmak, alış ise bireye göre olmaktadır. Birisine seni seviyorum dersem, eğer o cinsel olarak alırsa, onunla hiçbir iletişim kurmak gerekmediği, insanlıktan uzak olduğunu düşünürüm. Sevgi soyuttur, somut onu şeytanlaştırır.

Nöroloji Bilimi olayı fiziksel olarak bakar, temelde psikoloji ve psikiyatriden ayrılmaktadırlar. Bu açıdan maddi ve manevi olanları birbiri ile karıştırmamak gereklidir.

## Etymology

The word "emotion" dates back to 1579, when it was adapted from the French word *émouvoir*, which means "to stir up". The term emotion was introduced into academic discussion as a catch-all term to [passions](#), [sentiments](#) and [affections](#).<sup>[16]</sup> The word "emotion" was coined in the early 1800s by Thomas Brown and it is around the 1830s that the modern concept of emotion first emerged for the English language.<sup>[17]</sup> "No one felt emotions before about 1830. Instead they felt other things - "passions", "accidents of the soul", "moral sentiments" - and explained them very differently from how we understand emotions today."<sup>[17]</sup> Some cross-cultural studies indicate that the categorization of "emotion" and classification of basic emotions such as "anger" and "sadness" are not universal and that the boundaries and domains of these concepts are categorized differently by all cultures.<sup>[18]</sup> However, others argue that there are some universal bases of emotions (see Section 6.1).<sup>[19]</sup> In psychiatry and psychology, an inability to express or perceive emotion is sometimes referred to as [alexithymia](#).<sup>[20]</sup>

## History

Human nature and the following bodily sensations have been always part of the interest of thinkers and philosophers. Far most extensively, this interest has been of great interest by both Western and Eastern societies. Emotional states have been associated with the divine and the enlightenment of the human mind and body.<sup>[21]</sup> The ever changing actions of individuals and its mood variations have been of great importance by most of the Western philosophers (Aristotle, Plato, Descartes, Aquinas, Hobbes) that lead them to propose vast theories; often competing theories, that sought to explain emotion and the following motivators of human action and its consequences.

In the Age of Enlightenment Scottish thinker [David Hume](#)[22] proposed a revolutionary argument that sought to explain the main motivators of human action and conduct. He proposed that actions are motivated by "fears, desires, and passions". As he wrote in his book *Treatise of Human Nature* (1773): "Reason alone can never be a motive to any action of the will... it can never oppose passion in the direction of the will... Reason is, and ought to be the slave of the passions, and can never pretend to any other office than to serve and obey them".[23] With these lines Hume pretended to explain that reason and further action will be subjected to the desires and experience of the self. Later thinkers would propose that actions and emotions are deeply interrelated to social, political, historical, and cultural aspects of reality that would be also associated with sophisticated neurological and physiological research on the brain and other parts of the physical body & its nature.

#### Definitions

The [Lexico](#) definition of emotion is "A strong [feeling](#) deriving from one's circumstances, mood, or relationships with others." [24] Emotions are responses to significant internal and external events. [25] Emotions can be occurrences (e.g., [panic](#)) or dispositions (e.g., hostility), and short-lived (e.g., anger) or long-lived (e.g., grief). [26] Psychotherapist Michael C. Graham describes all emotions as existing on a continuum of intensity. [27] Thus fear might range from mild concern to terror or shame might range from simple embarrassment to toxic shame. [28] Emotions have been described as consisting of a coordinated set of responses, which may include verbal, [physiological](#), behavioral, and [neural](#) mechanisms. [29]

Emotions have been [categorized](#), with some relationships existing between emotions and some direct opposites existing. Graham differentiates emotions as functional or dysfunctional and argues all functional emotions have benefits. [30]

In some uses of the word, emotions are intense feelings that are directed at someone or something. [31] On the other hand, emotion can be used to refer to states that are mild (as in annoyed or content) and to states that are not directed at anything (as in anxiety and depression). One line of research looks at the meaning of the word emotion in everyday language and finds that this usage is rather different from that in academic discourse. [32]

In practical terms, [Joseph LeDoux](#) has defined emotions as the result of a cognitive and conscious process which occurs in response to a body system response to a trigger. [33]

#### Yorum

Duyguların tanımı insanlık ile birlikte iken, zaman içinde onu vasıflandırmak, bazı eklemeler yapmak ile daha sonra tanımlandığını göstermez. Doğumdan itibaren taşıdığımız boyuttur.

Sadece bir duyguyu algılama boyutu farklıdır. Yaratılışın ve buna göre oluşan sevgi, fantezi, hayal, rüya ve epik destanlardan ayrılması, bilim üzere olması ile daha net, tortularından ayrılarak oluşmalıdır

Sevgi adım atar gibi, attıkça, farkına vardıkça daha anlamlı ve daha geniş olur. Hayal ve masallardan ayrılması, gerçek ve hakikate dayanması ile daha genişler.

#### Components

According to [Scherer](#)'s Component Process Model (CPM) of emotion, [34] there are five crucial elements of emotion. From the component process perspective, emotional experience requires that all of these processes become coordinated and synchronized for a short period of time, driven by appraisal processes. Although the inclusion of [cognitive appraisal](#) as one of the elements is slightly controversial, since some theorists make the assumption that emotion and [cognition](#) are separate but interacting systems, the CPM provides a sequence of events that effectively describes the coordination involved during an emotional episode.

- *Cognitive appraisal*: provides an evaluation of events and objects.
- *Bodily symptoms*: the [physiological](#) component of emotional experience.
- *Action tendencies*: a [motivational](#) component for the preparation and direction of motor responses.
- *Expression*: [facial](#) and [vocal](#) expression almost always accompanies an emotional state to communicate reaction and intention of actions.
- *Feelings*: the subjective experience of emotional state once it has occurred.

#### Differentiation

Emotion can be differentiated from a number of similar constructs within the field of [affective neuroscience](#): [29]

- [Feeling](#): not all feelings include emotion, such as the [feeling of knowing](#). In the context of emotion, feelings are best understood as a [subjective](#) representation of emotions, private to the individual experiencing them. [35] [better source needed]
- [Moods](#) are [diffuse](#) affective states that generally last for much longer durations than emotions, are also usually less intense than emotions and often appear to lack a contextual stimulus. [31]
- [Affect](#) is used to describe the underlying affective experience of an emotion or a mood.

#### Yorum

Bir İtalyan usulü yemek yapan Antalya'daki özel bir lokantada, yemek sonunda benim görüşümü sordular. Nedeni, diğerleri standart köfte, rakı istemiş, ben ise burası İtalyan lokantası ise, onların sunduğuna göre yemeliyiz ve sunulan şarap, sorularak alınan açıklamalar ile içilir dedim. Yemek sonunda sordular, ben detaylı açıklamalarda bulundum, balığın ıspanak ile marine edildiği, pişirme tarzı gibi söz ettim. Bonfileyi sordular, ben yemedim dedim, tadına bakmışsınızdır dediler ve onu da anlattım.

Sonuçta sevgi ve duygular hayal ve masal üzerine değil, bilgi ve bilginin yorumu ile oluşabilir. Yaratılış üzerinde düşünen kişi, varlığı ancak kavrar ve saha çok sever.

Anne sütünü daha çok bilen, ona daha çok hayran olur.

### Duygular ve Ayırımı

<b>Kapsam</b>	<p><b>Bilinç Durumu:</b> Birçok kişi zenginlik içinde iken bunun algısında olmazlar, fakirlikten korkarlar, halbuki paylaşım ve değer üretmek zenginliktir, sevgide zenginlik vardır.</p> <p><b>Bedensel Duygular:</b> Arzu ve istekler, insanı hırs yaratmadıkça, sevgide kaldıkça, doğrusal boyuttadırlar.</p> <p><b>Motor, Hareket ile oluşanlar:</b> Duygunun hareket olarak ifadesi anlamlıdır, dayak bunu kaldırır, gerçek Arapça anlamı destek ve dayanaktır. Bu açıdan bir gülüş, çok şeyi değiştirir.</p> <p><b>İfade edilerek sunulanlar:</b> Bir Ahçı yenilen yemeğinin değerlendirmesini ister, güzel ve tatsız denilmesini istemez.</p>
<b>Ayırım</b>	<p><b>Bilerek hissetmek:</b> Sevgiyi hissetmeyen kişi için anlamı olamaz. Bir bebeği kucağınızda alın, tanımasanız bile, besleyin, hissettiğiniz duyum önemlidir, bu hekim olarak bilerek olmalıdır.</p> <p><b>Moral, etik Duygular:</b> Hissettikleriniz insanlık boyutunda olup olmadığı dikkate alınmalıdır. Doğru nedir algısı olmalıdır, ceza ise zarar ve zulüm kavramındadır.</p> <p><b>Algılamak ile oluşanlar:</b> Bir insan farklı algısı olabilir, sevgiyi cinsellik karıştıran sevgiyi bilmemektedir.</p>

### Grafik/Şekil 4: Duygular ve ayırımı sunulmaktadır

#### Purpose and value

One view is that emotions [facilitate adaptive responses to environmental challenges](#). Emotions have been described as a result of [evolution](#) because they provided good solutions to ancient and recurring problems that faced our ancestors. [36] Emotions can function as a way to communicate what's important to individual, such as values and ethics. [37] However some emotions, such as some forms of [anxiety](#), are sometimes regarded as part of a [mental illness](#) and thus possibly of negative value. [38]

#### Classification

A distinction can be made between emotional episodes and emotional dispositions. Emotional dispositions are also comparable to character traits, where someone may be said to be generally disposed to experience certain emotions. For example, an irritable person is generally disposed to feel [irritation](#) more easily or quickly than others do. Finally, some theorists place emotions within a more general category of "affective states" where affective states can also include emotion-related phenomena such as [pleasure](#) and [pain](#), motivational states (for example, [hunger](#) or [curiosity](#)), moods, dispositions and traits. [39]

#### Basic emotions

For more than 40 years, [Paul Ekman](#) has supported the view that emotions are discrete, measurable, and physiologically distinct. Ekman's most influential work revolved around the finding that certain emotions appeared to be universally recognized, even in cultures that were preliterate and could not have learned associations for facial expressions through media. Another classic study found that when participants contorted their facial muscles into distinct facial expressions (for example, disgust), they reported subjective and physiological experiences that matched the distinct facial expressions. Ekman's facial-expression research examined six basic emotions: [anger](#), [disgust](#), [fear](#), [happiness](#), [sadness](#) and [surprise](#). [40]

Later in his career, [41] Ekman theorized that other universal emotions may exist beyond these six. In light of this, recent cross-cultural studies led by [Daniel Cordaro](#) and [Dacher Keltner](#), both former students of Ekman, extended the list of universal emotions. In addition to the original six, these studies provided evidence for [amusement](#), [awe](#), [contentment](#), [desire](#), [embarrassment](#), [pain](#), [relief](#), and [sympathy](#) in both facial and vocal expressions. They also found evidence for [boredom](#), [confusion](#), [interest](#), [pride](#), and [shame](#) facial expressions, as well as [contempt](#), [relief](#), and [triumph](#) vocal expressions. [42][43][44]

[Robert Plutchik](#) agreed with Ekman's biologically driven perspective but developed the "[wheel of emotions](#)", suggesting eight primary emotions grouped on a positive or negative basis: joy versus sadness; anger versus fear; trust versus disgust; and surprise versus anticipation. [45] Some basic emotions can be modified to form complex emotions. The complex emotions could arise from cultural conditioning or association combined with the basic emotions. Alternatively, similar to the way [primary colors](#) combine, [primary emotions](#) could blend to form the full spectrum of human emotional experience. For example, interpersonal [anger](#) and [disgust](#) could blend to form [contempt](#). Relationships exist between basic emotions, resulting in positive or negative influences. [46]

#### Multi-dimensional analysis

Psychologists have used methods such as [factor analysis](#) to attempt to map emotion-related responses onto a more limited number of dimensions. Such methods attempt to boil emotions down to underlying dimensions that capture the similarities and differences between experiences. [48] Often, the first two dimensions uncovered by factor analysis are [valence](#) (how negative or positive the experience feels) and [arousal](#) (how energized or enervated the experience feels). These two dimensions can be depicted on a 2D coordinate map. [49] This two-dimensional map has been theorized to capture one important component of emotion called [core affect](#). [50][51] Core affect is not theorized to be the only component to emotion, but to give the emotion its hedonic and felt energy.

Using statistical methods to analyze emotional states elicited by short videos, Cowen and Keltner identified 27 varieties of emotional experience: admiration, adoration, aesthetic appreciation, amusement, anger, anxiety, awe, awkwardness, boredom, calmness, confusion, craving, disgust, empathic pain, entrancement, excitement, fear, horror, interest, joy, nostalgia, relief, romance, sadness, satisfaction, sexual desire and surprise. [52]

#### Theories

**Pre-modern history**

In [Buddhism](#), emotions occur when an object is considered as attractive or repulsive. There is a felt tendency impelling people towards attractive objects and impelling them to move away from repulsive or harmful objects; a disposition to possess the object (greed), to destroy it (hatred), to flee from it (fear), to get obsessed or worried over it (anxiety), and so on.[53]

In [Stoic](#) theories, normal emotions (like delight and fear) are described as irrational impulses which come from incorrect appraisals of what is 'good' or 'bad'. Alternatively, there are 'good emotions' (like joy and caution) experienced by those that are wise, which come from correct appraisals of what is 'good' and 'bad'. [54][55]

[Aristotle](#) believed that emotions were an essential component of [virtue](#). [56] In the Aristotelian view all emotions (called passions) corresponded to appetites or capacities. During the [Middle Ages](#), the Aristotelian view was adopted and further developed by [scholasticism](#) and [Thomas Aquinas](#)[57] in particular.

In Chinese antiquity, excessive emotion was believed to cause damage to [qi](#), which in turn, damages the vital organs.[58] The four humours theory made popular by [Hippocrates](#) contributed to the study of emotion in the same way that it did for [medicine](#).

In the early 11th century, [Avicenna](#) theorized about the influence of emotions on health and behaviors, suggesting the need to manage emotions.[59]

Early modern views on emotion are developed in the works of philosophers such as [René Descartes](#), [Niccolò Machiavelli](#), [Baruch Spinoza](#), [60] [Thomas Hobbes](#)[61] and [David Hume](#). In the 19th century emotions were considered adaptive and were studied more frequently from an [empiricist](#) psychiatric perspective.

**Western theological**

Christian perspective on emotion presupposes a theistic origin to humanity. God who created humans gave humans the ability to feel emotion and interact emotionally. Biblical content expresses that God is a person who feels and expresses emotion. Though a somatic view would place the locus of emotions in the physical body, Christian theory of emotions would view the body more as a platform for the sensing and expression of emotions. Therefore emotions themselves arise from the person, or that which is "imago-dei" or [Image of God](#) in humans. In Christian thought, emotions have the potential to be controlled through reasoned reflection. That reasoned reflection also mimics God who made mind. The purpose of emotions in human life are therefore summarized in God's call to enjoy Him and creation, humans are to enjoy emotions and benefit from them and use them to energize behavior.

**Evolutionary theories****19th century**

Perspectives on emotions from evolutionary theory were initiated during the mid-late 19th century with [Charles Darwin's](#) 1872 book [The Expression of the Emotions in Man and Animals](#). [62] Surprisingly, Darwin argued that emotions served no evolved purpose for humans, neither in communication, nor in aiding survival. [63] Darwin largely argued that emotions evolved via the inheritance of acquired characters. [64] He pioneered various methods for studying non-verbal expressions, from which he concluded that some expressions had [cross-cultural](#) universality. Darwin also detailed homologous expressions of emotions that [occur in animals](#). This led the way for animal research on emotions and the eventual determination of the neural underpinnings of emotion.

**Contemporary**

More contemporary views along the [evolutionary psychology](#) spectrum posit that both basic emotions and social emotions evolved to motivate (social) behaviors that were adaptive in the ancestral environment. [13] Emotion is an essential part of any human decision-making and planning, and the famous distinction made between reason and emotion is not as clear as it seems. [65] Paul D. MacLean claims that emotion competes with even more instinctive responses, on one hand, and the more abstract reasoning, on the other hand. The increased potential in [neuroimaging](#) has also allowed investigation into evolutionarily ancient parts of the brain. Important neurological advances were derived from these perspectives in the 1990s by [Joseph E. LeDoux](#) and [Antonio Damasio](#).

Research on social emotion also focuses on the physical displays of emotion including body language of animals and humans (see [affect display](#)). For example, spite seems to work against the individual but it can establish an individual's reputation as someone to be feared. [13] Shame and pride can motivate behaviors that help one maintain one's standing in a community, and self-esteem is one's estimate of one's status. [13][66]

**Somatic theories**

[Somatic](#) theories of emotion claim that bodily responses, rather than cognitive interpretations, are essential to emotions. The first modern version of such theories came from [William James](#) in the 1880s. The theory lost favor in the 20th century, but has regained popularity more recently due largely to theorists such as [John T. Cacioppo](#), [67] [Antonio Damasio](#), [68] [Joseph E. LeDoux](#) [69] and [Robert Zajonc](#) [70] who are able to appeal to neurological evidence. [71]

**James-Lange theory**

Simplified graph of James-Lange Theory of Emotion

In his 1884 article [72] [William James](#) argued that feelings and emotions were *secondary* to [physiological](#) phenomena. In his theory, James proposed that the perception of what he called an "exciting fact" directly led to a physiological response, known as "emotion." [73] To account for different types of emotional experiences [74], James proposed that stimuli trigger activity in the [autonomic nervous system](#), which in turn produces an emotional experience in the brain. The Danish psychologist [Carl Lange](#) also proposed a similar theory at around the same time, and therefore this theory became known as the [James-Lange theory](#). As James wrote, "the perception of bodily changes, as they occur, is the emotion." James further claims that "we feel sad because we cry, angry because we strike, afraid because we tremble, and either we cry, strike, or tremble because we are sorry, angry, or fearful, as the case may be." [72]

An example of this theory in action would be as follows: An emotion-evoking stimulus (snake) triggers a pattern of physiological response (increased heart rate, faster breathing, etc.), which is interpreted as a particular emotion (fear). This theory is supported by experiments in which by manipulating the bodily state induces a desired emotional state. [75] Some people may believe that emotions give rise to emotion-specific actions, for example, "I'm crying because I'm sad," or "I ran away because I was scared." The issue with the James-Lange theory is that of causation (bodily states causing emotions and being a *priori*), not that of the bodily influences on emotional experience (which can be argued and is still quite prevalent today in biofeedback studies and embodiment theory). [76]

Although mostly abandoned in its original form, Tim Dalgleish argues that most contemporary neuroscientists have embraced the components of the James-Lange theory of emotions.[77]

The James-Lange theory has remained influential. Its main contribution is the emphasis it places on the embodiment of emotions, especially the argument that changes in the bodily concomitants of emotions can alter their experienced intensity. Most contemporary neuroscientists would endorse a modified James-Lange view in which bodily feedback modulates the experience of emotion. (p. 583)

#### **Cannon-Bard theory**

[Walter Bradford Cannon](#) agreed that physiological responses played a crucial role in emotions, but did not believe that physiological responses alone could explain [subjective](#) emotional experiences. He argued that physiological responses were too slow and often imperceptible and this could not account for the relatively rapid and intense subjective awareness of emotion.[78] He also believed that the richness, variety, and temporal course of emotional experiences could not stem from physiological reactions, that reflected fairly undifferentiated fight or flight responses.[79][80] An example of this theory in action is as follows: An emotion-evoking event (snake) triggers simultaneously both a physiological response and a conscious experience of an emotion.

Phillip Bard contributed to the theory with his work on animals. Bard found that sensory, motor, and physiological information all had to pass through the [diencephalon](#) (particularly the [thalamus](#)), before being subjected to any further processing. Therefore, Cannon also argued that it was not anatomically possible for sensory events to trigger a physiological response prior to triggering conscious awareness and emotional stimuli had to trigger both physiological and experiential aspects of emotion simultaneously.[79]

#### **Two-factor theory**

[Stanley Schachter](#) formulated his theory on the earlier work of a Spanish physician, [Gregorio Marañón](#), who injected patients with [epinephrine](#) and subsequently asked them how they felt. Marañón found that most of these patients felt something but in the absence of an actual emotion-evoking stimulus, the patients were unable to interpret their physiological arousal as an experienced emotion. Schachter did agree that physiological reactions played a big role in emotions. He suggested that physiological reactions contributed to emotional experience by facilitating a focused cognitive appraisal of a given physiologically arousing event and that this appraisal was what defined the subjective emotional experience. Emotions were thus a result of two-stage process: general physiological arousal, and experience of emotion. For example, the physiological arousal, heart pounding, in a response to an evoking stimulus, the sight of a bear in the kitchen. The brain then quickly scans the area, to explain the pounding, and notices the bear. Consequently, the brain interprets the pounding heart as being the result of fearing the bear.[81] With his student, [Jerome Singer](#), Schachter demonstrated that subjects can have different emotional reactions despite being placed into the same physiological state with an injection of epinephrine. Subjects were observed to express either anger or amusement depending on whether another person in the situation (a confederate) displayed that emotion. Hence, the combination of the appraisal of the situation (cognitive) and the participants' reception of adrenaline or a placebo together determined the response. This experiment has been criticized in Jesse Prinz's (2004) *Gut Reactions*. [82]

#### **Cognitive theories**

With the two-factor theory now incorporating cognition, several theories began to argue that cognitive activity in the form of judgments, evaluations, or thoughts were entirely necessary for an emotion to occur. One of the main proponents of this view was [Richard Lazarus](#) who argued that emotions must have some cognitive [intentionality](#). The cognitive activity involved in the interpretation of an emotional context may be conscious or unconscious and may or may not take the form of conceptual processing.

Lazarus' theory is very influential; emotion is a disturbance that occurs in the following order:

1. Cognitive appraisal – The individual assesses the event cognitively, which cues the emotion.
2. Physiological changes – The cognitive reaction starts biological changes such as increased heart rate or pituitary adrenal response.
3. Action – The individual feels the emotion and chooses how to react.

For example: Jenny sees a snake.

1. Jenny cognitively assesses the snake in her presence. Cognition allows her to understand it as a danger.
2. Her brain activates the adrenal glands which pump adrenaline through her blood stream, resulting in increased heartbeat.
3. Jenny screams and runs away.

Lazarus stressed that the quality and intensity of emotions are controlled through cognitive processes. These processes underline coping strategies that form the emotional reaction by altering the relationship between the person and the environment.

[George Mandler](#) provided an extensive theoretical and empirical discussion of emotion as influenced by cognition, consciousness, and the autonomic nervous system in two books (*Mind and Emotion*, 1975,[83] and *Mind and Body: Psychology of Emotion and Stress*, 1984[84])

There are some theories on emotions arguing that cognitive activity in the form of judgments, evaluations, or thoughts are necessary in order for an emotion to occur. A prominent philosophical exponent is [Robert C. Solomon](#) (for example, *The Passions, Emotions and the Meaning of Life*, 1993[85]). Solomon claims that emotions are judgments. He has put forward a more nuanced view which responds to what he has called the 'standard objection' to cognitivism, the idea that a judgment that something is fearsome can occur with or without emotion, so judgment cannot be identified with emotion. The theory proposed by [Nico Frijda](#) where appraisal leads to action tendencies is another example.

It has also been suggested that emotions (affect heuristics, feelings and gut-feeling reactions) are often used as shortcuts to process information and influence behavior.[86] The [affect infusion model](#) (AIM) is a theoretical model developed by Joseph Forgas in the early 1990s that attempts to explain how emotion and mood interact with one's ability to process information.

#### **Perceptual theory**

Theories dealing with perception either use one or multiples perceptions in order to find an emotion.[87] A recent hybrid of the somatic and cognitive theories of emotion is the perceptual theory. This theory is neo-Jamesian in arguing that bodily responses are central to emotions, yet it emphasizes the meaningfulness of emotions or the idea that emotions are about something, as is recognized by cognitive theories. The novel claim of this theory is that conceptually-based cognition is unnecessary for such meaning. Rather the bodily changes themselves *perceive* the meaningful content of the emotion because of being causally triggered by certain situations. In this respect, emotions are held to be analogous to faculties such as vision or touch, which provide information about the relation between the subject and the world in various ways. A sophisticated defense of this view is found in philosopher Jesse Prinz's book *Gut Reactions*, [82] and psychologist James Laird's book *Feelings*. [75]

#### **Affective events theory**

[Affective events theory](#) is a communication-based theory developed by Howard M. Weiss and Russell Cropanzano (1996),[\[88\]](#) that looks at the causes, structures, and consequences of emotional experience (especially in work contexts). This theory suggests that emotions are influenced and caused by events which in turn influence attitudes and behaviors. This theoretical frame also emphasizes *time* in that human beings experience what they call emotion episodes → a "series of emotional states extended over time and organized around an underlying theme." This theory has been utilized by numerous researchers to better understand emotion from a communicative lens, and was reviewed further by Howard M. Weiss and Daniel J. Beal in their article, "Reflections on Affective Events Theory", published in *Research on Emotion in Organizations* in 2005.[\[89\]](#)

#### **Situated perspective on emotion.**

A situated perspective on emotion, developed by Paul E. Griffiths and Andrea Scarantino, emphasizes the importance of external factors in the development and communication of emotion, drawing upon the [situationism](#) approach in psychology.[\[90\]](#) This theory is markedly different from both cognitivist and neo-Jamesian theories of emotion, both of which see emotion as a purely internal process, with the environment only acting as a stimulus to the emotion. In contrast, a situationist perspective on emotion views emotion as the product of an organism investigating its environment, and observing the responses of other organisms. Emotion stimulates the evolution of social relationships, acting as a signal to mediate the behavior of other organisms. In some contexts, the expression of emotion (both voluntary and involuntary) could be seen as strategic moves in the transactions between different organisms. The situated perspective on emotion states that conceptual thought is not an inherent part of emotion, since emotion is an action-oriented form of skillful engagement with the world. Griffiths and Scarantino suggested that this perspective on emotion could be helpful in understanding phobias, as well as the emotions of infants and animals.

#### **Yorum**

Öncelikle iletişime bakalım: 1) Bir sesleniyorsunuz, 2) ikinci boyut; havada bu ses karşıya ulaşmalı ve 3) karşı taraf bunu duymalı. Bundan sonra gelişmesi için 4) Kavranması, 5) cevap hazırlanmalı ve 6) yanıt verilmelidir. Bundan sonra halka tamamlanır ve yeniden başlar.

Sevgi diyorsunuz, eğer bunu cinsel olarak algılıyorsa, Cennetten Adem ve Havva kovulması gibi, sevgiyi ve kavramı yok etmektedir, soyutu bozmaktadır.

Duyguların ortaya konulması ve değerlendirilmesi, iki soyut kavramın karşılıklı ortaya konulması ki algılanması bile tam doğru olamaz.

İnsanların kendi duygusal yükü, felsefesi bakımından bir Reaksiyonel hazırdır, doğrudan bir yansıma gelmektedir, anksiyete ruhsal sağlam iken, psikolojik/psikoz olarak sağlıklı olmadan da yanıt verebilir.

Duyguların 6-8'li halkası şekil 2'de sunulmaktadır. Kanımca tümünün kaynağı, sevgi üzerinedir.

Birçok bireyin felsefe olarak görüşleri, bazı inanışlardaki de tam doğru değil, kendi görüşlerini ve inanışlarını sunmaktadırlar. Bunlarında sevgi yüküne göre irdelenmesi önemlidir.

James-Lange, Cannon-Bard görüşleri de kanımca yine sevgi boyutuna göre irdelenmelidir.

Bir bireye nöral modülatör verdiğinizde, bu dopamin, kafein veya Glutamat olabilir, bunun dozlarına göre, ultra az, düşük, normal, yüksek, çok yüksek verilmesi, zehirlenme boyutu altında olup, bunlara göre fizyolojik etkileşim gözlenir. Bunların bireydeki algısı ise farklıdır. Fiziksel veri ile bireysel algı bazen tam uyum göstermez. Bu açıdan sadece fiziksel veri değil, duygusal algıya da bakılmalıdır. Efektif etkileşim farklıdır.

#### **Genetics**

Emotions can motivate social interactions and relationships and therefore are directly related with basic [physiology](#), particularly with the [stress](#) systems. This is important because emotions are related to the anti-stress complex, with an oxytocin-attachment system, which plays a major role in bonding. Emotional [phenotype temperaments](#) affect social connectedness and fitness in complex social systems.[\[91\]](#) These characteristics are shared with other species and taxa and are due to the effects of [genes](#) and their continuous transmission. Information that is encoded in the DNA sequences provides the blueprint for assembling proteins that make up our cells. [Zygotes](#) require genetic information from their parental germ cells, and at every [speciation](#) event, heritable traits that have enabled its ancestor to survive and reproduce successfully are passed down along with new traits that could be potentially beneficial to the offspring.

In the five million years since the [lineages](#) leading to modern humans and [chimpanzees](#) split, only about 1.2% of their genetic material has been modified. This suggests that everything that separates us from chimpanzees must be encoded in that very small amount of DNA, including our behaviors. Studies that study animal behaviors have only identified intraspecific examples of gene-dependent behavioral phenotypes. In [voles](#) (*Microtus* spp.) minor genetic differences have been identified in a [vasopressin receptor](#) gene that corresponds to major species differences in [social organization](#) and the [mating system](#).[\[92\]](#) Another potential example with behavioral differences is the [FOXP2](#) gene, which is involved in neural circuitry handling [speech](#) and [language](#).[\[93\]](#) Its present form in humans differed from that of the chimpanzees by only a few mutations and has been present for about 200,000 years, coinciding with the beginning of modern humans.[\[94\]](#) Speech, language, and social organization are all part of the basis for emotions.

**Formation****Neurobiological explanation**

Based on discoveries made through neural mapping of the [limbic system](#), the [neurobiological](#) explanation of human emotion is that emotion is a pleasant or unpleasant mental state organized in the limbic system of the mammalian [brain](#). If distinguished from reactive responses of [reptiles](#), emotions would then be mammalian elaborations of general [vertebrate](#) arousal patterns, in which [neurochemicals](#) (for example, [dopamine](#), [noradrenaline](#), and [serotonin](#)) step-up or step-down the brain's activity level, as visible in body movements, gestures and postures. Emotions can likely be mediated by [pheromones](#) (see [fear](#)).[\[35\]](#) For example, the emotion of [love](#) is proposed to be the expression of Paleocircuits of the mammalian brain (specifically, modules of the [cingulate cortex](#) (or gyrus)) which facilitate the care, feeding, and grooming of offspring. Paleocircuits are neural platforms for bodily expression configured before the advent of [cortical circuits](#) for speech. They consist of pre-configured pathways or networks of [nerve cells](#) in the [forebrain](#), [brainstem](#) and [spinal cord](#).

Other emotions like fear and anxiety long thought to be exclusively generated by the most primitive parts of the brain (stem) and more associated to the fight-or-flight responses of behavior, have also been associated as adaptive expressions of defensive behavior whenever a threat is encountered. Although defensive behaviors have been present in a wide variety of species, Blanchard et al. (2001) discovered a correlation of given stimuli and situation that resulted in a similar pattern of defensive behavior towards a threat in human and non-human mammals.[\[95\]](#)

Whenever potentially dangerous stimuli is presented additional brain structures activate that previously thought (hippocampus, thalamus, etc). Thus, giving the amygdala an important role on coordinating the following behavioral input based on the presented neurotransmitters that respond to threat stimuli. These biological functions of the amygdala are not only limited to the "fear-conditioning" and "processing of aversive stimuli", but also are present on other components of the amygdala. Therefore, it can referred the amygdala as a key structure to understand the potential responses of behavior in danger like situations in human and non-human mammals.[\[96\]](#)

The motor centers of [reptiles](#) react to sensory cues of vision, sound, touch, chemical, gravity, and motion with pre-set body movements and programmed postures. With the arrival of night-active [mammals](#), smell replaced vision as the dominant sense, and a different way of responding arose from the [olfactory](#) sense, which is proposed to have developed into [mammalian](#) emotion and emotional memory. The mammalian brain invested heavily in [olfaction](#) to succeed at night as reptiles slept – one explanation for why olfactory lobes in mammalian brains are proportionally larger than in the reptiles. These odor pathways gradually formed the neural blueprint for what was later to become our limbic brain.[\[35\]](#)

Emotions are thought to be related to certain activities in brain areas that direct our attention, motivate our behavior, and determine the significance of what is going on around us. Pioneering work by [Paul Broca](#) (1878),[\[97\]](#) [James Papez](#) (1937),[\[98\]](#) and [Paul D. MacLean](#) (1952)[\[99\]](#) suggested that emotion is related to a group of structures in the center of the brain called the [limbic system](#), which includes the [hypothalamus](#), [cingulate cortex](#), [hippocampi](#), and other structures. More recent research has shown that some of these [limbic structures](#) are not as directly related to emotion as others are while some non-limbic structures have been found to be of greater emotional relevance.

**Prefrontal cortex**

There is ample evidence that the left [prefrontal cortex](#) is activated by stimuli that cause positive approach.[\[100\]](#) If attractive stimuli can selectively activate a region of the brain, then logically the converse should hold, that selective activation of that region of the brain should cause a stimulus to be judged more positively. This was demonstrated for moderately attractive visual stimuli[\[101\]](#) and replicated and extended to include negative stimuli.[\[102\]](#)

Two neurobiological models of emotion in the prefrontal cortex made opposing predictions. The valence model predicted that anger, a negative emotion, would activate the right prefrontal cortex. The direction model predicted that anger, an approach emotion, would activate the left prefrontal cortex. The second model was supported.[\[103\]](#)

This still left open the question of whether the opposite of approach in the prefrontal cortex is better described as moving away (direction model), as unmoving but with strength and resistance (movement model), or as unmoving with passive yielding (action tendency model). Support for the action tendency model (passivity related to right prefrontal activity) comes from research on shyness[\[104\]](#) and research on behavioral inhibition.[\[105\]](#) Research that tested the competing hypotheses generated by all four models also supported the action tendency model.[\[106\]\[107\]](#)

**Homeostatic/primordial emotion**

Another neurological approach proposed by [Bud Craig](#) in 2003 distinguishes two classes of emotion: "classical" emotions such as love, anger and fear that are evoked by environmental stimuli, and "[homeostatic emotions](#)" – attention-demanding feelings evoked by body states, such as pain, hunger and fatigue, that motivate behavior (withdrawal, eating or resting in these examples) aimed at maintaining the body's internal milieu at its ideal state.[\[108\]](#)

[Derek Denton](#) calls the latter "primordial emotions" and defines them as "the subjective element of the instincts, which are the genetically programmed behavior patterns which contrive [homeostasis](#). They include thirst, hunger for air, hunger for food, pain and hunger for specific minerals etc. There are two constituents of a primordial emotion--the specific sensation which when severe may be imperious, and the compelling intention for gratification by a consummatory act."[\[109\]](#)

**Emergent explanation**

[Joseph LeDoux](#) differentiates between the human's defense system, which has evolved over time, and emotions such as fear and [anxiety](#). He has said that the [amygdala](#) may release hormones due to a trigger (such as an innate reaction to seeing a snake), but "then we elaborate it through cognitive and conscious processes".[\[33\]](#)

[Lisa Feldman Barrett](#) highlights differences in emotions between different cultures,[\[110\]](#) and says that emotions (such as anxiety) "are not triggered; you create them. They emerge as a combination of the physical properties of your body, a flexible brain that wires itself to whatever environment it develops in, and your culture and upbringing, which provide that environment."[\[111\]](#) She has termed this approach the [theory of constructed emotion](#).

**Disciplinary approaches**

Many different disciplines have produced work on the emotions. [Human sciences](#) study the role of emotions in mental processes, disorders, and neural mechanisms. In [psychiatry](#), emotions are examined as part of the discipline's study and treatment of mental disorders in humans. [Nursing](#) studies emotions as part of its approach to the provision of holistic health care to humans. [Psychology](#) examines emotions from a scientific perspective by treating them as mental processes and behavior and they explore the underlying physiological and neurological processes, e.g., [cognitive behavioral therapy](#). In [neuroscience](#) sub-fields such as [social neuroscience](#) and [affective neuroscience](#), scientists study the neural mechanisms of emotion by combining neuroscience with the psychological study of personality, emotion, and mood. In [linguistics](#), the expression of emotion may change to the meaning of sounds. In [education](#), the role of emotions in relation to learning is examined.



[Social sciences](#) often examine emotion for the role that it plays in human culture and social interactions. In [sociology](#), emotions are examined for the role they play in human society, social patterns and interactions, and culture. In [anthropology](#), the study of humanity, scholars use ethnography to undertake contextual analyses and cross-cultural comparisons of a range of human activities. Some anthropology studies examine the role of emotions in human activities. In the field of [communication studies](#), critical organizational scholars have examined the role of emotions in organizations, from the perspectives of managers, employees, and even customers. A focus on emotions in organizations can be credited to [Arlie Russell Hochschild](#)'s concept of [emotional labor](#). The University of Queensland hosts EmoNet,[\[112\]](#) an e-mail distribution list representing a network of academics that facilitates scholarly discussion of all matters relating to the study of emotion in organizational settings. The list was established in January 1997 and has over 700 members from across the globe.

In [economics](#), the social science that studies the production, distribution, and consumption of goods and services, emotions are analyzed in some sub-fields of microeconomics, in order to assess the role of emotions on purchase decision-making and risk perception. In [criminology](#), a social science approach to the study of crime, scholars often draw on behavioral sciences, sociology, and psychology; emotions are examined in criminology issues such as [anomie](#) theory and studies of "toughness," aggressive behavior, and hooliganism. In [law](#), which underpins civil obedience, politics, economics and society, evidence about people's emotions is often raised in [tort](#) law claims for compensation and in [criminal law](#) prosecutions against alleged lawbreakers (as evidence of the defendant's state of mind during trials, sentencing, and parole hearings). In [political science](#), emotions are examined in a number of sub-fields, such as the analysis of voter decision-making.

In [philosophy](#), emotions are studied in sub-fields such as [ethics](#), the [philosophy of art](#) (for example, sensory-emotional values, and matters of [taste](#) and [sentimentality](#)), and the [philosophy of music](#) (see also [music and emotion](#)). In [history](#), scholars examine documents and other sources to interpret and analyze past activities; speculation on the emotional state of the authors of historical documents is one of the tools of interpretation. In [literature](#) and film-making, the expression of emotion is the cornerstone of genres such as drama, melodrama, and romance. In [communication studies](#), scholars study the role that emotion plays in the dissemination of ideas and messages. Emotion is also studied in non-human animals in [ethology](#), a branch of zoology which focuses on the scientific study of animal behavior. Ethology is a combination of laboratory and field science, with strong ties to ecology and evolution. Ethologists often study one type of behavior (for example, [aggression](#)) in a number of unrelated animals.

### Yorum

Türk Ceza Kanununda<sup>6</sup> suç kavramında; kanunda yazılı ve zarar oluşturacak somut eylem olmalı, idarenin düzenlediği suç değildir, geniş yorum, kıyas yapılamaz.

*Suçta ve cezada kanunilik ilkesi: Madde 2- (1) Kanunun açıkça suç saymadığı bir fiil için kimseye ceza verilemez ve güvenlik tedbiri uygulanamaz. Kanunda yazılı cezalardan ve güvenlik tedbirlerinden başka bir ceza ve güvenlik tedbirine hükümlenemez. (2) İdarenin düzenleyici işlemleriyle suç ve ceza konulamaz. (3) Kanunların suç ve ceza içeren hükümlerinin uygulanmasında kıyas yapılamaz. Suç ve ceza içeren hükümler, kıyasa yol açacak biçimde geniş yorumlanamaz.*

Diğer tüm davranışlar, duygular, başkasının hakları sınırına kadar serbesttir, sorgulanamaz, bu açıdan da duygular ise bireye özgüdür. İnanışlarda 622 Medine Antlaşmasında<sup>7</sup> da yasaktır. Bu açıdan duygular bireye özgü, bireyin hakkı çerçevesindedir. Başkasına zarar olmadıkça, anlamı da olamaz.

Bu konuda daha geniş irdeleme yapılmayacaktır.

Suç işleme genetik yapı olarak ele alınamaz, İnsan, Homo sapiens, sapiens, aynı tür olup, TCK yine sorumluluk bireydedir, Anayasanın 137. Maddesi<sup>8</sup> suç unsuru olan bir konu emir ile bile yapılamaz, kısaca sorumlu bireydir. Şeytan yaptırdı kavramı geçerli olamaz. Bu konudaki yaklaşımlar duygusal olup, hukuksal geçerli olamaz

### History

The [history of emotions](#) has become an increasingly popular topic recently, with some scholars<sup>[who?]</sup> arguing that it is an [essential](#) category of analysis, not unlike [class](#), [race](#), or [gender](#). Historians, like other social scientists, assume that emotions, feelings and their expressions are regulated in different ways by both different cultures and different historical times, and the [constructivist](#) school of history claims even that some sentiments and [meta-emotions](#), for example [schadenfreude](#), are learnt and not only regulated by culture. Historians of emotion trace and analyze the changing norms and rules of feeling, while examining emotional regimes, codes, and lexicons from social, cultural, or political history perspectives. Others focus on the history of [medicine](#), [science](#), or [psychology](#). What somebody can and may feel (and show) in a given situation, towards certain people or things, depends on [social norms](#) and rules; thus historically variable and open to change.<sup>[113]</sup> Several research centers have opened in the past few years in Germany, England, Spain,<sup>[114]</sup> Sweden, and Australia.

Furthermore, research in [historical trauma](#) suggests that some [traumatic](#) emotions can be passed on from parents to offspring to second and even third generation, presented as examples of [transgenerational trauma](#).

### Sociology

A common way in which emotions are conceptualized in sociology is in terms of the multidimensional characteristics including cultural or emotional labels (for example, anger, pride, fear, happiness), physiological changes (for example, increased perspiration, changes in pulse rate), expressive facial and body movements (for example, smiling, frowning, baring teeth), and appraisals of situational [cues](#).<sup>[15]</sup> One comprehensive theory of emotional arousal in humans has been developed by Jonathan Turner (2007: 2009).<sup>[115][116]</sup> Two of the key eliciting factors for the arousal of emotions within this theory are expectations states and sanctions. When people enter a situation or encounter with certain expectations for how the encounter should unfold, they will experience different emotions depending on the extent to which expectations for Self, other and situation are met or not met. People can also provide positive or negative sanctions directed at Self or other which also trigger different emotional experiences in individuals. Turner analyzed a wide range of emotion theories across different fields of research including sociology, psychology, evolutionary science, and neuroscience. Based on this analysis, he identified four emotions that all researchers consider being founded on human neurology including assertive-anger, aversion-fear, satisfaction-happiness, and disappointment-sadness. These four categories are called primary emotions and there is some agreement amongst researchers that these primary emotions

become combined to produce more elaborate and complex emotional experiences. These more elaborate emotions are called first-order elaborations in Turner's theory and they include sentiments such as pride, triumph, and awe. Emotions can also be experienced at different levels of intensity so that feelings of concern are a low-intensity variation of the primary emotion aversion-fear whereas depression is a higher intensity variant.

Attempts are frequently made to regulate emotion according to the conventions of the society and the situation based on many (sometimes conflicting) demands and expectations which originate from various entities. The expression of anger is in many cultures discouraged in girls and women to a greater extent than in boys and men (the notion being that an angry man has a valid complaint that needs to be rectified, while an angry woman is hysterical or oversensitive, and her anger is somehow invalid), while the expression of sadness or fear is discouraged in boys and men relative to girls and women (attitudes implicit in phrases like "man up" or "don't be a sissy").<sup>[117][118]</sup> Expectations attached to social roles, such as "acting as man" and not as a woman, and the accompanying "feeling rules" contribute to the differences in expression of certain emotions. Some cultures encourage or discourage happiness, sadness, or jealousy, and the free expression of the emotion of disgust is considered socially unacceptable in most cultures. Some social institutions are seen as based on certain emotion, such as [love](#) in the case of contemporary institution of [marriage](#). In advertising, such as health campaigns and political messages, emotional appeals are commonly found. Recent examples include no-smoking health campaigns and political campaigns emphasizing the fear of terrorism.<sup>[119]</sup> Sociological attention to emotion has varied over time. [Émile Durkheim](#) (1915/1965)<sup>[120]</sup> wrote about the collective effervescence or emotional energy that was experienced by members of totemic rituals in Australian aborigine society. He explained how the heightened state of emotional energy achieved during totemic rituals transported individuals above themselves giving them the sense that they were in the presence of a higher power, a force, that was embedded in the sacred objects that were worshipped. These feelings of exaltation, he argued, ultimately lead people to believe that there were forces that governed sacred objects.

In the 1990s, sociologists focused on different aspects of specific emotions and how these emotions were socially relevant. For Cooley (1992),<sup>[121]</sup> pride and shame were the most important emotions that drive people to take various social actions. During every encounter, he proposed that we monitor ourselves through the "looking glass" that the gestures and reactions of others provide. Depending on these reactions, we either experience pride or shame and this results in particular paths of action. Retzinger (1991)<sup>[122]</sup> conducted studies of married couples who experienced cycles of rage and shame. Drawing predominantly on Goffman and Cooley's work, Scheff (1990)<sup>[123]</sup> developed a micro sociological theory of the social bond. The formation or disruption of social bonds is dependent on the emotions that people experience during interactions.

Subsequent to these developments, Randall Collins (2004)<sup>[124]</sup> formulated his interaction ritual theory by drawing on Durkheim's work on totemic rituals that was extended by Goffman (1964/2013; 1967)<sup>[125][126]</sup> into everyday focused encounters. Based on interaction ritual theory, we experience different levels or intensities of emotional energy during face-to-face interactions. Emotional energy is considered to be a feeling of confidence to take action and a boldness that one experiences when they are charged up from the collective effervescence generated during group gatherings that reach high levels of intensity.

There is a growing body of research applying the sociology of emotion to understanding the learning experiences of students during classroom interactions with teachers and other students (for example, Milne & Otieno, 2007;<sup>[127]</sup> Olitsky, 2007;<sup>[128]</sup> Tobin, et al., 2013;<sup>[129]</sup> Zembylas, 2002<sup>[130]</sup>). These studies show that learning subjects like science can be understood in terms of classroom interaction rituals that generate emotional energy and collective states of emotional arousal like [emotional climate](#).

Apart from interaction ritual traditions of the sociology of emotion, other approaches have been classed into one of six other categories:<sup>[116]</sup>

- evolutionary/biological theories
- symbolic interactionist theories
- dramaturgical theories
- ritual theories
- power and status theories
- stratification theories
- exchange theories

This list provides a general overview of different traditions in the sociology of emotion that sometimes conceptualise emotion in different ways and at other times in complementary ways. Many of these different approaches were synthesized by Turner (2007) in his sociological theory of human emotions in an attempt to produce one comprehensive sociological account that draws on developments from many of the above traditions.<sup>[115]</sup>

<sup>[93]</sup> <sup>[94]</sup> <sup>[92]</sup>

#### **Psychotherapy and regulation**

Emotion regulation refers to the cognitive and behavioral strategies people use to influence their own emotional experience.<sup>[131]</sup> For example, a behavioral strategy in which one avoids a situation to avoid unwanted emotions (trying not to think about the situation, doing distracting activities, etc.)<sup>[132]</sup> Depending on the particular school's general emphasis on either cognitive components of emotion, physical energy discharging, or on symbolic movement and facial expression components of emotion different schools of [psychotherapy](#) approach the regulation of emotion differently. Cognitively oriented schools approach them via their cognitive components, such as [rational emotive behavior therapy](#). Yet others approach emotions via symbolic movement and facial expression components (like in contemporary [Gestalt therapy](#)).<sup>[133]</sup>

#### **Cross-cultural research**

Research on emotions reveals the strong presence of cross-cultural differences in emotional reactions and that emotional reactions are likely to be culture-specific.<sup>[134]</sup> In strategic settings, [cross-cultural](#) research on emotions is required for understanding the psychological situation of a given population or specific actors. This implies the need to comprehend the current emotional state, mental disposition or other behavioral motivation of a target audience located in a different culture, basically founded on its national, political, social, economic, and psychological peculiarities but also subject to the influence of circumstances and events.<sup>[135]</sup>

#### **Computer science**

In the 2000s, research in computer science, engineering, psychology and neuroscience has been aimed at developing devices that recognize human [affect](#) display and model emotions.<sup>[136]</sup> In computer science, [affective computing](#) is a branch of the study and development of [artificial intelligence](#) that deals with the design of systems and devices that can recognize, interpret, and process human emotions. It is an interdisciplinary field spanning [computer sciences](#), [psychology](#), and [cognitive science](#).<sup>[137]</sup> While the origins of the field may be traced as far back as to early philosophical enquiries into [emotion](#),<sup>[72]</sup> the more modern branch of computer science originated with [Rosalind Picard's](#) 1995 paper<sup>[138]</sup> on affective

computing.[139][140] Detecting emotional information begins with passive [sensors](#) which capture data about the user's physical state or behavior without interpreting the input. The data gathered is analogous to the cues humans use to perceive emotions in others. Another area within affective computing is the design of computational devices proposed to exhibit either innate emotional capabilities or that are capable of convincingly simulating emotions. Emotional speech processing recognizes the user's emotional state by analyzing speech patterns. The detection and processing of facial expression or body gestures is achieved through detectors and sensors.

The effects on memory

Emotion affects the way [autobiographical memories](#) are encoded and retrieved. Emotional memories are reactivated more, they are remembered better and have more attention devoted to them.[141] Through remembering our past achievements and failures, autobiographical memories affect how we perceive and feel about ourselves.[141]

#### Notable theorists

In the late 19th century, the most influential theorists were [William James](#) (1842–1910) and [Carl Lange](#) (1834–1900). James was an American psychologist and philosopher who wrote about educational psychology, psychology of religious experience/mysticism, and the philosophy of pragmatism. Lange was a Danish physician and psychologist. Working independently, they developed the [James–Lange theory](#), a hypothesis on the origin and nature of emotions. The theory states that within human beings, as a response to experiences in the world, the autonomic nervous system creates physiological events such as muscular tension, a rise in heart rate, perspiration, and dryness of the mouth. Emotions, then, are feelings which come about as a result of these physiological changes, rather than being their cause.[142]

[Silvan Tomkins](#) (1911–1991) developed the [affect theory](#) and script theory. The affect theory introduced the concept of basic emotions, and was based on the idea that the dominance of the emotion, which he called the affected system, was the motivating force in human life.[143]

Some of the most influential deceased theorists on emotion from the 20th century include [Magda B. Arnold](#) (1903–2002), an American psychologist who developed the [appraisal theory](#) of emotions;[144] [Richard Lazarus](#) (1922–2002), an American psychologist who specialized in emotion and stress, especially in relation to cognition; [Herbert A. Simon](#) (1916–2001), who included emotions into decision making and artificial intelligence; [Robert Plutchik](#) (1928–2006), an American psychologist who developed a psychoevolutionary theory of emotion;[145] [Robert Zajonc](#) (1923–2008) a Polish–American social psychologist who specialized in social and cognitive processes such as social facilitation; [Robert C. Solomon](#) (1942–2007), an American philosopher who contributed to the theories on the philosophy of emotions with books such as *What Is An Emotion?: Classic and Contemporary Readings* (2003);[146] [Peter Goldie](#) (1946–2011), a British philosopher who specialized in ethics, aesthetics, emotion, mood and character; [Nico Frijda](#) (1927–2015), a Dutch psychologist who advanced the theory that human emotions serve to promote a tendency to undertake actions that are appropriate in the circumstances, detailed in his book *The Emotions* (1986);[147] [Jaak Panksepp](#) (1943–2017), an Estonian-born American psychologist, psychobiologist, neuroscientist and pioneer in affective neuroscience.

Influential theorists who are still active include the following psychologists, neurologists, philosophers, and sociologists:

- [Michael Apter](#) – (born 1939) British psychologist who developed [reversal theory](#), a structural, phenomenological theory of personality, motivation, and emotion
- [Lisa Feldman Barrett](#) – (born 1963) neuroscientist and psychologist specializing in [affective science](#) and human emotion
- [John T. Cacioppo](#) – (born 1951) from the [University of Chicago](#), founding father with [Gary Berntson](#) of [social neuroscience](#)
- [Randall Collins](#) – (born 1941) American sociologist from the [University of Pennsylvania](#) developed the interaction ritual theory which includes the emotional entrainment model
- [Antonio Damasio](#) (born 1944) – Portuguese behavioral neurologist and neuroscientist who works in the US
- [Richard Davidson](#) (born 1951) – American psychologist and neuroscientist; pioneer in [affective neuroscience](#)
- [Paul Ekman](#) (born 1934) – psychologist specializing in the study of emotions and their relation to facial expressions
- [Barbara Fredrickson](#) – Social psychologist who specializes in emotions and [positive psychology](#).
- [Arlie Russell Hochschild](#) (born 1940) – American sociologist whose central contribution was in forging a link between the subcutaneous flow of emotion in social life and the larger trends set loose by modern capitalism within organizations
- [Joseph E. LeDoux](#) (born 1949) – American neuroscientist who studies the biological underpinnings of memory and emotion, especially the mechanisms of fear
- [George Mandler](#) (born 1924) – American psychologist who wrote influential books on cognition and emotion
- [Konstantinos V. Petrides](#) – Greek-British psychologist who specializes in emotion, personality, psychometrics, and philosophy of mind. professor of psychology and psychometrics at [University College London](#)
- [Jesse Prinz](#) – American philosopher who specializes in emotion, moral psychology, aesthetics and consciousness
- [James A. Russell](#) (born 1947) – American psychologist who developed or co-developed the [PAD theory of environmental impact](#), [circumplex model of affect](#), prototype theory of emotion concepts, [a critique of the hypothesis of universal recognition of emotion from facial expression](#), concept of [core affect](#), developmental theory of differentiation of emotion concepts, and, more recently, the theory of the [psychological construction of emotion](#)
- [Klaus Scherer](#) (born 1943) – Swiss psychologist and director of the Swiss Center for Affective Sciences in Geneva; he specializes in the psychology of emotion
- [Ronald de Sousa](#) (born 1940) – English–Canadian philosopher who specializes in the philosophy of emotions, philosophy of mind and philosophy of biology
- [Jonathan H. Turner](#) (born 1942) – American sociologist from the [University of California, Riverside](#), who is a general sociological theorist with specialty areas including the sociology of emotions, ethnic relations, social institutions, social stratification, and bio-sociology
- [Dominique Moïsi](#) (born 1946) – authored a book titled *The Geopolitics of Emotion* focusing on emotions related to globalization[148]

## Yorum

Duygular konusunda, farklı görüşler olabilmektedir. Dayanaklar çeşitli olabilir, bunlar sosyal, kültürel gerekçelere dayandırılabilir, suç hangi durumda olursa olsun kabul görmez, gelenek gerekçesi suçlu ağırlaştırır.

Duyguların, sevginin gelişim aşamaları: 1) Çocuklarda olduğu gibi, ruhsal değişim ile duyguların yaş ile gelişmesi ile değişmektedir, 2) Semboller bireyin algılaması ile değişmektedir, kırmızı gül, beyaz papatyayı algılayan için anlamı vardır, 3) Bazı boyutların dramatize edilmesi, maçlarda İstiklal Marşı çalınması ile duygu katılmaktadır, 4) Destan, dini algılar ile duygular bir tapınma şeklinde de dönüşmektedir, 5) Bazı kurumların simgesi olan rozetler gibi boyutlar da algıları değiştirmektedir, hekimlerin önlük ve stetoskopu, savaşta bile algıyı değiştirir, 6) Sosyal Konum, amir olan ile farklı konumda olmak gibi boyutlar, 7) Değişim, duygu ve değişimlerde değişimler, inançlardaki değişimler bir farklılaşma aşamalarıdır.

Kısaca duygular bireye özgüdür, sorgulanamaz, yorumlanamaz, karışılmaz, irdelenemez. Sadece bilgi verilebilir, gerekirse öğüt olabilir.

## Su algısı

### Su

Oluşumuzun ana temel kapsamı  
Yarıdan fazlamız sudan oluşur  
Sevginin boyutudur  
Algılayanlar için nimettir su  
Çağlar, akar gider  
Zaman gibi devamlı değişim içindedir  
Yaratılışın temel ögesidir su

...

Bizden çok çekmiştir  
Kirlilerimizi yıkaması yetmiyor gibi  
Kirli atıklarımızı da içine atar  
Uzaklara taşınmasını isteriz  
Uzak kalmadığının algısında olmadan  
Kendi kendimizi kirletiriz

...

Suya hayranlığımıza şaşırılmayalım  
Uzun bir süre susuz kalın sorarım size  
Nasıl sayıyorsunuz su diyerek  
Oruçta bile en sıkıntı çekilen susuzluktur

...

Suyun içinde insan çok dinlenir  
Ilık ve sıcak su terapi yapar  
Felçli bile olsanız, içinde yapılan hareketler  
Kısaca hastalıkta bile bize bir nimettir

...

Kaynar su en zor bir acıdır  
Aylarca iyi olmaz, devamlı pansumana karşın  
Bir Cehennem verisidir  
Biri Cennet, diğeri Cehennem algısıdır

...

Farklı boyutlar aramayalım sakın  
Cennet ve Cehennemi aynı kapsamda buluruz  
Su, bize bir vurgudur, hissedilen  
Temel anlamı da sevgidir, karşılıksız  
Suya duyulan hayranlıktır

### Pleasure to Water

The composition of our body.  
Mainly water, at each age period.  
This is a symbol of love.  
For the one who perceive the fact.  
Time is continually running.  
Creation is also, by water.

....

Water is so hard to survive at us.  
We washed by water at our dirty ones.  
Also discard them, taken away by water.  
Carrying to other places  
As if get away, thus so close to us.  
Making dirty to all, the Earth.

...

Not so astonishing, my love to water.  
If you will be some time be thirsty.  
Not taken any, so, dreaming as drinking water.

...

Resting in water is enormously a therapy.  
Warm and hot water is excellent.  
Even handicapped, the water is best rehabilitation.  
Thus, be best at diseases confirmed.

...

Boiling water is so disastrous.  
Healing is so time required, with painful.  
A signal of Evil, counter of Heaven.

...

Not try to search other considerations.  
Hell and Heaven be at the same concept.  
Water is a symbol of ourselves.  
Both sides, love is the main fact.

Respect is the only one, especially when using mind.

...  
İnsan terler, kendini pis hisseder  
Bir su ile yıkanır temizlenir  
Tatlı veya deniz suyunda bir dinlenir  
Ne kadar mutlu ve temiz hisseder  
Sudan başka bir etken yapabilir mi bunları?  
Sanmıyorum  
MAA

...  
Sweeting and so feeling dirty.  
When washing with water, clearing the body.  
At pool or at sea, no matter the factor.  
Be configurate us cool and contented.  
Not any other be so make us pleased and happy.  
MAA

**Şiir/Poem 1:** Susuz olan birisinin su içerek susuzluğunun giderilmesi en büyük mutluluk değil midir? When you are thirsty, drinking is most precious, isn't it?

Başka söyleyecek söz kalmaz herhalde.

## Duyguların İfadesi, Şiirler

Başlıca duyguların şiirsel olarak sunumu aşağıda yapılmaktadır.

### Mutluluk

Bir kişi sizi okşayınca  
En ideali, suyun içinde dalgalar gibi okşanmak  
Hafif su hareketlerinin oluşturduğu duygu  
Endojen üretilen, oksitosin, seratonin, dopamin  
En önemlisi endomorfın ile bir gevşeme  
Bir mutluluk halkası içinde olmamak mümkün değil  
...  
Denize kavuşmak için koşan çocuğun sevinci  
Suyu etrafı sıçrattırken görülen neşesi  
Suyu etrafa yararken aldığı zevk  
Yaptığı eylem ile duyduğu keyif  
Ben yaptım diyerek bir gurur duyması  
Heyecan ve coşkunluğunun taşkınlığı  
Bir ruhsal rahatlama duyması da cabası  
İşte bu bir mutluluk halkasıdır  
Çocuk dedik, örtülmemiş duyguları olur  
Erişken ise maalesef bastırılmış duygulardadır  
Su ile bütünleşmenin mutluluğu, kaçınılmaz  
MAA

**Happiness, Pleasure**  
When a person just making a contact.  
Skin to skin touching is so precious.  
Water movements, tides even the best.  
Endogenous production of hormones.  
Endorphin, seratonin, oxytocin, dopamin.  
As called happiness hormones be formed.  
...  
We are so desired to reach the sea, running.  
The flashing the water to around.  
The wetting with the seawater.  
Making a fun with a friend.  
Not as physically, as mentally, psychology.  
A happiness circle, with the affection.  
We called as child; thus, we all are being at same.  
Not suppressed the feeling.  
Enjoy, be united with happiness with water.  
MAA

**Şiir/Poem 1:** Susuz olan birisinin su içerek susuzluğunun giderilmesi en büyük mutluluk değil midir? When you are thirsty, drinking is most precious, isn't it?

### Üzüntü

Deniz kıyısında olup, denize girememek  
Deniz pis olması  
Soğuk olması, derin olması  
Çeşitli nedenler ile hasret kavuşmayınca olmaz  
Kışın Kasım'da Alanya'da girdiğim anı hatırlarım  
Dayanılmaz hasreti, olan coşkunluğu  
Gidermek, üzüntüyü yatıştırmak için girmiştım  
...  
Deniz, bir yanda siz bir yanda kederin boyutu büyük  
Yüreğinizde özel bir acı duygusu vardır  
Pandemide hayali bile ne kadar güzeldir  
Kasvetli kara bulutlar bile denize girmeyi bastırmıyor  
Su içindeki his, bir melankoli boyutudur  
Umutsuzluk içinde olmayalım, kendi banyomuzda  
Küvet içinde, yalnızlığımızı giderelim

**Grief**  
Sadness, when seeing the sea not be in touch with.  
There are several reasoning.  
The worse, the dirty water, covered with.  
Not as cold or deep, the debris that makes the dirt.  
Not meaning as natural products.  
The fabrics the discharge of canalization.  
...  
You looked and you are so deeply in sorrow.  
A deep pain in your heart.  
Who made it, so unwanted water?  
Industry is the reason of the pollution of the water.  
The feeling is like a melancholic reaction to us.  
The desires will not be lowered or satisfied.

Hasretimizi yatıştırırım  
Depresyonun en önemli ilacıdır  
Ilık su içinde olmak, küvet içinde dinlenmek  
Su ile kucaklaşmak  
...  
Bir defa kirlenme olunca  
Eski geri dönmez ki  
Yenilenme, bir değişimdir  
Yeni bir çevre düzenlemesi, yeni yapılanma oluşur  
Eski, sadece fotoğraflarda kalır  
MAA

Our memories are so fresh.  
Depression is not meaning of our reaction.  
Grief, sadness, and anger be the factor.  
Not satisfied a bath, in bathroom.  
...  
The past will not be returning back.  
The memories will not be come true.  
The refreshing will be a construction new.  
New concepts for the environment.  
Old will be rested at the pictures.  
MAA

**Şiir/Poem 2:** Suya bakmak ile duyulan haz ne kadar güçlüdür, bakmamak ise üzüntüdür.  
Sadness, even at the seaside, not seen the sea, is the fact.

### Korku

Su, en büyük korku kaynağıdır, unutmamalı  
Bir selin korkunç boyutunu gören iyi bilir  
Dizginsiz, enerjiden kaygı duyar  
Her önüne geleni söker, yıkar, taşır, götürür  
Yağmur şiddetli olunca sel korkusu doğaldır  
Niye tedbir alınmadığı konusu bir sinirlilik yaratır  
Dibi bilinmeyen sudan geçmek ürkeklik yaratır  
Sel suyunda geçmek ise delilik, korkudur  
Bir insanı sürükleyip götürüyorsa, dehşet  
Aynı zamanda kurtaramamanın paniği de hakimdir  
Su ile birliktelik çok güzel  
Ancak, insanlıkta olması gibi  
Su, korkutan yanları olan değil, sevmek için olmalı  
...  
Ben denize giren kişilere seslenirim  
İlk Kural, deniz ıslaktır, ıslanırsın  
Ayrıca çok kalırsan üşütürsün  
İkinci Kural, içinde balık gibi nefes alınmaz  
Üçüncüsü, su içilir sanma, içilmez, böreği bozar  
Biliyor musun bunları derim  
Biliyorum derler ama sonuçta uyan oluyorsa  
Boğulmalar ve ayağa giren kramplar neden?  
Korku değil temelde olan  
Yapılması gereken, dikkat, önlem ve korunmadır  
MAA

**Horror, Distress**  
Water one of the most afraid of, fearing.  
When there is a flood, nothing be resist.  
Uncontrolled energy.  
Destroys, damaged whatever on the way.  
Rain is the desired one.  
If more, and overflows, be dangerous.  
You cannot step a river, when not seen the bottom.  
Drowning is the mostly be at result.  
Together with the water be a cool.  
If a catalyst, a disaster of flood.  
Most afraid of one.  
...  
I called person, when going in the sea.  
First rule, it is a water, being inside, getting wet.  
Thus, if being cold, spasm, freezing be noticed.  
Second rule, not taking breath inside, not a fish.  
Third, not be a drinkable water.  
Asking, whether knows all.  
All said that they knew.  
The point not to know or not.  
Be an informative state and warning.  
Giving the fear from me to them.  
MAA

**Şiir/Poem 3:** Su hayranlık ifadesi iken, taşkın olması da bir korku boyutudur. Water be even more fearful one, if uncontrollable.

### Şaşkınlık

Güneş batarken suyun üzerinde bıraktığı iz  
Renklerin cümbüşlüyü  
Bir hayret, hayranlık karşımı, şaşkınlık yaratır  
Sudan oluşan bulutların devamlı değişimi  
Güzelliği, şekilleri bir sürpriz yaratır  
Şaşırma, şaşkınlık boyutu ile yaşanan çok  
Nasıl oluştuğu şeklinde duyulan merak  
Tümü bize hayranlık temelinde şaşkın oluruz  
Su, su buharı işte bize böyle bir duygu yaşatır  
Şaşkınlık ile hayranlık karışımı bir boyuttur bu  
...  
Su, bu kadar insanda olumlu etki yapar mı?

**Wondering**  
The view on the sea, at sunset.  
A harmony of colors, on the water.  
Such an adorable and desired one.  
The shapes of clouds so differentiated.  
Wondering and so differential.  
No one be similar to each, unique and sole.  
Water vapor is the factor, the designer.  
We try to copy, an art of nature.  
...  
Water is so cause of happiness.

Tersi, kaynar suda haşlanan için çekilen acı  
İnsanların rahatlığını sağlaması açısından önemi  
Bedene, vücuduna, sağlığına uygun olmalı  
Şaşkınlık değil, mutluluk boyutunu sağlar  
MAA

This is a wandering of the fact.  
Thus, boiling water is contrary so painful.  
Water be balanced about the body.  
Not wondering, it is on healthy and be in happiness.  
MAA

**Şiir/Poem 4:** Suda oluşan yansımalar, büyük hayranlık çeker. When we have noticed the sightseeing of sea, water, so enormous colors, and view, we adore.

### Öfke

Doktor arkadaşımız boğuldu  
Bir öfke bulutu sardı beni  
Gayet iyi yüzmeyi biliyordu  
Hekim olan nasıl boğulabilir dedim  
Akıntıya karşı geçmek istemesi  
Bir hiddet algısı ve kızgınlık ile  
Kimse karışmasın diyerek sabah erken gitmesi  
Bir sinirlilik ve hınc sarmalı içinde olması  
Daha önce boğulanlar karşı duyduğu düşmanlık  
Bir sinirlilik hali ile ben yenerim duygusu  
Mühendis boğuldu, ben boğulmam yaklaşımı  
Öfke ile kalkan zararlar oturur  
Canı pahasına deniz ile oyun olur mu?  
Sev, okşa, mutluluk yaşamak istiyorsan  
Aslanın ağzına elini sokma  
Sevgi boyutu, onun huyunu algılamak ile olur  
Suyu sevmek, onun doğasına uygun olmalıdır  
Sevmenin temelinde saygı olmalıdır  
MAA

**Anger**  
My friend was drown.  
He is an MD and Anesthetist, professor.  
Swims best, and knows the condition.  
Want to overcome the current.  
He had an anger, to want to pass.  
At morning not anyone be making a blockage.  
So anxious and so ambitious.  
Anger to the drown before, as civil engineered.  
He wanted to pass, the current.  
The anxiousness will not be so accepted.  
Not to fight at the nature.  
Be In love and adore it.  
Be pet the lion, not put hand at the mouth.  
Love is the perception of the fact.  
The person, the condition, the aspect.  
Grounding of the love must be respect.  
MAA

**Şiir/Poem 5:** Suyu karşı öfken varsa, bu suya değil, kendinedir, tedbir ve koruma almamaktan dolayı kızgınlığıdır. Anger to the water, must be anger to yourself, replacing it to other one.

### İlgi

Su, her zaman ve her şartlarda ilgimizi çekmiştir  
Bu merak duymanın ötesidir  
Her seferinde ayrı bir zevk almamız  
Her boyutta bizi içine kabul etmesi  
Bir nevi aramızda olan dostluk  
Daima ona güveniriz  
Isısı, suyun kalitesi ve diğer faktörlere uyarsak  
Hiçbir zaman bizi hüsrana uğratmaz  
Bizi şefkatle içine alır, sarar  
Bir sevgidir bu aramızda olan  
Bir bağlılık, bir adanmışlıktır bu  
Sevgi boyutunda bir ilgidir bu  
MAA

**Interest**  
Water is always interest to people.  
Working on it leads more unknown.  
The spring of freshwater tastes are differs.  
So, if you have interest, you can confirm it.  
A friendship, between you and the water.  
As we always have a trust.  
Not trust to pollution making one.  
So, the water is closely hold you.  
There is a friendship between.  
A commented one.  
MAA

**Şiir/Poem 6:** Suyu karşı ilgi, kavradıkça ve anladıkça artar, sevgidir kaynağı. When you are thirsty, the interest and love be obvious.

### İğrenme

Ne kadar seversek sevelim  
Bir damla pislik içine karışır  
Tiksinme boyutu öne çıkar  
Onu hor görür, döker, uzaklaştırırız  
İğrenmenin ötesinde bir küçümseme

**Disgust**  
Whatever we like, love or not.  
When a drop of dirt be n water.  
Disgusting and disregard it.  
Only be acceptable fresh and clean one.

Bir nefret gibi bir boyut olur  
Pisliği uzaklaştıran olduğu için  
Sevinmemiz gerekirken  
Sevmeme boyutu öne çıkar, hoşlanmayız  
Düşünmeyiz, eğer su olmasa, nasıl temizlenecek diye  
MAA

Other cannot be tolerable.  
Not be liked also.  
Disguising and being aware of it.  
Searching the fresh and clear one.  
MAA

**Şiir/Poem 7:** Su, yalın ve temizdir, iğrenme, onu kirletenedir. Disgust to water is you, yourself anger appearances.

### Utanç

Suya karşı utanç duyulur mu?  
Niye kirlettik, niye bozduk temiz suları?  
Suçluluk doğrudan, endüstri gerekçe olsa bile  
Hayal kırıklığı, temizleme olanağı varken diye?  
Yapan ötesi, bizler bile vicdan azabı çekeriz  
Pişmanlık ötesi, üzüntü hakimdir  
Su imal boyutunda şart ise, niye temizlemiyoruz\*  
Ona gereksinimiz varken, atıp, niye kullanıyor?  
Çevreyi kirletiyor, sonra geri getiremiyoruz  
Bir aşk, sevgi olduğunu niye unutuyoruz?  
MAA

**Shame**  
Can we feel shame on water?  
If we polluted, yes.  
Not reasoning as industrialization.  
You can cleaned, further biological cleaning process.  
We use clean water.  
So after using make it clear again.  
Not any reasoning as serve, care in love.  
Why we forgetting the precious side of water?  
MAA

**Şiir/Poem 8:** Yapılan işlem, suyun kirletilmesi ise, pişmanlık ve utanç geçmiş olsun. Ashamed of yourself, what you performed.

### Sevgi

Tüm duyguların üstünde olan sevgidir  
Sevgi boyutu, hoşgörüyü de kapsar  
Sevinç ve güven duygusu temelindedir  
Sevdiğinizi kucaklar, dayanır ve sarılır  
Korur, gözetir ve kavrarınız  
Su böyle bir boyuttur  
İçine konulduğu kap, sürahi  
Onu sağlıklı koruma ötesinde bir sanat eseridir  
Bilinir ki kap ile su alışveriş içindedir  
Bu nedenle en kaliteli olması tercih edilendir  
...  
Ben suyu severim diyen kişi  
Bir farklı bakılabilir  
Sevmeyen var mıdır diye sorulur  
Ancak sevmek için algılamak, farkında olmak gerekir  
Musluk suyu ile kaynak suyunu ayırmayan  
Her kaynak suyun tadının da farklı olduğunu  
Farkına varmayan kişinin  
Sadece gözü değil, tüm duyguları örtülmüş  
Lezzet kavramı dumura uğramıştır  
MAA

**Love**  
As for me there is only one feeling love.  
God is love, as in Bible, so be the truth.  
Happiness and trust as within love.  
Serve and protect, and care to you.  
Like mother, be considering the infant, by them.  
Water is in such a consideration.  
The cup indicates the water in art.  
Be in fresh and drinkable is utmost important.  
Quality and quantity is similar concepts.  
...  
If someone indicates as I love water  
This can be evaluated by brain storming.  
Is there anyone not be in love?  
Making a discrimination of soft and hard water.  
If not in consideration, so not be aware of it.  
Covered their taste of mouth.  
Thus when at seaside, under the sun.  
The evaluation is differs as, mineral water is best.  
MAA

**Şiir/Poem 9:** Her duygunun kaynağı ve yürütücüsüdür sevgi. Love is the only solution of all, Love is a Creation.

### İtaat

İnsanlarda itaat beklenmez  
Aklı kullanarak, bilgilendikten sonra  
Kendi rızası ile uyum beklenir  
Saygı ve hürmet duyduklarımıza da bir huşu  
Bu açıdan, saygı duyulma gereklidir  
Korkulandan itaat duyma, bilgisiz olanın işidir

**Obedience**  
Obedience is not expected from person.  
Informative consent is the only one.  
Right to life conditions are a part of it.  
Respect to all person, about their choice.



Karanlık odaya girmemek, itaat değil, adı tedbirdir  
Hiçbir insanın itaat etmesi değil  
Kendi rızası ile uyum önemlidir  
...  
Bir içeceğiniz suya bakarsınız  
En ufak şüphe var ise içilmez  
Bu korku ötesi bir durum  
Güven duymama boyutudur  
Güven tam olmalıdır  
Şüphe kabul edilemez.  
En ufak tereddüt bile güvensizliktir  
MAA

The afraid of will not be at obedience or not.  
Be on educational, functional state.  
The consent be appropriate to their life.  
...  
You look at the water.  
Any suspicious, be making it disregard.  
Trust is the only one to be in concern.  
For being in science on water.  
Being on science, obedience to it.  
Not accepted any force, without any consent.  
MAA

**Şiir/Poem 10:** insanlar peşin değil, bilgi alarak, nimet yaratacak ise onay, rıza verir.  
Obey, for what? Think, decide, if not given consent, not be accepted.

### Endişe

Endişe, eğer vesvese gibi bilim dışı ise  
İnsanı yok eder  
Susuz kalmca suyun kıymetini bilmek değil  
Olmayanın hasreti çekilir  
Bu açıdan önceden tedbir ve koruma gereklidir  
Korku bilinmeyenden gelir  
Bilinenlerden korku değil, tedbir alınır  
Kaza, her zaman tüm çabalara karşın olabilir  
Ancak, bu tedbir alanda hemen hiç olmaz  
...  
Eğer yağmura dayanmış iseniz  
Isınan ve kuruyan bir Evrende  
Elbet yetersiz olacaktır  
Korku ve endişe etmek değil  
Buna göre yaklaşım gereklidir  
Susuz tarım ötesinde  
Kuraklıkta yetişecek olanlar gerekli  
Su tutulması için, alta naylon serilmesi  
Damla metodu ile yaklaşım yapmaktır  
Fazla su olunca da bunun sağlanması  
Belirli alanda tutulması da önemlidir  
Korku ve endişe yerin, bilim öne çıkarılmalı  
MAA

**Astonishing**  
Grounding and reasoning if not on science.  
Phantasies, epic histories and dreams, tales.  
When you are thirsty, the meaning of water.  
If not taken, some time passed.  
Astonishing, later be afraid of.  
If not known and not sure, afraid is sure.  
Thus, precautions and some water storage.  
Feels more comfort to us.  
...  
If you are grounding water as crops.  
The drying and hotter Earth is continues.  
So, insufficiency is obvious, later on.  
Afraid of and astonishing has nearly no meaning.  
Dry farming is only a part.  
Saving the water.  
Some waterproof shield to the ground.  
Even the over watering be saved.  
Be taken and preserved to the areas.  
Science be based on the solutions.  
Not only drip watering, more than that.  
MAA

**Şiir/Poem 11:** Bazı şeyler, daha önceden oluşuma bakarak gözlenebilir, su kirliliği de buna benzer. If you have any astonishing, be careful, and best not do it.

### Hayal Kırıklığı

Su, devamlı akan çeşme ve bol olması durumunda  
Şişe suyuna dönmek bir hayal kırıklığı  
Testi ile sunulurken doya doya içilebilir  
Sorarlar su içmek için  
Yangın var denince en az 3-4 bardak  
Hararet var denirse 2 bardak  
Teşekkür ederim diyene ise 1 bardak verilir  
Hayır istemiyorum denilmez  
Su bir nimettir, ikram edilirse içilir  
...  
Zamanımızda su içmek isteyen için  
Sade su içmek değil  
Mutlaka bir portakal suyu, hazır içecek verilir

**Disappointed**  
If you are at the source of spring.  
Such abundant fresh water.  
Pouring form spring.  
Drink, as much as you can.  
Thus at the bottle, 1 or 2.  
If needed more, sometimes indicated as fire.  
Forest fire and home fire amount is differs.  
If someone give you a water.  
As in tradition is not so opposed.  
...  
Today if you give fresh water.  
Most demanding is some mineral water.

Kola sık ikram edilir  
Sade su bir hayal kırıklığı olabilir  
Bu açıdan önce sor, rızası var ise ver  
Gelenek olarak verme, ters algılamasın  
MAA

Or orange or other bottled, sweet one.  
Disappointing, according to the person.  
So better to ask, before give.  
MAA

**Şiir/Poem 12:** Temiz suyun içine bir damla pislik girmesi, hayal kırıklığı değil, gerçek olarak suyun pisenmesidir. Disappointing, then I asked, why are you so in, so close with it?

### Pişmanlık

Pişmanlık, yapılacak varken yapmamak  
Keşke ötesi, oluşan zarara doğru  
Bir üzüntü boyutu, kızgınlıktır  
Bir zarar oluşursa, çözüm af dilemek değil  
Tazmin etmek, bir daha olmamasını sağlamak  
Tebiri daha genişletmektir  
...  
Su için pişmanlık  
Geri dönen değil, artık bir kayıptır  
Kirlenilen su içilemez, kullanılamaz  
Dökülür dersin, ama yenisi gelmez ise  
Ne olacaktır?  
...  
Haiti'de Kolera salgını oldu  
Birleşmiş Milletler Amerikan Hastanesini suçladı  
Nehir kıyısında, atık suları nehre bırakıyorlardı  
Kaynatmadan su içme değil  
Su artıma boyutu bile olmadığı dikkat etmeden  
Pişmanlık gösterdiler mi peki?  
Hayır, biz sağlık götürdük dediler  
Tüm toplumu hasta kıldılar  
...  
Ülkemizde is Depremde hiç sorun olmadı  
Kuyu suyu değil, şişe suyu içildi  
Bu sağlandı, sorun da olmadı  
Tıp Eğitiminde bize ilk öğretilen  
Tuvalet ve sağlıklı su temini olmuştur  
Bunu bilmeyen sınıfı geçemezdi  
Bizler de severek öğrendik  
MAA

**Regret**  
If you have time, power and so on.  
Thus, not performed, let it be disturbed.  
After the harm is obvious.  
Regretful is not nearly a meaning.  
Not cause, be taken precautions.  
If at ethical consideration.  
Primum non nocere action, leads no regret.  
...  
If you regret because of water.  
This means environmental pollution.  
Where are you before?  
Dirty water cannot be drinkable.  
Disregard and take a new fresh one.  
...  
WHO gave a notification to American Hospital.  
In Haiti, the structure of the building, near the river.  
The discharged water were let to the river.  
The disease was cholera, transmitted by water.  
There were not meaning of excuse or regret.  
Be in care and serve, take the precautions.  
...  
At the Earthquakes, the water is not be a problem.  
Because not the using the other water.  
Directly using the bottled fresh, spring water.  
The discharging is the first step of establishing.  
As the first education state in Medicine is the toilet.  
MAA

**Şiir/Poem 13:** Suyu pislettikten sonra pişmanlık fayda etmez. Not do, that you later not be regretful, it is non-returnable way.

### Hor görme

Su hiçbir toplumda hor görülmez  
Hor gören susuzluk çeker denilir  
Oruç tutan kişi için en zor olan  
Susuzluktur  
Bu açıdan çok şekerli yenilmez  
Susuzluk daha derin hissedilir  
...  
Bazı kişiler susuzluk çekince  
Su isterler sanırsınız  
İstedığı bir kola veya içecek vardır  
O olmaz ise, kızar, öfkelenirler  
Suyu ise hor görürler  
Kıymetini algılamasını bekleme  
İğrenirler, şekerliye alışmışlardır

**Despise**  
Water is always on top.  
Despise is not on water, the concept of dirt.  
When in fasting thirst is the common one.  
Desire of water, dreaming of drinking.  
So admirable, for the fresh spring water.  
Not only taken a mouthful of it.  
Drink liters and liters for washing.  
The kidneys form the residues of metabolism.  
...  
Thus, some person has desires not plain water.  
Coca and other sweetened one.  
Let them be alone by themselves.

Onları kendi haline bırak  
Tadı alamayan zavallı, görmeyen göz gibidirler  
Bırak kendilerine onlar, kalsın, kendilerince  
MAA

If someone cannot be aware the taste.  
Taken artificial one as if the origin.  
Let them be alone.

MAA

**Şiir/Poem 14:** Su kirliliğinin çoğunlukla nedeni, suyun hor görülmesidir. When you are despise, this indicates not knowing the meaning of water.

### Saldırganlık

Susuz olan bir kişi  
Bir süre sonra saldırgan olacaktır  
Öleceğini sanır  
Çölde olduğunu sanır  
Çölde olan ise, yedekler vardır, onu ister  
Her birey, kendi gereksinime göre tedbir alsın  
Başkasının suyunda gözü olmasın denilir  
...  
Susuzluk, açlıktan elbet daha önemli, önceliklidir  
Saldırganlık ile çözülemez  
Paylaşım esastır  
Yolculukta bile eldeki su ile içilecek miktar  
Dengelenmelidir  
Öfke ve beklenti içinde olan değil  
Sabır ile sırasını gözleyen daha karlı çıkacaktır  
MAA

**Fierceness**  
When a person is at thirsty.  
Cannot wait, shows an aggressive, fierceness.  
As if died without water.  
Assuming as at the desert, some reserved water.  
Thus not be given a drinkable water.  
This can be happened at other Countries.  
If you want Cola, they can give.  
Pure spring water is rare, tap water is preferred.  
...  
Being thirsty be more premium, than hunger.  
Thus, the first line at the children.  
Old ones be waiting and not be fierceness.  
Waiting the line is the perfect solution.

MAA

**Şiir/Poem 15:** Su kirlenmesine karşı agresif olmak gerekir, geri dönüş imkansız gibidir. If you are aggressive, this means you are not at the righteous and at the truth, reality.

### İyimserlik

İnsanlar bir beklenti içinde iken  
Önüne konulan kaynak suyunu alır  
Büyük bir sevinç içinde içer  
Doymak, doyunluk önemlidir  
...  
Gece nöbet sırasında  
Bir litre civarında bir su buzdolabına koyarlar  
Akşam harareti bastırmak için kana kana içer  
500mL üstü bir seferde içerdim  
Bu benim beklentim iken  
Diğer şişe ise arkadaşlar içinde  
Her birey, kendi payına düşeni bilir  
Bir iyimserlik içindedir  
Çünkü kimse, başkasının hakkına dokunmazdı  
MAA

**Optimism**  
When you are optimistic.  
This is not meaning a dream of optimism.  
Reality be on the solutional phase.  
First making, summaries as a question.  
Better to solve later on.  
The best to satisfied with water.  
...  
At on call, they reserved to me some water.  
Nearly half liter water be ready for drink.  
Mostly two bottles.  
One for me, the other for friends.  
Each one be care about the other's bottle.

MAA

**Şiir/Poem 16:** Bol temiz suyu olan bir toplum, çok mutlulukta iyimserlik olmalıdır. When you take the precautions, care, and serve, you can be optimistic.

### Suçluluk

Suçluluk hissedilmesi önemli bir aşamadır  
Zarar ve zulüm yaptığının farkına varmak  
Öncelikle bundan uzaklaşmak  
Daha sonra da telafi etmeyi getirir  
Algılamayan ise farklı ele alır  
Yaparım, hakkım, olmuş ise onlar hak ettiler denir  
Kısaca ceza versen bile isyan içinde olurlar  
...  
Suç işlemeden vaz geçme, bir kazanç ise

**Guiltiness**  
Feeling guilty is a good step.  
Denying and be against the performing.  
Harm and cruel act is more obvious.  
If you resist not to accepted.  
You are sure on oppression.  
They are mostly feel anger, at the fine.

...

Tekrar zarar vermemek için gereken tedbirleri almak  
Daha iyi ve daha güzel, değişimi yaşamak gerekir  
Su açısından ise bu önemli olma ötesi  
Tüm algıları değiştirmek gereklidir  
Çevre kirliliğinin temel unsuru  
Su kirliliğidir  
Suya karşı gösterilmeyen saygı  
Bir açıdan da suçluluk duymamaktır  
MAA

Being care before making a fault.  
Not to be making harm.  
Primum non nocere is the ethical principle.  
Even more important at the spring water.  
If the water is unpolluted.  
Environment is safe.  
If not respect, the nature.  
Be feeling guilt.  
MAA

**Şiir/Poem 17:** Kirlet ve sonra suçluluk duymanın anlamı yoktur, olayı kirletmeden önce düşünenecektin. When you feel guilty, I asked, why do you perform it before, not by thinking, if making evaluation, decision, then you must change your mind.

### Merak

İnsanlar birçok konuya merak salarlar  
Merak bir iç güdü ile desteklenmeli  
Ancak bilim ile açığa kavuşmalıdır  
Bazı kişiler çevre kirliliğini işler  
Onun önlenme ötesinde  
Koruyup, gözetilmesi, değişimi algılamazlar  
...  
Kaza anında meraklılar çoktur  
Yardım yerine, nasıl, ne şekilde olduğuna bakarlar  
Kendilerini emniyete alır, güven duymak isterler  
Kendilerine bulaşması ise bir şaşırma konusu olur  
Su kirliliği oluşması ile her boyutu ilgilendirir  
Kutuplardaki kirlilik bile bizim konumuz olmalı  
Bu Evren artık çık ufaktır, merak duymalıyız  
MAA

**Curiosity**  
Curiosity is the academic habit.  
If you have some interest, to want to learn.  
Be on science, not at phantasies.  
Not only at care and serve.  
Be developed and progress it.  
The time is not stays where it is.  
So be in advance, in every manner.  
...  
At the time of an accident.  
Everyone want to see.  
Want to help, so rare, even at the case of.  
When there is an environmental problem.  
MAA

**Şiir/Poem 18:** Suyun kirlenip kirlenmeyeceğini merak ederek, onu kirletemezsin, geri dönüş olmaz. Be quite sure what you are drinking, not be at curiosity.

### Umutsuzluk

Kirlenmiş bir çevrenin içinde olmak  
Nehirlerden akan kirlili ve renkli suya bakmak  
Bir üzüntü kaynağı ötesinde  
Bize umutsuzluk ve korku oluşturur  
Çözüm bile olmayacağı sanılır  
...  
Bahçemde 6 metrekare civarında olan bir havuz  
Kokuyorken, nasıl temizlenecek korkusu  
Bilim ile probiyotik düşünülürse  
Sirke ile ayran konulması ile  
Birkaç saatte tüm çözüm oluşabilmektedir  
Elbet suyun alt üst edilmesi  
Oksijenin katkısı da unutulmamalıdır  
MAA

**Despair**  
The worse is losing the hope.  
Most war is lost because of no hope.  
Thus, the main concept given us, fight forever.  
At Military Service, we are at protection our country.  
Retreat means, enemy be at our lines.  
So, walk forward, is the basic way to go.  
...  
The pool at my garden, smells petrification.  
Cannot be purified, so use yogurt bacteria.  
Put probiotics, add some vinegar.  
Not to forget contribution of oxygenation.  
MAA

**Şiir/Poem 19:** Kirlenmiş suyu görendeki umutsuzluk doğaldır. You are still living, what is the meaning of hopeless?

### Dehşet

Bir çevre felaketi olunca  
İnsan gördüğü manzaradan dolayı dehşete düşer  
Benim için, buna hayret edene dehşet duyarım  
Bir pisliliği ortaya yaparsan bir dehşet görüntü

**Disgust**  
When there is a disastrous.  
A flood carries houses, in front of the stream.  
The environmental catastrophic fact.

Tuvalete yaparsan normal olur  
Atık suları kullanmamak ise dehşet algısı  
Bitkiler için gübreliliğin atılması  
Anlamsızlık ötesi bana üzüntüdür  
Bu şekildeki reaksiyonuna hayret eden kişilere  
Karşı duyduğum ise dehşettir  
Bir kişi kıymetli olanı, değerlendirme yerine  
Ondan öğrenmesi ve önerileri sürpriz görmesi  
MAA

Not easy to clean and purified.  
Why not using the disregarded water?  
Be in process for using at agriculture.  
Contains the manure, compost, as week, human.  
So, not be cause harm effect.  
If you are disgusting and not like.  
Make it useful and then be acceptable.  
MAA

**Şiir/Poem 20:** Çevre kirliliğini görenler büyük dehşete kapılırlar. Horrifying, as the living is disturbing, so be calm and make up your mind for acting, meaning as live, not fight.

### İmrenme

Kendinin yapmak isteyip yapamadığını  
Başkasının yapmasına imrenir insan  
Bana sorarsanız, onun yaptığını örnek alırım  
Her bireyin yaptığı kendine özgüdür  
Bu açıdan ona neden imreniyim, bir hayranlık  
Kısaca ben yapamıyorum, o yapıyor diye gizli öfke  
Niye haset edeyim  
Beni onu örnek alır, yapmaya çalışırım  
...  
Bazı kişilerin su içmesine hayran olurum  
Çeşmeden tüm her yanını ıslatarak içmesine  
Bir tabaktan su içmesine imrenir  
Sonuçta da ben de içer  
Onun algısını, duygularını yaşar  
Bir bakıma paylaşırım  
MAA

**Envy**  
You want to do, thus, another one performed.  
Not be in envy situation.  
Try and stand up and go to do the act.  
Each art will be same in definition, thus diverse.  
The line is individual perspective.  
Even it is a pencil and a paper.  
Making an example, not a copy.  
...  
I admire some person drinking water.  
Drinking form a fountain be so hard to do.  
All your clothes be in water.  
Thus, the memory be remembered, forever.  
Sharing the water with other is best.  
MAA

**Şiir/Poem 21:** Her su içişte, kaliteli su olmasına imrenirim. When someone drinks a water with desire, you also want to.

### Kuşkuculuk

Bir kişi acaba bu işi yapar mı?  
Tereddüt ve kuşku duymak  
Tedbirli olmak istersen  
Alternatifli olmanı gerekli kılar  
Eğer ipe güvenmiyorsan  
O kuyuya inilmez  
Kuşku duyulan bir işte  
Yaşam boyutu varsa yapılmaz  
Kim suyu bilmeden içebilir ki  
En cesur kişi bile bilmediği suyu içmez  
İçen de zaten cesur değil, aptaldır  
Yaşamı ile oynamaktadır  
Koleranın olduğu yerde memurlar kolera olmaz  
Şüpheli suyu içmezler de ondan  
İğrenilen durumda beklenti bile yerini alamaz  
MAA

**Skepticism**  
You may feel some suspicious.  
Can a person performed it, or passed.  
Any consideration of alternatives.  
If you have not trust the rope.  
Not be downward at the below.  
If you have any doubt.  
Not drink the water.  
Thus in general you must be at trust.  
Skepticism be a problem.  
When the epidemics of cholera, not any officer be.  
Controlling, save. and care is the objective.  
Not at skepticism behaviour.  
Thus, taken in consideration at any manner.  
MAA

**Şiir/Poem 22:** Eğer bir şişe suyun kapağı açık ise, temiz olduğu konusunda şüpheli olunmalıdır. You must be skeptical, for drinking water, when the cup is open.

### Gurur

İnsan, insanlıkta olur, etik ilkelerde ise  
Başkasının karşı çıkmasını  
Rüzgar üfmesi gibi görürse

**Pride**  
Being in humanity at the ethical principles.  
As a habitual act, not be at pride.

Başı dik ve eğilmez ise  
Gurur duymasına gurur duyarım  
...  
Öfke ile sevinç karışımı olmamalı  
Kibir ve benlik ile desteklenmemeli  
Bilim ile insanlık temelinde olmalı  
Orta direği, amacı ve güdüsü de etik olmalı  
Gurur insanlıkta olanın hakkıdır  
Değil mi?  
MAA

Be at upright at the windy state.  
Not even bend to cruelty.  
There must not be mixture of happiness and anger.  
Pride will not being in mixture of habit.  
Science and ethics be at Human being.  
The common be at pride for you.  
You will not be as guiding feeling.  
Be in pride, by acts, against to tyrant.  
MAA

**Şiir/Poem 23:** İçilecek kaliteli bir kaynak suyu içiyorsan, bunu sağlayana gurur duymaktır. When you are drinking fresh water, be proud of the water.

### Kadercilik

Kader sıklıkla hep yanlış yorumlanır  
Suya giren ıslanır, bir doğal beklentidir  
Bu bir ıslanma boyutu kaderidir  
...  
Gelecek hiçbir zaman bilinmez  
Bilim ise öngörüyü sağlar  
Çölde yosun yerine kaktüs yetişmesi  
Kader değil, doğal bir sonuçtur  
...  
Suyu kirletirsen içilmez  
Doğayı kirletirsen su da kirlenir  
Bakalım ne olacak denilmez  
Olan olur, gelişen de gelişir  
Yağmur yağmasını beklemek, dua etmek yerine  
Kuru tarım ve taşımali sulamaya ağırlık vermek  
Bilim üzere olmak daha gerçekçiliktir  
İnanışlarda hayal, fantezi ve rüyalar  
Bu şekilde kalır, gerçekte ise niyet kalır  
MAA

**Stoicism, Fatalism**  
Water is not a subject, being accepted by force.  
If there is water, life there will be.  
If dirty water, pollution of the environment.  
Run away, safe, and clear water is the only one.  
...  
Stoicism is the individual condition, their desires.  
If you are in water, you are wet.  
This is not fatalism, thus when looking be the reality.  
...  
Expecting the water, rain, is not any solution.  
Wait and what will be happened is not to do.  
Biology is not a waiting and not give time.  
Phantasies, and epic history not any solution.  
Aims requires action, effective on science.  
Take and get the water, wherever it is.  
Not pray for raining as before in tradition.  
MAA

**Şiir/Poem 24:** Doğayı bozduktan sonra oluşan rezalet kader değildir, sonuçtur. When you put a dirt in a water, it cannot be drinkable, so this is not a stoic.

### Hayranlık

İnsanın hayranlık duyması için  
Şaşırarak derecede mükemmellik olmalı  
Bu onun bilgisinin sınırlılığı anlamındadır  
Ayrıca yüksek sevinç olması da  
İnsan olarak hudut ve dengesini tanımlama sorunu  
Kısaca, mükemmel iyiyi kovar  
Mükemmel ise soyuttur, somut olamaz  
Mükemmel su yoktur  
Her bireye göre, gereksinime göre farklıdır  
Yemek önce içilen su değil, çorba olmalı  
Yemek sonunda değil, arada içilmeli  
Yemek bitince, bağırsakta toplanan 5-7 Litre  
İnsanda bir halsizlik yaratır  
Dıştan alırsan da enzimatik işlemi bozar  
Kısaca hayranlık bilimde değildir  
İnsan zevki ve hayranlık duyması aldatıcı olur  
Aklını kullanan sakınır, dengeler hayranlığını  
...  
Somut şeylere hayranlıkları tanımlarsın  
Güzel dersin, sıfat olarak belirtirsin

**Adoring**  
Excellency is not a natural aspect.  
Idealism means not be seen.  
If you indicate something as perfect.  
You knowledge scare to evaluate.  
Even highest adoring will not be.  
God, as adoring.  
Thus be discriminate, give meaning.  
Perfect one be abstract.  
As God is love.  
Not even perfect water.  
The required one be essential to demands.  
Physiological requirements, not demanding.  
At science, the indication as notification.  
Mother milk water is the best.  
Thus, it is not water, it is plasma filtration.  
...  
People mostly be noticed the objects, for adoring.  
Abstract factors cannot be noticed, just being feel.

Ancak konu soyut olunca  
Anlatılamaz, yaşanır  
Bir balı sorarsın, çiçek, çam balını  
Bilmeyen için şekerli bir şey der  
Bırakın aradaki farkı algılamayı  
MAA

Being before taste the feeling.  
As compared asking the pine and flower honey.  
Even not taste before any honey  
Just said, it is a sweetened, something.  
Not confirming what it is.

MAA

**Şiir/Poem 25:** Doğa, inceledikçe hayranlığımız artmaktadır. When you confirm what the water is, the admiring be over.

### Kırılgnlık

Doğa çok kırılgnandır  
Bir suyun içine bir damla kir damlaması  
Tüm suyu içilmez hale getirir  
Düzelmesi, sağlıklı olması ise beklenmez  
Ne, nasıl filtre edilecek ve düzelecektir ki?  
Bu açıdan mevcudun korunması ötesinde  
Kirlenmemesi gereklidir  
...  
Bardağın kırılmaması için  
Yerçekimi kaldırılamayacağına göre  
Değişim ve gelişim önemlidir  
Yasaklar ile kırılgnlık kalkmaz  
Kırılgnana saygı duymak ile ancak oluşabilir  
MAA

**Fragility**  
Nature is so fragile.  
A single dirt be make undrinkable.  
Correction is not so simple.  
So, all the spring be disregarded.  
Not filtered, not boiled one be used.  
...  
Not breaking the glass.  
Not cancelled the gravity.  
Not forbidden rules be overcome.  
Be in respect at the gravity.  
Meaning carrying carefully.

MAA

**Şiir/Poem 26:** Doğa kırılgnandır, bu açıdan dikkat edilmesi gerekir. Water is breakable, if you put dirt, all be terminated.

### Utancı

Önce utanacak ne var diye düşünürüm  
Bir bebeğın kaka yapması  
Etrafı batırması utanacak değil  
Sevinilecek boyuttur  
Çocuk rahat ettiğı yerde kaka yapar  
...  
Utanan kişı bir daha yapmaz  
Onu engelleyen, kısıtlayan boyut olur  
Bu açıdan utanandan korkulmaz  
Utanmaya neden olandan korkulur  
Suyu kirlen utandımalı  
Kirlenen suyu tanımlayan niye utansın?  
MAA

**Embarrassment, Humility**  
When someone warn me as, be embarrassed.  
I think, why, it is natural habit.  
A defecation of an infant is not.  
If the child feels well, make the stool, defecation.  
...  
If the baby is at humiliation.  
Not make again, thus be a harm to infant.  
When a person be in embracement.  
Not be so afraid of.  
Not causing harm, at the second time.

MAA

**Şiir/Poem 27:** Suyu kirlettikten sonra utanmanın bir anlamı ve faydası olamaz. Dirty water is an embarrassment of you.

### Gücenme

Gücenme demeyeceğim, gücen  
Ama neye gücendiğini söyle  
Söyle de çözüm üretelim  
Bazen insan gözünün önündekini göremez  
Gelen, önerilen çözümlerde çok uçuk olabilir  
Yapılamayan önerinin anlamı da olamaz  
...  
Kirlı su sunulmuş ise söyle  
Gücenme, reddet ve kabul etme  
Gücenmesin diyerek pis su içilmez ki

**Offense**  
I do not say, not be in offence.  
Thus indicate, what is the reason, and why?  
If you make a question form.  
We think, twice, to solve it.  
Mostly not seen, in front of us.  
If closed the ear and eyes, not taken the advice.  
...  
If it is a dirty water, just say it.  
Opposed the harm and useless one.

Şaşırma ve öfkelenmenin anlamı olamaz  
Söyle, ikaz et ve uyar ki  
Gücenmeden çözümü bulalım  
MAA

Not accepted the oppression.  
Being finding a solution, without offense is overt.  
Just do it.  
MAA

**Şiir/Poem 28:** Öncü, koruma ve önlemler, daha sonra pişman olmamak için gereklidir.  
When it is late, past, so, offensive has nearly no meaning.

### Kötümserlik

Kötümserlik beğenmediğim davranıştır  
Beğenmiyorsan, kalk düzelt  
Çözümleri ara ve sonuca bakmaya çalış  
Beklentin olsa bile söyle, katkı sağla  
Destekle ve ümit vermeye çalış  
Önce kötümserlik boyutundan çıkmalısın  
...  
İçilmez derecede kötü bir suyu nasılsa içmezsin  
Kötümser olma değil, yeni su aramaya bak  
Sen yerini değiştirdiysen bile başkası gelecek  
Ona sağlıksız yer bırakma değil  
Doğal çevre bırakmaya bak  
Kurtul kötümserlik boyutundan  
MAA

**Pessimism**  
Being in hopeful, I like most.  
Pessimism not so likening.  
If not going well, contribute, indicate.  
Being in support and care, serve.  
Thus, first left the pessimism.  
Nothing will be losing, compensate, forgiveness.  
...  
You cannot drink a dirty water.  
Not change to another one.  
Just throw it, no other be in front.  
Nature and love is pure, not pessimistic.  
MAA

**Şiir/Poem 29:** Su eğer kirli ise, kötümser olmak için geçerli sebebin vardır. It is hard to clarify the dirty water, so, pessimism is normal.

### Hastalık

Hasta olan bir kişi  
Sağlığına kavuşunca çok mutlu olur  
Onu sağlığının oluşmasında da  
Hekim ve tüm sağlıkçılara sevinç kaynağı olur  
Hastalık sırasında tüm iğrenç  
Hatta istenmeyen boyut olur  
Bu sırada anlayış öne çıkar  
...  
Çevrenin hastalanmasında ise  
Uzmanlık gereklidir  
Basit anlamda yaklaşım ötesi  
Kirlenmeye değil temel alınması gereken  
Değişim ve sağlıklı olmak önemlidir  
İnsanlarda da sağlıklı olmak, salgının devamlılığı  
Tedavinin önündedir  
MAA

**Ill**  
When a person is ill.  
Up to healthy condition, has several odd moments.  
When in healthy, everyone be so happy.  
During the disease, several medications.  
Un wanted procedures be happened.  
Understanding and comprehension be in notice.  
...  
When the environment is in pollution.  
Expert approach is required.  
Simple acts, be more dangerous.  
Differentiation be at healthy aspects.  
Health fact, being at care and serve the at beginning.  
Before treatment, precautions is essential.  
MAA

**Şiir/Poem 30:** Sağlıklı su, sağlıklı olmak için önemlidir. When you are ill, mostly because of infected water.

### Hakimiyet

Bir kişi elinde olana hakim olmak ister  
Elinizdeki bir bardak suya hakim olmak  
Onu içmek istemektir  
Ancak, önerilen boyut ise  
Önce, başkasına ikram etmek  
Her bireye sormak, içten önermek gerekir  
...  
Hakim olmak isterken bir hırs  
Bir arzu ötesi zorlama  
Zulme varan bir boyuta neden olmamalıdır

**Dominance**  
If you want to have a power.  
Want to be sure the leader.  
The drinking water being under your control.  
Yes utmost important be at desert.  
Even at home, be indicated the leadership.  
...  
The point, to be a leader.  
Being under controlling the rights.



Bir çölde olan suyu nasıl içilir?  
İkram için verdiğin hepsini içebilir  
Askerlikte masa sorumlusu idim  
10 kişi için 7 adet yumurta gelirdi  
Biz, yarısını alır, geri kalan talep veya listeye göre  
Yan masa ise ilk gelen yer prensibi yapar  
Daha önce yemeyen ise iki adet yerdi  
Onlarda kavga devamlı, bizde ise ikram olur  
Yan masaya verirdik, kavgayı yatıştırmak için  
Su için, öncelik çocuklara  
Gereksinim daha yüksek olarak vermeli  
Erişkinler ise paylaşmalıdır  
Hak edişe göre vermek demek, eşit demek değildir  
Yaşlı olana daha az verilmesi fizyolojiktir  
MAA

Each person have right to drink, fresh water.  
Children has the first line.  
Being in control of serve, and care.  
...  
In Military service.  
They give 7 eggs to 10 person.  
In our table, I am the manager of the table.  
Divide each egg into half, and give all.  
2 means 4 four in line, later in demanding.  
Thus, the neighbor table has fighting.  
They said, yesterday I had not eat.  
Today I will eat two, instead one.  
We mostly give the half four to them.  
As a gift, for peace, stopping the struggle.  
MAA

**Şiir/Poem 31:** Suya hakim olmak, suyu içmek değil, suyun faydasını paylaşmak ile olur.  
When you want to be owner of the drinking water, you must learn to share.

### Kaygı

Beklenti bilim üzere olmalıdır  
Hayal, rüya ve destan ile beklenti olmaz  
Doğa mucizeyi içinde saklar  
İnsanın beklentisi mucize denilemez  
İstatistikte nadir olan tercih edilemez  
Genel olan, sevgi ve istenen olmalıdır  
Çaba bunun için olmalıdır  
...  
Su bilimin bir ucudur  
Yazın ve kışın kaynak suyu farklı kapsamdadır  
Bu beklentiye kaygı değil, değişim olarak görmeli  
İçine pislik kaçan suda, temiz kalması beklenmez  
Bu bir kaygı değil, olağan, karşılaşılandır  
Doğa üzere olan için, kaygı oluşamaz  
Kendi yaptığımız bozma,  
Tanım, kaygı değil, kırgınlık yaratır  
MAA

**Anxiety**  
You must be on scientific evidence.  
If not, dreams, phantasies be the way.  
Epic histories, mostly science fiction.  
Miracle is in the science.  
Expectations are no miracles.  
Statistically, rare conditions are predictable.  
All effort be at love concept.  
...  
Water is a subject of hydrobiology.  
The composition of spring is differs.  
Contaminated one varies at summer, winter.  
This is not an anxiety, predictable one.  
Nature be self-repairing perspective.  
Human is the causative factor, leads the anxiety.  
MAA

**Şiir/Poem 32:** Kaygı, beklentiniz olduğu boyutta sıklıkla olmaktadır. When you are thirsty, want to drink, so, anxiety if not find a suitable water.

## Sonuç

Duyguların ve duyguların gruplandırılması ve buna göre işlenmesi, kanımca işleyenin görüşünü de ortaya koymaktadır. İşlenme boyutu onu ele verecektir.

Mesnevi, Mevlana'nın, Hikmet, Ahmet Yesevi 'nin Kuran yorumlarıdır. Birçok konu işleneceği düşünülürken, tek işlenen konu sevgidir. O şekilde göre, o şekilde sunar.

### Duygular

Susuz olan birisinin susuzluğunun giderilmesi  
Su bir kutsal boyut gibi  
Bazı dönemlerde bir anı olarak hatırlanır  
Hiçbir tabak veya geniş kap içinden içtiniz mi?  
Oluşan bir dalga, ışık döngüleri  
Sizi bir farklı boyuta taşır  
Ömür boyu gözlerde kalan izler bırakır  
...

**Feeling, Emotions**  
Water is like a divine feature.  
Some moments as if a praying concept.  
If you drink a water, from a plate.  
The light reflection from the plate.  
The lightning be memorized even immortally.  
...

Dudağınız ile bir tadın, bir ıslatın dudakları  
Öpün, okşayın onu,  
Ağzınıza almadan dudaklar değsin  
Bir faklıdır, onu öpüp, koklamak

...  
İçerken de bir tören gibi yapmalı  
Her suyun kendine göre bir tadı var  
Bizim yöremizdeki Kalabak bir farklı  
Tadı almaya çalışırken, yudumlayın  
İçmek bir tat olmakta

...  
Çay yaparken, laboratuvarlar distile su kullanır  
Bizde ise Kalabak tercih edilir  
Bir farklıdır çay demlemek  
Ancak önce bir çalkalayıp, oksijenlenmeli  
Fokur, four kaynatmadan demlemelidir  
Sıcak su konur, demlemeye bırakılır  
Çay, ilk 3 yaprak değil, ilk yarım yaprak olmalı  
Çayın tatları farklıdır  
Yıkama, birinci, ikinci, beşinci ve onuncu dakikalar  
Benim tercihim tümü 10 dakika beklemektir  
Mis gibi kokar, tadı da doyulmaz  
Çayı, çay yapan sudur, unutmayın  
Çay çalısı, yetiştirilmesi önemli  
Ot ile gerçek çay karıştırılmamalı  
Neden fiyatlar farklı demeyin tadına bakın

...  
Yıkama suyu önemli  
Tatlı ve yumuşak su ile yıkanma  
Saçın yıkanması belirgin farklıdır  
Köpürtme derdi olmaz, kalıntı da kalmaz  
Ilık su insanı rahatlatır, masaj olur  
Yıkanma mı, su mu daha tatlı bilinemez

...  
Sonuçta su, bir hayranlıktır  
Tüm bedenimiz yarıdan fazlası su ise  
Suya hürmet, kendimize hürmettir  
Suya hürmet, yaratılışa saygı, itibar göstermektir  
MAA

Kiss, yes kiss the water, by your lips.  
Drink by your mouth, touching with lips.  
Be feel the fluctuation of the water.  
Some difference of feeling, drink, hold and drink.

...  
Drinking water is like a praying.  
Each water has a special taste, original.  
We adore in our County water, as Kalabak taste.  
Sole and specific, drinking slowly.  
Want to get the taste, so be in pleasure.

...  
Tea, more than a tradition, a meaning of life.  
Distilled water at mostly laboratory is used.  
Not at boiling water, just put it and left it.  
The most desired leaves be half one.  
Disregard if they are more 2,5 leaves.  
Duration be at 10 minutes for infusion.  
Washing, first and fifth minutes have different taste.  
My choice be waited for 10-12 minutes.  
Take the smell, so wonderful.  
Most important one is the water factor.  
Thus, the plant, bush, is important.  
Not compared with the plants.  
Why the fee is differs, considered the taste.

...  
Even the water at washing and cleaning is important.  
When using a soft water.  
Like washing the hair with shampoo.  
So easily be in bubbles, foams.  
Warm water making calm, and a good massage.  
Which one is best, washing or the water?

...  
As a result, the water is adorable one.  
Our body structure holds more water, than half.  
Be at respectful yourself, be respectful to yourself.  
Admiration to the Creation, the Nature.

MAA

**Şiir/Poem 33:** Tüm duyguların temeli sevgidir, sevgi boyutları, karşılığın ayrıştırır. Feelings be started by love, ended by love, and meaning for love, not other sensation.

Son söz bitince, yenisi başlar, tümünün varacağı bir halka olup, sevgi boyutuna çıkar, çıkmalıdır, çıkmıyorsa eksiktir.

Eğer bir kişi sevgiye cinsellik karıştırıyorsa, Adem ile Havva'nın Cennetten atılması gibi, bu kişilerin aramızda yeri olamaz, onlara güle, güle bile demek istemiyor insanın canı.

Su yangını nasıl söndürür? Tersten başlayalım, yangın olabilmesi için 3 faktör önemlidir. 1) Yanacak madde, 2) Hava, oksijen alması, 3) Isı derecesi yanma boyutunda olmalıdır. Su, önce yanacak madde değildir, ama benzin olursa yukarıda olur ve suyun üstünde yanar. Tahta ve diğerleri de ıslanınca yanacak madde olmaktan çıkar. Oksijen almaması için, su buhar olarak ateşin üstünde olur, açık hava değilse, bu bir battaniye olarak örter ve sönmeyi kolaylaştırır. Su, ısı seviyesini düşürür ve ateş almayı engeller. Üçlü faktörü kullanmak için beceri kazanılmalıdır, ateşin üstüne sönmüyorsa, etrafa soğutmak için, hava almasını engellemek için dökülebilir. Sıcak su ise aman dikkat yakar. Bu açıdan yangın söndürmeye giden kişi, üstü havlu, battaniye olmalı, tamamen ıslanmalı, ayrıca ayağında çorap gibi koruyucular olmalıdır.

Burada söylenmek istenen, su ateşi bile söndürür ama, burada da sevgi faktörü bilmenin de önündedir.

## Kaynaklar

- 1) — [www.Temel Duygularımız Nelerdir? - Tumbebek](#)
- 2) — [www.Plutchik Duygu Çemberi. Psychologies](#)
- 3) -- Feelings, Wikipedia
- 4) -- File:Plutchik Dyads.svg. Wikipedia
- 5) — Emotion. Wikipedia
- 6) — Türk Ceza Kanunu, [www.mevzuat.com](http://www.mevzuat.com)
- 7) — Medine Antlaşması, [Medine Sözleşmesi Maddeleri 47 madde tam liste - SonHaberler](#)
- 8) — Anayasa, [www.mevzuat.com](http://www.mevzuat.com)