

Hortikültürel Terapi Uygulamalarında Bitkisel Materyal Kullanımı

Use of Plant Materials in Horticultural Therapy Applications

Seyma SENGUR^{1*}, Aslihan ARGAN SAHIN², Muhibe Aslı ALP³

^{1*}Peyzaj Mimarlığı Bölümü, Ziraat Fakültesi, Ordu Üniversitesi, Ordu, Türkiye

E-posta: seyma_sengur@hotmail.com ORCID: 0000-0002-9416-6399-10

²Peyzaj Mimarlığı A.B.D., Fen Bilimleri Enstitüsü, Ordu Üniversitesi, Ordu, Türkiye

E-posta: aslihan.argan@gmail.com ORCID: 0000-0001-5148-6563

³Peyzaj Mimarlığı Bölümü, Ziraat Fakültesi, Ordu Üniversitesi, Ordu, Türkiye

E-posta: alpмуhibeasli@gmail.com ORCID: 0000-0003-2828-7261

ÖZ

Hortikültürel terapi, bireylerin fiziksel, psikolojik ve sosyal iyilik hâllerini desteklemek amacıyla bitkiler ve bahçecilik etkinliklerinin terapötik bir araç olarak kullanıldığı disiplinler arası bir yaklaşımdır. Bu terapi yönteminde kullanılan bitkisel materyaller, uygulamanın etkililiğini ve sürdürülebilirliğini doğrudan etkileyen temel unsurlar arasında yer almaktadır. Bitkilerin duyuşal özellikleri (renk, doku, koku), bakım gereksinimleri, mevsimsellikleri ve güvenlik açısından uygunlukları, terapötik süreçte önemli rol oynamaktadır. Bitkisel materyalin doğru seçimi ve bilinçli kullanımı, hortikültürel terapinin fiziksel aktiviteyi artırma, stres düzeyini azaltma, bilişsel işlevleri destekleme ve sosyal etkileşimi güçlendirme üzerindeki olumlu etkilerini arttırmaktadır. Araştırma kapsamında, hortikültürel terapi uygulamalarında bitkisel materyal kullanımının, terapi hedeflerine uygun, kullanıcı odaklı ve güvenli bir şekilde planlanmasının önemi vurgulanmakta olup kullanılan bitkisel materyallerin özellikleri, seçim kriterleri ve farklı kullanıcı gruplarına yönelik kullanım biçimleri ele alınmaktadır.

Anahtar Kelime: bitkisel materyal, duyuşal özellikler, hortikültürel terapi, bahçecilik faaliyetleri

ABSTRACT

Horticultural therapy is an interdisciplinary approach in which plants and gardening activities are used as therapeutic tools to support individuals' physical, psychological, and social well-being. The plant materials used in this therapeutic method are among the fundamental elements that directly affect the effectiveness and sustainability of the applications. The sensory characteristics of plants (such as color, texture, and fragrance), their maintenance requirements, seasonality, and safety suitability play a significant role in the therapeutic process. The appropriate selection and conscious use of plant materials enhance the positive effects of horticultural therapy on increasing physical activity, reducing stress levels, supporting cognitive functions, and strengthening social interaction. Within the scope of this study, the importance of planning plant material use in horticultural therapy applications in a goal-oriented, user-centered, and safe manner is emphasized, and the characteristics of plant materials, selection criteria, and their modes of use for different user groups are discussed.

Keywords: plant material, sensory characteristics, horticultural therapy, gardening activities

Giriş

Son yıllarda bireylerin fiziksel, psikolojik ve sosyal iyilik hâllerini desteklemeye yönelik tamamlayıcı ve bütüncül yaklaşımlara olan ilgi giderek artmaktadır. Bu yaklaşımlar arasında yer alan hortikültürel terapi, bitkiler ve bahçecilik faaliyetlerinin terapötik bir araç olarak kullanıldığı, sağlık, psikoloji, peyzaj mimarlığı ve rehabilitasyon gibi farklı disiplinleri bir araya getiren bir uygulama alanı olarak tanımlanmaktadır (Relf, 1992; Simson & Straus, 1998). Literatürde hortikültürel terapinin stresin azaltılması, fiziksel aktivitenin teşvik edilmesi, bilişsel işlevlerin desteklenmesi ve sosyal etkileşimin artırılması gibi çok yönlü olumlu etkiler sağladığı belirtilmektedir (Ulrich, 1984; Kaplan & Kaplan, 1989; Soga vd., 2017).

Hortikültürel terapi uygulamalarının etkililiği, yalnızca gerçekleştirilen etkinliklere değil, aynı zamanda bu süreçte kullanılan bitkisel materyalin özelliklerine de doğrudan bağlıdır (Haller & Kramer, 2006). Bitkilerin renk, doku, koku ve form gibi duysal özellikleri, bireylerin algısal ve duygusal tepkilerini etkileyerek terapötik süreci güçlendirmektedir (Rodiek, 2002; Detweiler vd., 2012). Özellikle görsel ve kokusal uyaranların, stres düzeyinin azaltılması ve ruh hâlinin iyileştirilmesi üzerinde önemli etkiler yarattığı çeşitli çalışmalarla ortaya konmuştur (Ulrich vd., 1991). Bunun yanı sıra, bitkilerin bakım gereksinimleri, büyüme hızları ve mevsimsellik özellikleri, terapi sürecinin sürekliliği ve uygulanabilirliği açısından belirleyici unsurlar arasında yer almaktadır (Marcus & Sachs, 2014).

Bitkisel materyalin güvenli, toksik olmayan ve kullanıcıya zarar verme potansiyeli taşımayan özelliklere sahip olması, özellikle hassas kullanıcı grupları için büyük önem taşımaktadır (Relf & Dorn, 1995). Bitki seçiminde kullanıcı grubunun yaş, fiziksel yeterlilik, bilişsel durum ve güvenlik gereksinimlerinin dikkate alınması gerektiği literatürde vurgulanmaktadır. Yaşlı bireyler, çocuklar, engelli bireyler ve rehabilitasyon sürecindeki kullanıcılar için bitkisel materyal ve bahçecilik faaliyetlerinin farklı biçimlerde planlanması gerektiği belirtilmektedir (Söderback vd., 2004; Detweiler vd., 2012).

Hortikültürel terapinin ötesinde, bitkisel materyalin iyileştirici etkileri terapötik peyzaj kavramı çerçevesinde daha geniş bir ölçekte ele alınmaktadır. Terapötik peyzajlar; bireylerin fiziksel, psikolojik ve sosyal iyilik hâllerini destekleyen, doğal ve tasarlanmış açık alanları kapsayan mekânlar olarak tanımlanmaktadır (Gesler, 1992; Bell vd., 2015). Bu yaklaşımda bitkisel materyal, stresin azaltılması, zihinsel yenilenmenin sağlanması ve kullanıcıların mekânla kurduğu duygusal bağın güçlendirilmesi açısından temel bir bileşen olarak öne çıkmaktadır (Kaplan & Kaplan, 1989; Ulrich vd., 1991).

Günümüzde hızla artan kentleşme ve buna bağlı çevresel stres faktörleri, kentsel peyzajların yalnızca estetik işlevler üstlenmesinin ötesinde, iyileştirici ve destekleyici mekânlar olarak ele alınmasını gerekli kılmaktadır. Literatürde, kentsel yeşil alanlarda kullanılan bitkisel materyalin tür çeşitliliği, mekânsal düzeni ve duysal özelliklerinin, kullanıcıların ruh hâli, algılanan stres düzeyi ve genel yaşam kalitesi üzerinde önemli etkiler yarattığı ortaya konmuştur (Hartig vd., 2014; Soga vd., 2017). Parklar, rekreasyon alanları, hastane bahçeleri, kampüsler ve konut çevreleri gibi kentsel açık alanlarda bitkisel materyal seçimlerinin, terapötik peyzaj ilkeleri doğrultusunda, bilinçli ve kullanıcı odaklı bir yaklaşımla yapılması gerektiği vurgulanmaktadır.

Bu bağlamda, bitkisel materyal seçimi hem hortikültürel terapi uygulamalarında hem kentsel peyzajların terapötik potansiyelini artırmaya yönelik planlama ve tasarım süreçlerinin temel bir bileşeni olarak değerlendirilmektedir. Bitkilerin duysal özellikleri, bakım gereksinimleri, ekolojik uyumu ve güvenlik açısından uygunluğu, terapötik peyzajların sürdürülebilirliği ve etkinliği açısından belirleyici kriterler olarak öne çıkmaktadır (Marcus & Sachs, 2014; Bell vd., 2015). Bu doğrultuda, peyzaj planlama ve tasarım çalışmalarında bitkisel materyalin iyileştirici rolünün dikkate alınması, daha sağlıklı, yaşanabilir ve kapsayıcı kentsel çevrelerin oluşturulmasına katkı sağlamaktadır.

Materyal ve Yöntem

Araştırmanın yöntemi, hortikültürel terapi ve terapötik peyzaj kapsamında bitkisel materyal seçimine ilişkin literatür taramasına dayanmaktadır. Bu kapsamda, ulusal ve uluslararası düzeyde yayımlanmış bilimsel çalışmalar incelenmiştir. Literatür taraması sürecinde Web of Science, Scopus, ScienceDirect ve Google Scholar gibi akademik veri tabanları ve arama motorları kullanılmıştır.

Tarama sırasında “horticultural therapy”, “therapeutic landscapes”, “plant material selection”, “sensory plants” ve “healing gardens” gibi anahtar kelimeler ve bunların farklı kombinasyonlarından yararlanılmıştır. Elde edilen kaynaklar arasından, konu kapsamıyla doğrudan ilişkili olan hakemli bilimsel makaleler, lisansüstü tezler ve alanla ilişkili kitaplar değerlendirilmeye alınmıştır.

Ayrıca, terapötik peyzaj ve hortikültürel terapi uygulamalarına yönelik hazırlanmış rehber dokümanlar, yayınlar ve raporlar da çalışmanın materyalini oluşturan bilgi ve belgeler arasında yer almaktadır. İncelenen kaynaklar, bitkisel materyalin duysal özellikleri, güvenlik kriterleri, kullanıcı gruplarıyla ilişkisi ve bitkisel materyal seçim ve bakım koşulları bağlamında değerlendirilmiştir.

Duyusal Özellikler

Hortikültürel terapi ve terapötik peyzaj uygulamalarında kullanılan bitkisel materyallerin duysal özellikleri, terapötik etkinin oluşmasında önemli bir rol oynamaktadır. Literatürde, bitkilerin renk, doku, koku ve form gibi özelliklerinin kullanıcıların algısal ve duysal tepkilerini doğrudan etkilediği belirtilmektedir (Kaplan & Kaplan, 1989; Rodiek, 2002). Görsel açıdan çekici ve kokusal uyarım sağlayan bitkilerin, stresin azaltılması ve ruh hâlinin iyileştirilmesi üzerinde olumlu etkiler yarattığı çeşitli çalışmalarda ortaya konmuştur (Ulrich vd., 1991; Haviland-Jones vd., 2005).

Bazı araştırmalar belirli bitki türlerinin terapötik süreçlerde doğrudan kullanıldığını ortaya koymaktadır. Görsel duysal uyarımın stres iyileşmesi üzerindeki etkisini inceleyen deneysel bir çalışmada, kırmızı çiçekli *Geranium* türlerinin kullanıldığı ve bu bitkilerin bireylerin fizyolojik stres tepkileri üzerinde olumlu etkiler oluşturduğu belirlenmiştir (Kim & Mattson, 2002).

Hastane ortamlarında yürütülen hortikültürel terapi programlarına ilişkin kapsamlı bir tarama çalışmasında ise, iç mekân koşullarına uyumlu ve bakım gereksinimi görece düşük olan çeşitli bitki türlerinin uygulamalarda tercih edildiği rapor edilmiştir. Bu çalışmada *Hedera helix*, *Chamaedorea elegans*, *Syngonium podophyllum*, *Neofinetia falcata*, *Hoya carnosa*, *Rosmarinus officinalis* ve *Spathiphyllum* türlerinin hortikültürel terapi programlarında kullanıldığı belirtilmektedir (Journal of People, Plants, and Environment [JPPE], 2017).

Buna ek olarak, uygulama temelli raporlar ve mesleki rehberlerde, koku duysuna yönelik terapötik uyarım sağlamak amacıyla *Lavandula* türlerinin hortikültürel terapi etkinliklerinde yer aldığı ifade edilmektedir. Bu türlerin özellikle rahatlatıcı ve sakinleştirici etkileri nedeniyle terapi programlarında tercih edildiği vurgulanmaktadır (American Horticultural Therapy Association [AHTA], 2017).

Bu çalışmalar, hortikültürel terapi uygulamalarında bitki türü seçiminde duysal özelliklerin (özellikle görsel ve kokusal uyarım) belirleyici bir rol oynadığını göstermektedir.

Mevsimsel Özellikler ve Gelişim Süreçleri

Bitkilerin mevsimsellik özellikleri ve gelişim süreçleri, terapötik uygulamaların sürekliliği açısından önem taşımaktadır. Yıl boyunca farklı dönemlerde ilgi ve etkileşim sağlayan bitkilerin kullanılması, kullanıcıların doğayla kurduğu bağı güçlendirmekte ve terapötik sürecin sürdürülebilirliğini desteklemektedir (Marcus & Sachs, 2014).

Benzer biçimde Detweiler ve ark. (2012), sağlık kurumlarında gerçekleştirilen hortikültürel terapi uygulamalarını değerlendirdikleri uygulamalı çalışmalarında, bitkilerin büyüme ve gelişim süreçlerinin kullanıcılar tarafından gözlemlenebilir olmasının terapötik sürece olumlu katkı sağladığını vurgulamaktadır. Araştırmada, bitkilerdeki filizlenme, yapraklanma ve çiçeklenme gibi dönemsel değişimlerin, katılımcıların dikkatini sürdürmesine ve terapi sürecine uzun vadeli katılımına katkı sunduğu ifade edilmektedir.

Ayrıca Soga ve ark. (2017), doğa temelli müdahaleleri ele aldıkları saha çalışmalarında, yıl boyunca devam eden bitkisel değişimlerin kullanıcıların doğayla kurduğu ilişkiyi güçlendirdiğini ve tekrar eden etkileşimi desteklediğini ortaya koymaktadır. Bu bulgular, terapötik uygulamalarda mevsimsellik ve gelişim süreçlerinin yalnızca estetik bir unsur olarak değil, terapötik sürekliliği destekleyen yapısal bir bileşen olarak ele alındığını göstermektedir.

Güvenlik

Güvenlik konusu, bitkisel materyal seçiminde dikkate alınması gereken bir diğer temel unsurdur. Literatürde, toksik, dikenli ya da alerjik reaksiyonlara neden olabilecek bitkilerden kaçınılması gerektiği

vurgulanmakta; özellikle hassas kullanıcı grupları için risk içermeyen bitkilerin tercih edilmesi önerilmektedir (Relf & Dorn, 1995). Bu yaklaşım, terapötik ortamın güvenliğini artırmakta ve kullanıcıların mekânda kendilerini rahat hissetmelerine katkı sağlamaktadır.

Kullanıcı Grupları

Bitkisel materyalin kullanım biçimleri, hedef kullanıcı grubunun özelliklerine göre farklılık göstermektedir. Yaşlı bireyler için fiziksel zorlanma gereksinimi düşük, ergonomik kullanım imkânı sunan ve duyuşsal uyarımı ön planda tutan bitkilerin tercih edilmesi önerilmektedir (Söderback vd., 2004). Bu tür bitkiler, hem fiziksel aktiviteyi desteklemekte hem de bilişsel ve duyuşsal iyilik hâline katkı sağlamaktadır.

Çocuklara yönelik uygulamalarda, renkli, hızlı gelişen ve etkileşime açık bitkiler ön plana çıkmaktadır. Bu bitkiler, öğrenme süreçlerini destekleyerek doğa farkındalığının gelişmesine katkı sunmaktadır. Engelli bireyler ve rehabilitasyon sürecindeki kullanıcılar için ise erişilebilirlik, güvenlik ve bireysel yeterlilik düzeyine uygunluk temel belirleyiciler olarak değerlendirilmektedir (Detweiler vd., 2012). Bu bağlamda, bitkisel materyalin kullanıcı odaklı bir yaklaşımla planlanması, terapötik etkinliği artıran önemli bir unsur olarak görülmektedir.

Bitkisel Materyal Seçimi

Bitkilendirmede ‘Yaşlı ağaçlar’, ‘Duyuşsal özellikler’, ‘Biyçeşitlilik’, ‘Yenilebilir’, ‘Yerel Kültürel Hafıza’, ‘Dikkat Gerektiren Bitkiler’, ‘Kompozisyon’ ve ‘Bitki etiketleri’ gibi pek çok unsurun dikkate alınması gerekmektedir (National Parks Board [NParks], 2017).

Yaşlı ağaçlar

Mevcut yaşlı ağaçlar, bahçe genelinde gölgeleme sağlayarak kullanıcı konforunu artırmakta; aynı zamanda uzun ömür, süreklilik ve mekânsal karakter algısını güçlendiren sembolik bir unsur olarak değerlendirilmektedir (National Parks Board [NParks], 2017).

Duyuşsal özellikler

Terapötik bir bahçe için bitki seçiminde dikkate alınması gereken başlıca duyuşsal özellikler aşağıda sunulmaktadır:

Renk

Kırmızı, sarı ve turuncu gibi sıcak renkler zihinsel uyarımı artırarak duyuşların aktive olmasını sağlarken; mavi ve mor gibi soğuk renkler sakinleştirici ve rahatlatıcı bir etki oluşturmaktadır. Bu kriter, bitkilerin gövdesinin, yapraklarının ve çiçeklerinin renk özelliğine dayanmaktadır (National Parks Board [NParks], 2017).



Şekil 1. Yaprak rengiyle ön plana çıkan bitkiler: (a) Kadın Tuzluğu (*Berberis thunbergii* 'Atropurpurea') (URL 1), (b) Gold Altuni Taflan (*Euonymus japonica aurea*) (URL 2)

Bitkilerin renk özellikleri kapsamında çiçeklerinin renk durumu sakinleştirici ve duygusal dengeleyici bir etki yaratarak stresin azalmasına ve olumlu ruh hâlinin desteklenmesine katkı sağlamaktadır. Örneğin, Erguvan'ın (*Cercis siliquastrum*) pembe-mor tonlardaki çiçekleri, terapötik peyzajlarda görsel çekicilik sağlayarak kullanıcıların mekân algısını güçlendirmekte ve psikolojik iyilik hâli üzerinde potansiyel olarak olumlu etkiler oluşturmaktadır (Şekil 2).



Şekil 2. Çiçek rengiyle ön plana çıkan bitkilere örnek Erguvan (*Cercis siliquastrum*) bitkisi (URL 3)

Ayrıca gövdesinin rengi ile de terapatik peyzaj tasarımlarında etkin olabilecek türler söz konusudur. *Betula pendula* – Huş ağacını bu kapsamda kullanılabilecek bitkilere örnek olarak vermek mümkündür.



Şekil 3. Gövde rengiyle ön plana çıkan bitkilere örnek Salkım Huş (*Betula pendula*) bitkisi (URL 4)

Doku

İlginç yaprak dokularına sahip bitkiler, dokunma duyusu yoluyla kullanıcıların algısal deneyimini zenginleştirmek amacıyla kullanılabilmektedir. Bu bitkilerin, tekerlekli sandalye kullanan bireyler dâhil olmak üzere tüm kullanıcıların erişebileceği konumlarda yer alması önem taşımaktadır. *Pilea mollis*– Pilea Ay Vadisi bitkisini bu kapsamda örnek olarak vermek mümkündür (National Parks Board [NParks], 2017) (Şekil 4).



Şekil 4. Dokusuyla ön plana çıkan bitkilere örnek Pilea Ay Vadisi (*Pilea mollis*) bitkisi (National Parks Board [NParks], 2017)

Koku

Bitkisel kokular, kullanıcıların koku alma duyusunu uyarak anıların canlanmasına ve duygusal tepkilerin oluşmasına katkı sağlamaktadır. Koku, çiçeklerden doğrudan algılanabileceği gibi yaprakların ovalanması veya ezilmesi yoluyla da açığa çıkabilmektedir. Bu kapsamda kullanılacak bitkiler koku ölçeğinde ‘yakın mesafede ve temasla algılanan koku’, ‘Düşük volatiliteye sahip, kısa mesafede algılanan koku’, ‘Uzak mesafeden algılanabilen ve yoğunluğu artabilen koku’ şeklinde bitkileri sınıflandırmak mümkündür (National Parks Board [NParks], 2017)

Bu kapsamda *Ocimum basilicum*- Fesleğen bitkisi yakın mesafede ve temasla algılanan koku ölçeğine örnek olarak verilebilmekte olup hortikültürel terapi uygulamalarında sıklıkla tercih edilen bir türdür (Şekil 5) (National Parks Board [NParks], 2017).

Düşük volatiliteye sahip, kısa mesafede algılanan koku ölçeğinde ise aşırı uyarım yaratmayan, yaşlılar ve hassas kullanıcı gruplarında tercih edilebilecek, dinlenme ve sakinleşme alanlarında kullanılacak bitki türlerini kapsamaktadır. Bu kapsamda *Magnolia figo* bitkisini örnek vermek mümkündür (National Parks Board [NParks], 2017)

Magnolia figo, düşük volatiliteye sahip çiçek kokusu sayesinde yakın mesafede algılanan, nazik bir duygusal etki sunmaktadır (Şekil 6).



Şekil 5. Yakın mesafede ve temasla algılanan koku ölçeğinde kullanılacak bitkilere örnek Fesleğen (*Ocimum basilicum*) bitkisi (National Parks Board [NParks], 2017)



Şekil 6. Yakın mesafede ve temasla algılanan koku ölçeğinde kullanılabilecek bitkilere örnek *Magnolia figo* bitkisi (National Parks Board [NParks], 2017)

Uzak mesafeden algılanabilen ve yoğunluğu artabilen koku ölçeği kapsamında ise *Cananga odorata* var. *fruticosa* (Ylang-ylang) benzeri bitkilerin kullanımı uygun olacaktır (Şekil 7).



Şekil 7. Uzak mesafeden algılanabilen ve yoğunluğu artabilen koku ölçeğinde kullanılabilecek bitkilere örnek *Cananga odorata* var. *fruticosa* bitkisi (National Parks Board [NParks], 2017)

İşitsel

Çimenler ve ağaç yapraklarının rüzgârla birlikte oluşturduğu hafif sesler ya da bitkisel tasarımla bütünleşen su öğeleri, sakin ve huzurlu bir çevresel atmosferin oluşmasına katkı sağlamaktadır. Bu kapsamda *Populus tremula* benzeri türler etkin sonuçlar verebilecektir (National Parks Board [NParks], 2017).



Şekil 8. İşitsel olarak kullanılabilecek bitkilere örnek Titrek Kavak (*Populus tremula*) bitkisi (URL 9)

Biyçeşitlilik

Ziyaretçilerin kelebekler, kuşlar ve benzeri fauna türlerini gözlemleyebilmesi ve bu canlı çeşitliliğini algılayarak ekolojik farkındalık kazanabilmesi amacıyla, söz konusu türleri cezbeden uygun bitki türlerinin kullanılması önerilmektedir (National Parks Board [NParks], 2017).

Yenilebilir

Otlar, baharatlar, meyveler ve sebzeler gibi yemek pişirme sürecinde kullanılan yenilebilir bitkiler, kullanıcıların bahçe faaliyetlerine aktif katılımını teşvik ederek etkileşimi artırabilmektedir (National Parks Board [NParks], 2017).

Yerel kültürel hafıza

Çocukluk döneminde ya da günlük yaşamda karşılaşılan bitkiler, bireylerde anıların canlanmasına ve nostaljik bir duygunun oluşmasına katkı sağlayabilmektedir. Bu bitkiler kültürel açıdan önemli, yenilebilir ya da yol kenarı bitkileri olabilmektedir. Fındık (*Corylus avellana*) ve zeytin (*Olea europaea*) gibi, bölgesel olarak yaygın ve kültürel değeri yüksek bitki türleri ve benzerlerini örnek olarak vermek mümkündür (National Parks Board [NParks], 2017).

Dikkat gerektiren bitkiler

Zehirli sapsalara sahip ve yutulduğunda risk oluşturan, tahriş edici kıllar veya yüzey yağları içeren (temas), dikenli ya da sivri uçlara sahip (temas) ve istenmeyen faunayı yoğun şekilde çeken bitkilerin kullanımında dikkatli olunması gerekmektedir (National Parks Board [NParks], 2017).

Kompozisyon

Zıt renk, yaprak dokusu ve boyut özelliklerine sahip bitki türlerinin bir arada kullanılması, bahçe içerisinde dikkat çekici ve zengin bir görsel doku oluşturabilmektedir (National Parks Board [NParks], 2017).

Bitki etiketleri

Bitki tanımlama etiketleri ve etkileşimli eğitsel tabelalar, ziyaretçilere bitkiler hakkında ilgi çekici ve öğretici bilgiler sunarak farkındalığı artırmaktadır (National Parks Board [NParks], 2017)

Bitkisel materyal seçimi, hortikültürel terapi (HT) uygulamaları ile terapötik peyzaj tasarımlarında terapötik etkinliğin oluşumunu doğrudan etkileyen temel bir bileşen olarak değerlendirilmektedir. Bununla birlikte, bu iki yaklaşımda bitkilerin kullanım amacı, kullanıcı ile kurduğu etkileşim biçimi ve mekânsal bağlam farklılık göstermektedir (Relf, 1992; Marcus & Sachs, 2014).

Genel olarak ifade edilen kriterler bitkisel materyal seçiminde hortikültürel terapi ve terapatik peyzajlar için ortak gibi görünse de, hortikültürel terapi uygulamalarının odağında hasta ve özel gereksinime sahip bireyler yer aldığı için kullanıcı grubunun ya da terapi alan bireyin özellikleri dahilinde belirlenmelidir. Terapatik peyzajlarda ise bitkisel materyal seçimi konusunda nispeten daha esnek olunabilmektedir.

Bitki Bakım Koşulları

Bitkisel materyal seçiminde en önemli kriterlerden biri, bitkilerin bakım gereksinimleri ve kullanıcılar tarafından kolaylıkla yönetilebilir olmalarıdır. Düşük bakım gerektiren, hızlı geri bildirim sağlayan ve yetiştirilmesi kolay bitkilerin, kullanıcı motivasyonunu artırdığı ve terapötik sürece katılımı desteklediği belirtilmektedir (Haller & Kramer, 2006). Bu durum, özellikle düzenli katılım gerektiren hortikültürel terapi programlarında belirleyici bir faktör olarak öne çıkmaktadır.

Hortikültürel Terapi Bitki Bakım Koşulları

Hortikültürel terapi uygulamalarında kullanılan bitkilerin bakım koşulları, kullanıcıların fiziksel yeterlilikleri, bilişsel düzeyleri ve terapi sürecinden beklenen hedefler doğrultusunda planlanmalıdır. Literatürde, bakım gereksinimi düşük, gelişim süreci kolay izlenebilen ve kısa sürede geri bildirim sunan bitkilerin, kullanıcı motivasyonunu artırdığı ve terapi sürecine aktif katılımı desteklediği belirtilmektedir (Haller & Kramer, 2006; Detweiler vd., 2012).

Sulama, budama ve genel bakım süreçlerinin karmaşık olmaması; özellikle yaşlı bireyler, çocuklar ve rehabilitasyon sürecindeki kullanıcılar açısından belirleyici bir unsur olarak öne çıkmaktadır. Kullanıcılarda başarısızlık hissi oluşturmayan ve olumlu deneyimlerle sonuçlanan bitkisel

uygulamaların, öz yeterlilik algısını güçlendirdiği ve terapötik kazanımlara katkı sağladığı ifade edilmektedir (Simson & Straus, 1998; Söderback vd., 2004). Bu bağlamda bitki bakım koşulları, hortikültürel terapi sürecinin yalnızca teknik bir unsuru değil, aynı zamanda terapötik etkiyi destekleyen aktif bir bileşeni olarak değerlendirilmelidir.

Terapatik Peyzajlarda Bitki Bakım Koşulları

Terapötik peyzajlarda bitki bakım koşulları, bireysel kullanıcı etkileşiminden ziyade mekânsal süreklilik, ekolojik uyum ve uzun vadeli sürdürülebilirlik ilkeleri doğrultusunda ele alınmaktadır. Bu tür peyzajlarda kullanılacak bitkilerin, yerel iklim koşullarına uyum sağlayan, bakım gereksinimi düşük ve yıl boyunca görsel ve işlevsel süreklilik sunan türlerden seçilmesi önerilmektedir (Marcus & Sachs, 2014; Bell vd., 2015).

Literatürde, yoğun bakım gerektiren ya da kısa sürede estetik ve işlevsel niteliğini kaybeden bitkilerin, terapötik peyzajların iyileştirici etkisini zayıflatabileceği vurgulanmaktadır (Hartig vd., 2014). Bu nedenle terapötik peyzajlarda bitkisel materyal seçimi; alanın kullanım yoğunluğu, profesyonel bakım olanakları ve kullanıcı profili dikkate alınarak planlanmalıdır. Bakımı sürdürülebilir, dengeli gelişim gösteren bitkisel düzenlemelerin, kullanıcıların mekânla kurduğu duygusal bağı güçlendirdiği ve terapötik etkiyi desteklediği ifade edilmektedir (Kaplan & Kaplan, 1989; Ulrich vd., 1991).

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışma kapsamında, hortikültürel terapi uygulamalarında bitkisel materyal kullanımının terapötik etki üzerindeki belirleyici rolü, literatüre dayalı olarak ele alınmıştır. Elde edilen bulgular, bitkilerin yalnızca estetik bir unsur olarak değil; duysal, psikolojik ve sosyal boyutlarıyla terapötik sürecin aktif bir bileşeni olarak değerlendirilmesi gerektiğini ortaya koymaktadır. Bitkisel materyalin renk, doku, koku, form ve mevsimsellik gibi özellikleri, kullanıcıların algısal deneyimlerini şekillendirerek stres düzeyinin azaltılmasına, ruh hâlinin iyileştirilmesine, bilişsel süreçlerin desteklenmesine ve sosyal etkileşimin güçlenmesine katkı sağlamaktadır.

Araştırma sonuçları, bitkisel materyal seçiminin terapi hedefleriyle uyumlu, kullanıcı odaklı ve güvenlik kriterlerini gözetken bir yaklaşımla planlanmasının, hortikültürel terapinin etkinliğini artıran temel bir unsur olduğunu göstermektedir. Özellikle yaşlılar, çocuklar, engelli bireyler ve rehabilitasyon sürecindeki kullanıcılar gibi hassas gruplar için toksik olmayan, düşük bakım gerektiren, erişilebilir ve aşırı duysal uyarım yaratmayan bitkilerin tercih edilmesi gerekliliği öne çıkmaktadır.

Çalışmada ayrıca, bitkisel materyalin iyileştirici etkilerinin yalnızca hortikültürel terapi uygulamalarıyla sınırlı olmadığı; terapötik peyzaj yaklaşımı çerçevesinde kentsel açık alanlarda da önemli bir potansiyele sahip olduğu vurgulanmıştır. Parklar, rekreasyon alanları, hastane bahçeleri ve konut çevreleri gibi kentsel mekânlarda bilinçli bitki seçimi ve düzenlemesi, bireylerin günlük yaşamda doğayla kurduğu etkileşimi güçlendirerek genel yaşam kalitesinin artırılmasına katkı sunmaktadır.

Bu doğrultuda aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir:

- Hortikültürel terapi ve terapötik peyzaj tasarımlarında bitkisel materyal seçimi, duysal özellikler, güvenlik, bakım gereksinimleri ve ekolojik uyum kriterleri birlikte değerlendirilerek bütüncül bir yaklaşımla ele alınmalıdır.
- Farklı kullanıcı gruplarının fiziksel, bilişsel ve duysal gereksinimleri doğrultusunda bitki türleri ve kullanım biçimleri çeşitlendirilmelidir.
- Kentsel peyzaj planlama ve tasarım süreçlerinde, bitkilerin iyileştirici potansiyeli göz önünde bulundurularak terapötik peyzaj ilkeleri daha yaygın biçimde uygulanmalıdır.
- Gelecek çalışmalarda, farklı bitki türlerinin ve bitkisel özelliklerin terapötik etkilerinin deneysel ve nicel yöntemlerle değerlendirilmesi, alana yönelik bilimsel bilgi birikimini güçlendirecektir.

Sonuç olarak, bitkisel materyalin bilinçli, planlı ve kullanıcı odaklı kullanımı, hem hortikültürel terapi uygulamalarının başarısını artırmakta hem de daha sağlıklı, kapsayıcı ve iyileştirici kentsel çevrelerin oluşturulmasına önemli katkılar sağlamaktadır.

Kaynaklar

- Bell, S., Foley, R., Houghton, F., Maddrell, A., & Williams, A. M. (2015). *Health geographies: Therapeutic landscapes*. Routledge.
- Detweiler, M. B., Sharma, T., Detweiler, J. G., Murphy, P. F., Lane, S., Carman, J., ... Kim, K. Y. (2012). What is the evidence to support the use of therapeutic gardens for the elderly? *Psychiatry Investigation*, 9(2), 100–110.
- Gesler, W. M. (1992). Therapeutic landscapes: Medical issues in light of the new cultural geography. *Social Science & Medicine*, 34(7), 735–746.
- Haller, R. L., & Kramer, C. L. (2006). *Horticultural therapy methods: Making connections in health care, human service, and community programs*. Haworth Press.
- Hartig, T., Mitchell, R., de Vries, S., & Frumkin, H. (2014). Nature and health. *Annual Review of Public Health*, 35, 207–228.
- Haviland-Jones, J., Rosario, H. H., Wilson, P., & McGuire, T. R. (2005). An environmental approach to positive emotion: Flowers. *Evolutionary Psychology*, 3, 104–132.
- Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). *The experience of nature: A psychological perspective*. Cambridge University Press.
- Marcus, C. C., & Sachs, N. A. (2014). *Therapeutic landscapes: An evidence-based approach to designing healing gardens*. Wiley.
- National Parks Board (NParks). (2017). *Design guidelines for therapeutic gardens in Singapore*. Singapore: National Parks Board.
- Relf, D. (1992). Human issues in horticulture. *HortTechnology*, 2(2), 159–171.
- Relf, D., & Dorn, S. (1995). Horticulture: Meeting the needs of special populations. *HortTechnology*, 5(2), 94–103.
- Rodiek, S. (2002). Influence of an outdoor garden on mood and stress in older persons. *Journal of Therapeutic Horticulture*, 13, 13–21.
- Simson, S. P., & Straus, M. C. (1998). *Horticulture as therapy: Principles and practice*. CRC Press.
- Soga, M., Gaston, K. J., & Yamaura, Y. (2017). Gardening is beneficial for health. *Preventive Medicine Reports*, 5, 92–99.
- Söderback, I., Söderström, M., & Schäländer, E. (2004). Horticultural therapy: The “healing garden” and gardening in rehabilitation. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 11(2), 51–57.
- Ulrich, R. S. (1984). View through a window may influence recovery from surgery. *Science*, 224(4647), 420–421.
- Ulrich, R. S., Simons, R. F., Losito, B. D., Fiorito, E., Miles, M. A., & Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology*, 11(3), 201–230.
- URL 1. *Berberis thunbergii* ‘Atropurpurea’. <https://www.heckenpflanzendirekt.de/berberis-thunbergii-atropurpurea-mo23000958.html>. Erişim tarihi: 20.12.2025
- URL 2. *Euonymus japonica* ‘Aurea’. <https://www.urbantreefarm.com/product/euonymus-japonicus-aureo-marginata/>. Erişim tarihi: 20.12.2025
- URL 3. *Cercis siliquastrum*. https://www.gardenplantsonline.co.uk/product/cercis-siliquastrum-judas-tree-multi-stem/?attribute_pa_height=300350. Erişim tarihi: 20.12.2025
- URL 4. *Betula pendula*. <https://www.hedgenursery.co.uk/birch-silver-tree-saplings-betula-pendula-p62>. Erişim tarihi: 20.12.2025
- URL 9. *Populus tremula*. <https://www.nvknurseries.com/plant/Populus-tremula-Erecta>. Erişim tarihi: 20.12.2025

Benim Küçük Bahçem: Bir Çiçekçinin Tutkulu Hikayesi

My Little Garden: A Florist's Passionate Story

Zeinab POUYA^{1*}

^{1*}Ankara Üniversitesi, Ziraat Fakültesi, Bahçe Bitkileri Bölümü, Ankara, Türkiye.
E-posta: zeynabpouya@gmail.com ORCID: 0009-0000-7465-5665

ZEİNAB POUYA, 1990 yılında İran'ın Tebriz kentinde doğmuştur. Tebriz Üniversitesi Bahçe Bitkileri Bölümü'nde lisans eğitimini (2008–2012) ve süs bitkileri alanında yüksek lisans eğitimini (2013–2015) tamamlamıştır. Kariyeri boyunca; 2014–2017 yılları arasında kaktüs ve sukulent seralarında ziraat mühendisi olarak, İran Hamon Süs Bitkileri Üretim Serası'nda ziraat uzmanı olarak çalışmış ve çeşitli çiçek ve bitki yetiştirme kurumlarında görev yaparak farklı mesleki deneyimler edinmiştir. 2017–2024 yılları arasında İran'ın Kerej kentinde kendi iş yerini kurarak özel bir çiçek üretim ve satış yerinde çalışmıştır. Edindiği iş tecrübeleri sayesinde bitki yetiştirme, bitki hastalıkları, gübre üretimi ile çiçek işletmeciliği ve pazarlama konularında geniş bir bilgi birikimine sahiptir. 2025 yılında Ankara Üniversitesi Bahçe Bitkileri Bölümü'nde doktora eğitimine başlamış ve halen devam etmektedir. Anadili Farsça ve Azericedir, Türkçe ve İngilizce bilmektedir.



Giriş

Ben bir çiçekçiydim; şehrin kalabalık bir mahallesindeki küçük dükkânımın sahibi. Her gün, şehrin karmaşası başlamadan çok önce, kendimi o yeşil sığınağa atardım. Bu şirin köşede, göz alıcı ev bitkileri, dayanıklı kaktüsler, etli yapraklı sukulentler, rengârenk seramik saksılar ve bitki bakımı için gereken tüm aksesuarlar bir aradaydı. Sabahları dükkânım güneş alırdı ve güneş gitmeden önce dükkânımın kapısını açardım; böylece camın arkasına dizdiğim kaktüsler yeterli ışığı alırdı. Caddeye bakan vitrinin arkasında, düzenli ahşaptan raflar kurmuştum. Bu raflar, minyatür kaktüslerden büyük örnekler kadar büyüleyici bir koleksiyonu sergiliyordu. Dükkâna girer girmez, işe her zaman temizlikle başladım. Dükkânın zemini sürekli olarak toprak ve suyun savaşına sahneydi. Saksıların altındaki deliklerden dökülen toprak, aynı gün yapılan sulamayla birleşince çamur oluşuyor ve dağınıklığı kat kat artırıyordu.



Şekil 1. Dükkânın Görünümü (2021)

Yeşilin İçinde Bir Dünya

Dükkânın duvarları boyunca, beyaz, merdiven şeklindeki raflar yerleştirmiştim. Bitkiler, özenle yerleştirilmiş saksı altlıklarıyla birlikte bu raflarda duruyordu. Ancak, yeşilliklerin yoğunluğu ve yer sıkıntısı nedeniyle, bazı daha küçük bitkiler maalesef yerde yaşamaya mahkûmdu. Onların saksı altlığı olmaması, yerdeki çamurun ana kaynağıydı.



Şekil 2. Mağazanın içinden raflar ve çiçeklere ait görüntüler

Her gün, uzun sulama hortumuyla dükkânın zeminini yıkardım. Bu yıkamadan ortaya çıkan hafif buhar, bitkiler için, özellikle havadaki nemi seven yapraklı bitkiler için çok değerli bir hediye idi. Yazın en sıcak günlerinde, büyük bir spray ile yapraklara su püskürtürdüm. Nem ve hayat veren yeşilin birleşimi, hem bende hem de müşterilerimde derin bir huzur, tazelik ve yenilenme hissi yarattı. Dükkânın çeşitli köşelerinden, sarkık bitkileri (salon sarmaşığı, Telgraf ve kurdele çiçeği gibi) asardım, bu da ortama şelale gibi bir güzellik kattı.

Hayatın Fısıltısı

Bazen dükkânın içinde müzik açıp ve bitkilere dinletirdim. Bilimsel araştırmaların bunun bitki büyümesi üzerindeki olumlu etkilerini kanıtladığını biliyordum. Müziğin yatıştırıcı sesiyle dükkân, adeta bir meditasyon tapınağına dönüşürdü. Bazen bitkilerle konuşur, onlara dokunur ve okşardım. Bazıları, begonya ve fitonya gibi narin ve hassasken, yuka veya salon çamı gibi diğerlerinin kalın ve vakur yaprakları vardı. Ama benim gözümde hepsinin hatta dışarıdan sert görünen dikenli kaktüsleri bile yaşamdan ve huzurdan beslenen bir ruhları vardı. İnsanın ve bulunduğu ortamın enerjisini hissederdiler.

Mesela müşterilerimden birinin hüznü anlattığı gibi evlerindeki bitkilerin her zaman canlı ve sağlıklıydı ancak ev sahibinin vefatından sonra, tüm bakım eksiksiz yapılmasına rağmen bütün bitkilerin solduğunu anlatıyordu.

Evet, bitkiler hissediyor...

Benim bitkilerle olan derin bağım çocukluk yıllarımda şekillendi. Babamla birlikte bahçede çalıştığım, ona yardım ettiğim zamanlarda başladı. O yıllardan itibaren bitkilerle güçlü bir ilişki kurdum ve bu bağ, zamanla bir sevgiye dönüştü. Daha sonra bu sevgiyi tarım alanında eğitim olarak sürdürdüm.



Şekil 3. Çalışma sırasında çekilen görüntüler

Teraryumlarda Hayat

İşimin en keyifli ve sanatsal kısımlarından biri teraryum yapmaktır. Teraryum içinde kaktüsler ve sukulentler gibi küçük ve yavaş büyüyen bitkileri kullanırdım. Onların minik ahşap kulübeler, renkli çakıl taşları, süs mantarları ve fantezi aksesuarlarla sanatsal birleşimi, müşterilerin büyük beğenisini toplayan gerçekten göz kamaştırıcı eserler yaratıyordu. Teraryum yaparken, müziğin eşliğinde, kendimi o kadar işime kaptırırdım ki zamanın nasıl geçtiğini unutturdum. Dükkânımın dijital dünyada da aktif bir varlığı vardı. Her teraryumu bitirdikten sonra fotoğrafını çeker ve sosyal medyada sergilerdim. Bazen bitkilerin sade siyah saksılarını ya da küçük saksılarda yetişen bitkilerin saksılarını çıkarır, onların yerine rengârenk, fantezi seramik saksılara dikerdim. Bu değişiklik, hem dükkânın görsel çekiciliğine katkıda bulunuyor hem de satışları önemli ölçüde artırıyordu.



Şekil 4. Teraryum örnekleri

Toprağa Karışan Emek

Çiçek siparişleri için, haftanın belirli günlerinde sabahın erken saatlerinde yola çıkardım. Saat yedi ile on arasında kent çevresindeki seraları dolaşır, henüz gün kalabalığı başlamadan bitkilerin en taze hâllerini görmeye çalışırdım. Seraların içinde yürürken, farklı türler ve çeşitler arasında dikkatle seçim yapardım. Renklerin canlılığına, yaprakların diriliğine, bitkinin genel sağlığına özellikle önem verirdim. Sağlıklı ve hastalıklardan arınmış, güçlü ve diri bitkiler seçmek benim için bir alışkanlıktan öte, mesleki bir sorumluluktur.

Seralarda çalışanlar, seçtiğim çiçekleri benim için özenle gazeteye sarar, ardından kamyonet ya da yük taşıma araçlarıyla dükkânıma gönderirlerdi.



Şekil 5. Serada çiçek seçimi sırasında

Mağazamın en çok satan ürünlerinden biri ise bitkilere özel hazırladığım toprak karışımlarıydı. İşe ilk başladığım yıllarda bu karışımları kendi adım ve markamla paketlerdim. Farklı bileşenleri (Kokopit, Perlir, kum vs.) belirli oranlarda harmanlar; yapraklı ve ev bitkileri için ayrı, kaktüs ve sukulentler için ayrı toprak karışımlar hazırlardım. Her biri, yetiştirileceği bitkinin ihtiyacına göre düşünülmüş, özenle hazırlanmış topraklardı.

Zamanla mağazada oluşan yoğun kirlilik ve işin bedensel ağırlığı nedeniyle bu işi bırakmaya karar verdim. Bunun yerine, toprakları hazır hâlde seralardan sipariş etmeye başladım. Nakliye firması, beş ve on kilogramlık paketler hâlindeki toprakları mağazanın önüne bırakırdı. Ben de bu ağır paketleri ikişer üçer alarak içeri taşımak zorunda kalırdım. Dışarıdan bakıldığında basit görünen bu iş, günün sonunda, insanın bedeninde sessiz ama kalıcı bir yorgunluk bırakırdı.



Şekil 6. Kendi soyadımı taşıyan, emek ve deneyimle oluşturulmuş toprak paketleri.

Müşterilerim, bitkiler konusunda eğitilmiş olduğumu ve süs bitkileri ile tarım alanında bilgi sahibi olduğumu bildikleri için, hasta olan bitkilerinin tedavisi konusunda bana güvenerek danışılırdı. Müşterilerim genellikle narın ruhlu ve doğaya karşı derin bir sevgiyle dolu insanlardı. Onlarla bitkilerinin sorunları hakkında konuşmaktan ve çözüm önermekten keyif alırdım. Bazıları tedavi ve şifa için hasta çiçek saksılarını getirirdi ve ben de ilaçlar ve takviye gübrelerle onları hayata döndürmeye çalışırdım; bu çaba bazen başarıyla sonuçlanır, bazen de bitkiyi kurtarmak başarısız sonuçlanırdı.

Ancak İran'daki piyasalarında bitkiler için özel hazırlanmış ilaçlar ya çok büyük ambalajlarda bulunur ya da oldukça pahalı olurdu. Bu nedenle ben de hem müşterilerime daha ekonomik çözümler sunmak hem de bu yoldan bir gelir elde edebilmek amacıyla, bu ürünleri büyük ambalajlar hâlinde satın alırdım. Daha sonra çarşıdan temin ettiğim küçük, kahverengi ambalajlara bölerek paketlerdim. Her bir paketin üzerine kendi hazırladığım etiketleri yapıştırır; kullanım talimatlarını ve güvenlik uyarılarını açık ve anlaşılır bir dilde yazardım.



Şekil 7. Kendi hazırladığım küçük boy bitki ilaçları ve gübreler

Bunun yanı sıra, sera ve farklı firmalarda çalıştığım dönemlerde edindiğim tecrübeler sayesinde, bitkilerin gelişimini ciddi biçimde destekleyen özel bir besin karışımı hazırlamayı da öğrenmiştim. Birkaç farklı maddeden oluşan bu karışımı kendi adım ve markamla özel ambalajlara doldurur, müşterilerime güvenle sunardım.

Çiçeklerle Yaşanan Özel Günler

Özel günlerde veya farklı etkinlikler yapılacak olan günlerde mağazadaki siparişler çoğalırdı. Örneğin yeni doğumlar gibi sevinçli anlar için hazırlanan çiçek aranjmanları bunlardan biriydi. Bebek kız olduğunda pembe ton çiçekler, balonlar ve küçük oyuncak ayılar tercih edilir; erkek bebekler içinse mavi ton renkler öne çıkardı. Bu aranjmanlar, yeni bir hayatın başlangıcını simgeleyen anlamlı hediyelerdi ve her zaman büyük ilgi görürdü.

Bazı müşterilerim, sevdiklerine verecekleri hediyeleri dükkânıma getirirdi; bu hediyeleri çiçeklerle birlikte zarifçe süslememi isterlerdi. Güzel kutuların içine yerleştirir; çiçeklerle, renklerle ve ince detaylarla hediyelere ruh katardım. Benim için bu, yalnızca bir süsleme işi değil, bir duyguyu anlatma biçimiydi aslında.



Şekil 8. Müşteri siparişlerinin süslenmesi

Sevgililer günleri ise dükkânımın en yoğun ve en özel günlerinden biriydi. Bu günlerde çiçekleri renkli çikolatalar, kırmızı peluş ayıcıklar ve romantik dokunuşlarla birleştirirdim. Her aranjman birinin sevgisini anlatır, her buket bir kalbin mesajını taşırdı. Ben sadece çiçek satmıyordum; sevgiye, mutluluğa ve anılara şekil veriyordum.



Şekil 9. Sevgililer Günü'ne özel hediye paketleri

Bunun yanı sıra, İran'da “Şeb-i Yelda” adı verilen, yılın en uzun gecesi olarak bilinen çok özel bir gün vardır. Bu gece, İranlılar için derin anlamlar taşır. İnsanlar birbirlerinin evlerine gider; aile üyeleri, akrabalar, dostlar, büyükanneler ve büyükbabalar bir araya gelir, sıcak ve samimi bir buluşma yaşanır. Şeb-i Yelda'nın en önemli sembolleri karpuz ve nar meyveleridir. Bu gece için hazırlanan sofralarda bu iki meyve mutlaka yerini alır. Müşterilerimin bir kısmı da “Yelda Gecesi” için meyve süsleme siparişleri verirdi; özellikle gelinler için hazırlanan bu süslemeleri büyük özenle hazırlardım. Çiçekçilik işimin yanında, meyve süsleme çalışmaları da benim için ek bir gelir kaynağıydı. Zamanla bu alanda da kendimi geliştirdim ve çiçekçilikle birlikte bu işte de deneyim kazandım.



Şekil 10. Yelda Gecesi için hazırlanan süslemeler

Yelda Gecesi dışında, İran'daki bir diğer önemli gelenek ise **Nevruz Bayramı**dır. Nevruz döneminde dükkânımdaki yoğunluk belirgin şekilde artardı. Özellikle yılın son günlerinde insanlar, vefat eden yakınlarını anmak için mezarlığa gitmeden önce çiçek alırlardı. Bu nedenle sinerya gibi mezarlık ziyaretlerine uygun çiçekleri özellikle temin ederdim.

Nevruz'da **Yedi Sin Sofrası** kurulur. Sabze, sikke, sarımsak, sumak, semeni, iğde ve sirke bu sofranın vazgeçilmez sembolleridir. Eskiden büyük ve gösterişli sofralar kurulurken, son yıllarda Yedi Sin sofraları daha küçük, daha sade ve sembolik bir hâl almıştır. Genellikle evin bir köşesinde ya da küçük bir masa üzerinde yerini bulur. Ben de bu değişime uyum sağlayarak, gerekli malzemeleri ham hâlde temin eder; Yedi Sin sofralarını kendi el emeğimle hazırlar ve satışa sunardım.



Şekil 11. Nevruza hazırlık

Nisan ve Mayıs aylarında ise dükkânıma sebze fideleri gelirdi. Bahçesi olan müşterilerim, kendi ekimlerini yapmak için domates, biber, cherry domates, patlıcan fideleri; nane saksıları, çilek fideleri ve çeşitli aromatik bitkiler satın alırlardı. Bu dönem, dükkânın en canlı ve bereketli zamanlarından biriydi.

Canlılara Duyulan Sorumluluk

Bitkilere asla sadece satılacak cansız bir eşya olarak bakmadım; onları çok sevdim ve bakımları konusunda en üst düzeyde dikkat ve titizlik gösterdim. Satış yaparken, bitkinin daha iyi hayatta kalması için sulama, gübreleme ve çevresel koşullara dair önemli ipuçlarını müşterilerimle büyük bir şefkatle paylaşırdım. Seyahat ederken bile, dükkânı emanet ettiğim kişiye tüm hayati detayları özellikle belirtirdim.

Döndüğümde, bitkilerde her zaman neşelendirici değişiklikler görürdüm; çiçek açan kaktüsler veya yeni çıkan yapraklar bende derin bir mutluluk uyandırır. Elbette, hoş olmayan olaylar da işin bir parçasıydı; bazen az ya da çok sulamadan dolayı bitkilerimi kaybederdim.



Şekil 12. Kesme çiçeklerin beyaz kovalardaki görünümü

Dükkânımın bir bölümü de kesme çiçeklere ayrılmıştı; her gün taze suyla doldurulan uzun, beyaz kovalar vardı. Kasımpatı, karanfil, gül, gerbera ve glayöl gibi kesme çiçekleri, temizleyip boylarını ayarladıktan sonra özenle bu kovalara yerleştirirdim. Bu çiçeklerin ömrü çok kısıydı ve bir hafta içinde satılmazlarsa önemli bir maddi zarara yol açıyordu. Bu nedenle, zarar etmemek ve sıcakla mücadele etmek için sınırlı sayıda getirirdim.



Şekil 13. Terapötik Hortikültür: Bitkilerle İyileşme Yolculuğu



Şekil 14. İşyerinden bazı kareler

Tutkulu Bir İşin Zorlukları

Çiçekçilik işi, sakın görünümünün ardında büyük zorluklar barındırıyordu. Büyük ve ağır saksıları değiştirmek günlük bir çileydi. Ancak en yorucusu, her sabah müşterilerin dikkatini çekmek ve doğal güneşten faydalanmalarını sağlamak için mağazanın önüne bazı saksıları (kaktüsler ve çiçekli mevsimli bitkileri gibi) taşımak, akşam olunca da onları yeniden içeriye kaldırmaktı. Ayrıca kesme çiçeklerin ağır beyaz kovalarını boşaltıp taze suyla doldurmak, solan yaprakları ayıklamak ve her demeti yeniden düzenlemek de günün bitmek bilmeyen uğraşları arasındaydı.

Dükkânda büyük bir çalışma masam vardı. Çiçeklerin saksılarını değiştirir, süsleme işleri yapar, teraryumlar hazırlar ve müşterilerin siparişlerini bu masada tamamlardım. Bu yüzden çalışma masasının üstü ve altı her zaman toprak ve kir içindeydi; ben de her gün defalarca temizlemek zorunda kalırdım. Bitkiler günlük bakım istiyordu; kuru yapraklar ayıklanmalı, dallar budanmalı, saksılar değiştirilmeli ve bazen de çiçekleri çoğaltma ve yeni saksılara yerleştirmeliydim. Her bitkinin sulama, gübreleme ve bakım ihtiyacıda farklıydı; kimi haftada bir su isterken, kimi toprağı kurudukça sulanmalıydı. Bu işler her gün tekrarlanırdı. Yorucuydu, ama bitkilerle kurduğum bağ sayesinde tüm bu emek anlam kazanırdı.



Şekil 15. Omuzlarımdaki Yükü Hafifleten Yeşil Dostlarım

En zor anılarımdan biri, karlı bir kış sabahıyla ilgiliydi. Bir damat, sabah sekize gelin arabası süsleme siparişi vermişti. Sabahın altısında, hava zifiri karanlık ve kar acımasızca yağarken, dükkânın dışında çalışıyordum. Kar hızla arabanın camlarına yığılıyor, şiddetli soğuk ellerimi hissizleştiriyordu. Cam ıslak olduğu için bantlar yapışmıyordu. O karanlıkta ve yalnızlıkta kendimi güvende hissetmiyordum, ama işi bitirme zorunluluğunda olduğum için durmam gerekiyordu. Nihayet kar durdu ve işi bitirmeyi başardım. Saat dokuzda siparişi teslim ettim, ancak üç saat ayakta durmaktan ayaklarım tamamen hissizleşmişti ve bir gün boyunca hareket edemedim. Anneler Günü gibi özel günler, en zorlu çalışma günlerimdi. İş yükü o kadar fazlaydı ki, bir öğün yemek yemeye bile fırsatım olmazdı. Kısıtlı gelirim nedeniyle yardımcı tutamazdım ve tüm yük benim omuzlarımdaydı. Hatırlıyorum, bir yıl Anneler Günü'nden üç gün önce, o kadar çok çalıştım ki. Ama işyerime dönmek zorundaydım. belim artık beni taşıyamaz hale gelmişti. Eldiven kullanmama rağmen, ellerim sürekli nasırlıydı ve dizlerim hep ağrırdı.



Şekil 16. Gelin arabası ve gelin buketi süsleme çalışması

Bir Dükkândan Kalan Sevgi

Beş yıl süren aralıksız çabanın ardından, bu ağır işi sürdürme gücüm kalmamıştı. Sınırlı gelirim ağır yaşam masraflarını karşılayamaması, beni nihai karara götürdü: Dükkânı kapatmak. Ancak bitkilere olan sevgim baki kaldı. Bu yüzden eğitimime devam etmeye ve doktora yapmaya karar verdim. O küçük dükkândaki tüm zorluklara rağmen, kalbimden asla silinmeyen tek şey, bitkilerin bana verdiği sevgi hissiydi. Müzik eşliğinde hissettiğim o derin huzur, hâlâ içimde yaşıyor. Bitkilere duyduğum sevgi ve onlardan aldığım o güzel his, beni Rabbime daha da yakınlaştırdı. İnanıyorum ki bitkilerden aldığım bu sevgi, ilahi bir hissiyatın tecellisinden başka bir şey değildi; her birini benzersiz renklerle, dokular ve inceliklerle yaratan Allah'ın sevgisinin yeryüzündeki sessiz bir yansımasıydı.

Evet, bu benim küçük çiçekçi dükkânımdaki değerli deneyiminin küçük bir parçasıydı.

