



**T.C.  
BATMAN ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
TARİH ANA BİLİM DALI**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**SELİM SIRRI TARCAN'IN "SPOR" İSİMLİ ESERİNİN  
TRANSKRİPSİYONU**

**Ahmet Şükrü RAMAZANOĞLU**

**Haziran-2025  
BATMAN**

**T.C.  
BATMAN ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
TARİH ANA BİLİM DALI**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**SELİM SIRRI TARCAN'IN "SPOR" İSİMLİ ESERİNİN  
TRANSKRİPSİYONU**

**Ahmet Şükrü RAMAZANOĞLU**

**Danışman  
Dr. Öğr. Üyesi Canan SARIYAR SEZAN**

**Diğer Jüri Yeleri**

**Doç. Dr. Tekin İDEM      Doç. Dr. Mikail KOLUTEK**

**Haziran-2025  
BATMAN**

## TEZ KABUL VE ONAYI

Ahmet Şükrü RAMAZANOĞLU tarafından hazırlanan “SELİM SIRRI TARCAN’IN “SPOR” İSİMLİ ESERİNİN TRANSKRİPSİYONU” adlı tez çalışması 21/05/2025 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından oy birliği ile Batman Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Tarih Ana Bilim Dalı’nda YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

### Jüri Üyeleri

### İmza

#### Başkan

Doç. Dr. Tekin İDEM

.....

#### Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Canan SARIYAR SEZAN

.....

#### Üye

Doç. Dr. Mikail KOLUTEK

.....

Yukarıdaki sonucu onaylarım.

Dr. Öğr. Üyesi Ömer Murat ÖTER  
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

## **ETİK BEYANI**

Bu tezdeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edildiğini ve tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada bana ait olmayan her türlü ifade ve bilginin kaynağına eksiksiz atıf yapıldığını beyan eder, aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sorumluluğu kabullendiğimi bildiririm.

## **ETHICAL DECLARATION**

I declare that all the information in this thesis has been obtained within the framework of ethical behavior and academic rules, and that the source of any statements and information that do not belong to me in this study prepared in accordance with the thesis writing rules has been fully cited, and I declare that I accept all kinds of legal responsibility in case of any contrary situation.

İmza  
Ahmet Şükrü RAMAZANOĞLU  
30.06.2025

## ÖZET

### YÜKSEK LİSANS TEZİ

#### SELİM SIRRI TARCAN'IN “SPOR” İSİMLİ ESERİNİN TRANSKRİPSİYONU

**Ahmet Şükrü RAMAZANOĞLU**

**Batman Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü**

**Tarih Ana Bilim Dalı**

**Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Canan SARIYAR SEZAN**

**2025, 99 Sayfa**

Bu çalışmada Türkiye’de Beden Eğitimi denince akla gelen ilk isim Selim Sırrı Tarcan’ın “Sporcu” isimli eserinin Osmanlıcadan günümüz Türkçesine çevirisi yapılmıştır. Osmanlı Devleti’nin son dönemlerine ve Cumhuriyet’in ilk yıllarına tanıklık eden Selim Sırrı Tarcan, yaşadığı dönem boyunca Beden Eğitimi ile ilgili birçok ilklere imza atmıştır. Aldığı eğitimler ile birlikte fikirleriyle ülkede Beden Eğitimi ve sporun yayılmasında öncü bir isim olmuştur. Selim Sırrı Tarcan’ın “Spor” isimli kitabı eski harfler ile yazılmıştır. Kitap, 1330 yılında Artin Asaduryan ve Mahdûmları Matbaası tarafından İstanbul’da yayınlanmıştır. 135 sayfadan oluşan kitap kendi içinde 16 bölüme ayrılmıştır. Bu bölümler sırasıyla Amatörlük, Spor Nedir? Oyunun Kıymeti, İnsan Kuvveti, Yürümek, Eskrim, Ciu Citsu (Jiu-jitsu), Eski ve Yeni Olimpiyatlar, Yaya Koşuları, Boks, Yüzmek, Halat Çekişmek, Boy Squad, Atlamak, Şidor, Tenis gibi başlıklardan oluşmaktadır. Bu çalışmanın amacı, spor alanında önemli bir eseri günümüz Türkçesine çevirerek herkes tarafından anlaşılmasını sağlamaktır. Ayrıca spor konusunda araştırma yapanların başvurabileceği bir kaynağı daha bilim dünyasına kazandırmaktır.

**Anahtar Kelimeler:** Spor, Spor Tarihi, Beden Terbiyesi, Selim Sırrı Tarcan.

## **ABSTRACT**

### **MASTER THESIS**

#### **TRANSCRIPTION OF SELİM SIRRI TARCAN’S WORK NAMED “SPORTS”**

**Ahmet Şükrü RAMAZANOĞLU**

**Batman University Graduate Education Institute**

**History Department of Science**

**Advisor: Asist Prof. Dr. Canan SARIYAR SEZAN**

**2025, 99 Pages**

In this study, the first name that comes to mind when it comes to Physical Education in Turkey, Selim Sırrı Tarcan’s book “Sportsman” was translated from Ottoman to modern Turkish. Witnessing the last years of the Ottoman Empire and the first years of the Republic, Selim Sırrı Tarcan achieved many firsts in Physical Education during his lifetime. He became a pioneer in the spread of Physical Education and sports in the country with his ideas and the education he received. Selim Sırrı Tarcan’s book “Sports” was written in old letters. The book was published in Istanbul in 1330 by Artin Asaduryan and Mahdûmları Printing House. The book, consisting of 135 pages, is divided into 16 sections. These sections are Amateurism, What is Sports? It consists of titles such as The Value of the Game, Human Strength, Walking, Fencing, Jiu Citsu (Jiu-jitsu), Old and New Olympics, Pedestrian Races, Boxing, Swimming, Tug of War, Boy Squad, Jumping, Shidor, Tennis. The aim of this study is to translate an important work in the field of sports into modern Turkish and make it understandable by everyone. In addition, to provide the scientific world with another resource that those doing research on sports can refer to.

**Keywords:** Sports, History of Sports, Physical Education, Selim Sırrı Tarcan.

## ÖN SÖZ

Osmanlı Devleti'nin son dönemlerinden Cumhuriyet'in ilk yıllarına uzanan derin bir geçiş sürecine tanıklık eden Selim Sırrı Tarcan, beden eğitimi ve spor alanında Türkiye'de modernleşme hareketlerinin öncülerinden biri olmuştur. Gerek askerî ve eğitim hayatı boyunca edindiği birikimler, gerekse yurt içi ve yurt dışı deneyimleriyle şekillenen fikirleri, beden eğitiminin kurumsallaşması ve spor kültürünün toplumun geniş kesimlerine yayılması açısından önemli bir rol oynamıştır. Yapılan bu tez çalışması iki ana bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde Türkiye'nin Beden Eğitimi konusunda en önemli isimlerinden ve aynı zamanda kitabın yazarı olan Selim Sırrı Tarcan'ın çocukluğu, gençliği, askerî ve siyasi hayatı ile sporcu kimliği hakkında bilgiler verilmiştir.

İkinci bölümde ise tezin konusunu oluşturan Selim Sırrı Tarcan'ın "Spor" isimli eserinin transkripsiyonu yapılmıştır. Selim Sırrı Tarcan'ın "Spor" ismini verdiği bu kitap kendi içerisinde 16 bölümden oluşmaktadır. Bu bölümlerde çeşitli spor dalları ve olimpiyatlar hakkında ayrıntılı bilgiler verilmiştir.

Çalışmam sırasında bana destek veren ve her aşamasında katkılarıyla yol gösteren değerli danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Canan SARIYAR SEZAN başta olmak üzere Doç. Dr. Tekin İDEM'e özellikle teşekkür ederim.

Ayrıca eğitimim boyunca her zaman yanımda olan aileme, yine çalışmanın her anında benden desteklerini esirgemeyen ve motivasyon kaynağım olan eşim Deniz RAMAZANOĞLU ve çocuklarım Peyruze Nimet, Şerkoh Rüstem ile Hanzade Dila'ya çok teşekkür ederim.

Ahmet Şükrü RAMAZANOĞLU  
BATMAN – 2025

## İÇİNDEKİLER

ÖZET .....	iv
ABSTRACT.....	v
ÖN SÖZ .....	vi
İÇİNDEKİLER .....	vii
SİMGELER VE KISALTMALAR .....	viii
1. GİRİŞ.....	1
2. YÖNTEM .....	3
3. SELİM SIRRI TARCAN'IN HAYATI.....	4
3.1. Aile Kökeni, Çocukluk ve Eğitim Hayatının İlk Yılları .....	4
3.2. Askerlik Kariyeri ve Siyasi Hayatı .....	5
3.3. Spor Hayatı ve Olimpiyatlar .....	6
3.4. Beden Eğitimi ve Spor Anlayışı .....	9
3.5. Eserleri .....	10
4. SELİM SIRRI TARCAN'IN “SPOR” İSİMLİ ESERİNİN TRANSKRİPSİYONU 13	
5. SONUÇ .....	95
KAYNAKLAR .....	97
EKLER .....	100

## SİMGELER VE KISALTMALAR

### Kısaltmalar

Bkz	: Bakınız
C.	: Cilt
Ed.	: Editör
s.	: sayfa
TİCİ	: Türkiye İdman Cemiyetleri İttifakı
TMOK	: Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi
UOK	: Uluslararası Olimpiyat Komites

## 1. GİRİŞ

Osmanlı Devleti'nin son yıllarından başlayarak Cumhuriyet'in ilk dönemlerine uzanan süreçte, beden eğitimi ve sporun kurumsallaşması açısından kritik bir dönemeç yaşanmıştır. Bu dönemde, modern spor anlayışının ve beden terbiyesi uygulamalarının toplumda yer edinmesini sağlayan öncü isimlerden biri Selim Sırrı Tarcan'dır. Eğitimci, sporcu, bürokrat ve fikir adamı kimliklerini bir arada taşıyan Tarcan, yalnızca Türkiye'de beden eğitimi anlayışının temellerini atmakla kalmamış, aynı zamanda bu alanın pedagojik ve kültürel boyutlarını da ele alan özgün bir yaklaşım geliştirmiştir.

Bu çalışmanın temel gayesi, spor alanında önemli kabul edilen bir yapıtın çağdaş Türkçeye aktarılmasıyla herkesin rahatça okuyup kavrayabileceği bir hale getirilmesidir. Aynı zamanda, spor üzerine incelemelerde bulunan araştırmacıların da yararlanabileceği yeni bir kaynağın bilim dünyasına kazandırılması amaçlanmaktadır. Sadece sporcu kimliğiyle değil; subay, beden eğitimi öğretmeni, eğitim yöneticisi, yazar, araştırmacı ve siyasetçi kimlikleriyle de ülkemize çeşitli alanlarda katkı sunmuş olan Selim Sırrı Tarcan'ı tanıtmak da bu çalışmanın hedeflerinden biridir. Çünkü Tarcan, Türkiye'de beden eğitimi fikrini hem zihinsel hem de fiziksel bütünlük ilkesiyle sistematik bir yapıya kavuşturan ilk eğitimcidir. Aynı zamanda beden eğitimi gerektğini savunarak bunu okullarda bir ders haline getirmiştir. Meşrutiyet dönemi aydını olarak başladığı sporculuk ve eğiticilik serüveni, Cumhuriyet döneminde de büyük zorluklar ve yoğun çabalarla devam etmiştir. Meşrutiyet yıllarının toplumsal, ekonomik ve politik sorunları ile Cumhuriyet'in kuruluş döneminde ortaya çıkan fikirsel dönüşümler, onun düşünsel altyapısının oluşmasına katkıda bulunmuştur.

Selim Sırrı Tarcan ve spor üzerine yapılmış birçok değerli araştırma bulunmaktadır. Sporun öncülerinden sayılan Tarcan'a ait Osmanlı Türkçesiyle kaleme alınmış önemli metinler vardır. Bu metinlerin günümüz diline çevrilmesi, eski yazıyı bilmeyen okuyucular için büyük kolaylık sağlayacaktır. Bu nedenlerle, "Spor" adlı eserin incelenmesinin de oldukça kıymetli olduğu düşünülmektedir. Özellikle Türkiye'de beden eğitimi anlayışını hem ruhsal hem de fiziksel bir uyum içinde sistemleştiren Tarcan'ın bu yapıtı, spor alanında temel bilgileri içermesi açısından büyük bir önem taşır. Kitabında, spor kavramını kendi bilgi birikimiyle açıklamakta; amatörlük, profesyonellik,

olimpiyatlar, yüzme, eskrim ve halat çekme gibi konularda dikkat çekici bilgiler sunmaktadır.

Selim Sırrı Tarcan'ın yaşamı ve çalışmaları hakkında yazılmış çeşitli kitaplar, akademik makaleler ve tezler mevcuttur. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi verilerine göre, Tarcan hakkında beş yüksek lisans tezi ve iki doktora tezi bulunmaktadır. Bunlar aşağıda sıra ile verilmiştir.

\* **M. Şevki Çapan (1996)** – *Selim Sırrı Tarcan'ın Beden Eğitimi ve Spor Analizi*

\* **Fatma Gamze Ançel (2005)** – *18. ve 19. Yüzyıllarda Avrupa'da Beden Eğitimi Akımlarının Türkiye'deki Görünümleri ve Selim Sırrı Tarcan'ın Çabaları*

\* **Veli Korkmaz (2013)** – *Bir Eğitim Yöneticisi Olan Selim Sırrı Tarcan'ın "İbtidâi Muallimlerine Öğütlerim" Adlı Eseri*

\* **Jalal Halel (2013)** – *Selim Sırrı'nın Doğru Sözler Eserinin Latin Harfli Çevirisi ve Tematik Tahlili*

\* **Osman Tolga Şinoforoğlu (2015)** – *Selim Sırrı Tarcan ve İsveç Jimnastiği: Beden Eğitiminde İsveç Modelinin II. Meşrutiyet Dönemi Türk Eğitim Sistemine Entegrasyonu*

\* **Mustafa Mutlu (2019)** – *II. Meşrutiyet'ten Cumhuriyet'e Spor ve Eğitimde Öncü Bir İsim: Selim Sırrı Tarcan*

\* **Canan Sarıyar Sezan (2022)** – *Selim Sırrı Tarcan'ın "Sporcu Neler Bilmeli" Adlı Eseri*

Selim Sırrı Tarcanla ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde 31'i Osmanlıca, 29'u günümüz Türkçesi olmak üzere toplam 60 eseri tespit edilmiştir. Kalem aldığı eserlerin büyük çoğunluğu beden terbiyesi ve spor alanı oluşturmaktadır. Ayrıca sosyoloji, psikoloji, sağlık, sanat ve sosyal yaşam gibi pek çok konuya da değinmiştir. Dergi ve gazetelerde 2500 civarı yazı kaleme aldığı bilinmektedir (Sezan, 2023, s. 12).

135 sayfadan oluşan eserin transkripsiyonu esnasında Osmanlıca sözlüklerden yararlanılmıştır. Hemze harfi ('), ayın harfi ('), uzun a (â), u (û), i (î) şeklinde yazılmıştır. Anlatım bozukluğuna yer vermemek amacıyla harf hatası yapılan ve yazımı yanlış olan kelimeler düzeltilmiş, eksik yazım tamamlanmıştır. Metne sadık kalınarak kalın, italik ya da tablo içerisindeki yazılar aynı şekilde verilmiştir.

## 2. YÖNTEM

Bu araştırma, geçmişte meydana gelmiş olayların sistematik biçimde incelenerek değerlendirilmesini temel alan tarama modeli çerçevesinde yapılandırılmıştır. Tarama modeli, bir durumu olduğu gibi betimlemeye ve mevcut veriler üzerinden yorum geliştirmeye olanak sağlayan nitel bir yaklaşımdır. Çalışmada özellikle bireysel bir tarihî şahsiyet olan Selim Sırrı Tarcan'ın beden eğitimi ve spor alanındaki faaliyetleri, dönemsel bağlam içerisinde analiz edilmiş; bu analiz süreci, tarihsel araştırma yöntemine dayandırılmıştır.

Tarihsel araştırma yöntemi, geçmişte yaşanmış olayların belgeler aracılığıyla ortaya konulmasını ve bu belgelerin bilimsel yöntemlerle incelenerek yorumlanmasını hedefler. Bu yöntemde temel amaç, geçmişte yaşanmış olayların nedenlerini ve sonuçlarını, dönemin koşulları çerçevesinde anlamak ve açıklamaktır (Arlı ve Nazik, 2004). Araştırmada, Selim Sırrı Tarcan'ın yaşamı, düşünsel yönü ve eğitime katkıları tarihsel bir perspektifle ele alınmış; bu kapsamda olayların kronolojik gelişim süreci dikkate alınarak değerlendirme yapılmıştır.

Araştırma, tarihsel yöntem doğrultusunda arşiv taraması yöntemiyle desteklenmiştir. Arşiv taraması, yalnızca yazılı belgelerle sınırlı kalmayan, aynı zamanda konuya ilişkin her türlü yazışma, rapor, tutanak, nesne, araç-gereç, görsel materyal ve yapıta ulaşma, bunları okuma, tercüme etme (gerektiğinde Osmanlıca ya da yabancı dillerden), analiz etme ve yorumlama sürecini kapsayan kapsamlı bir veri toplama sürecidir (Arıkan, 1995). Bu süreçte hem birincil hem de ikincil kaynaklara başvurulmuştur.

### 3. SELİM SIRRI TARCAN'IN HAYATI

#### 3.1. Aile Kökeni, Çocukluk ve Eğitim Hayatının İlk Yılları

Selim Sırrı Tarcan, 25 Mart 1874 tarihinde Osmanlı toprağı olan Mora Yenişehir'de dünyaya gelmiştir. Babası Harput'un Kesrik köyünden gelen ve orduda "Uzun Yusuf" lakabıyla tanınan Yusuf Bey, Karadağ Savaşı sırasında Bileke'de şehit düşmüştür (Yeni İstanbul, 23 Mayıs 1954). Annesi Zeynep Hanım ise Kasriyeli yazıcı Selim Efendi'nin kızıdır (Tarcan, 1946). Eşinin vefatının ardından henüz iki yaşında olan oğlu Selim Sırrı ile iki kızını yanına alarak 1880 yılında İstanbul'a göç eden Zeynep Hanım, önce Üsküdar'a ardından Hacı Paşa Hamamı Mahallesi'ne yerleşmiştir. Ailenin bu zorlu döneminde en büyük desteğı, Zeynep Hanım'ın kardeşi Rıfat Bey sağlamış; onun Yemen'e tayini sonrasında ise ailenin geçimini bizzat Zeynep Hanım üstlenmiştir (Çapan, 1999).

Zeynep Hanım'ın kültürel donanımı ve eğitime verdiği önem, Selim Sırrı'nın gelişiminde belirleyici bir rol oynamıştır. Bu bağlamda, 12 Ağustos 1881 tarihinde Mekteb-i Sultanî'ye (Galatasaray Lisesi) 412 numarayla kaydı yapılmıştır (Yeni İstanbul, 27 Mayıs 1954). Selim Sırrı'nın spora, özellikle jimnastiğe ilgisi okulun beden eğitimi öğretmeni Faik Bey (Üstünidman) aracılığıyla gelişmiştir. Akademik başarı bakımından öne çıkmasa da beden eğitimi derslerinde gösterdiği üstün performansla takdir toplamış ve her yıl ödüllendirilmiştir. Ancak ailesinin içinde bulunduğu mali sıkıntılar nedeniyle 1890 yılında öğrenimini yarıda bırakmak zorunda kalmıştır. Aynı yıl gazetede karşılaştığı bir ilan üzerine Mühendishane-i Berr-i Hümayun'un giriş sınavına başvurarak başarılı olmuş ve 5 Mayıs 1893 tarihinde Harbiye sınıfına kaydını yaptırmıştır (Tarcan, 1922a). Eğitim sürecinde okulun beden eğitimi imkânlarının yetersizliğinden şikâyet eden Selim Sırrı, kişisel çabalarıyla bu eksikliği telafi etmeye çalışmış; ata binme, yüzme, kürek, güreş gibi sporların yanı sıra çeşitli aletli jimnastik egzersizleriyle fiziksel gelişimini sürdürmüştür. Ayrıca, gülle kaldırma gibi kuvvet sporlarına da yönelmiştir (Tarcan, 1922b).

Bu yıllarda yalnızca sporla değil, sanat ve siyasetle de ilgilenmeye başlamıştır. İtalyan müzisyen Mikelino Buracini'den flüt dersleri almış ve bu çalışmalara İzmir'e tayin edilinceye kadar devam etmiştir (Tarcan, 1939). Ayrıca Namık Kemal, Ziya Paşa

ve Abdülhak Hamit gibi aydınların eserlerini gizlice okuyarak Jön Türkler'e karşı bir sempati geliştirmiştir (Yeni İstanbul, 1 Haziran 1954).

Selim Sırrı, 1897 yılında Mühendishane 'den mezun olmuş, ancak bu eğitimin hayatında ciddi bir karşılık bulmadığını belirtmiştir. Mezuniyet sonrası dört yıl boyunca görev yaptığı İzmir'de önce Yenikale İstihkâmlarında, ardından şehir merkezinde kışla inşaatında görev almıştır (Tarcan, 1922c). Spor yapmaya burada da devam eden Selim Sırrı, eskrim için tahta kılıçlar kullanmış, bisiklet sporunda da kısa sürede uzmanlaşmıştır. İzmir'deki beden eğitimi alanındaki faaliyetleriyle tanınarak çeşitli okullarda öğretmenlik yapmış; ayrıca arkadaşlarıyla birlikte "Darülfan" adında özel bir okul kurmuştur (Yeni İstanbul, 8 Haziran 1954).

İzmir yıllarında dönemin önemli aydınlarıyla kurduğu ilişkiler, onun entelektüel gelişimine büyük katkı sağlamıştır. Özellikle vilayet tercümanı Abdülhalim Memduh Bey'in desteğiyle "Hizmet" gazetesinde yazılar kaleme almaya başlamış ve yazarlık kariyerinin temellerini atmıştır (Tarcan, 1922c). Bu dönemi "Ben oraya kitapsız gittim, fakat okuryazar bir adam olarak avdet ettim" sözleriyle özetlemiş ve İzmir'i hayatının en mutlu yılları olarak tanımlamıştır (Tarcan, 1923a). İzmir'den ayrıldıktan sonra İstanbul'a dönmüş ve Anadolu Kavağı istihkâmlarına atanmıştır (Savaşır, 1950, s. 62-63, Yeni İstanbul, 12 Haziran 1954).

### **3.2. Askerlik Kariyeri ve Siyasi Hayatı**

Selim Sırrı Tarcan'ın askerlik kariyeri, 5 Mayıs 1893'te Mühendishane-i Berrî-i Hümayun'un Harbiye sınıfına kabul edilmesiyle başlamıştır. Bu eğitim sürecini 15 Şubat 1897 tarihinde mülazım-ı evvel (üsteğmen) rütbesiyle tamamlamış ve ilk görev yeri olarak 15 Mart 1897'de Bahr-i Sefid (Çanakkale) Boğazı Torpido Müfrezesi'ne atanmıştır. Ardından İzmir'deki Yenikale İstihkâmları'na tayin edilmiştir (Tarcan, 1954a).

İzmir'deki askerlik görevi süresince yalnızca teknik görevlerle sınırlı kalmamış; aynı zamanda beden eğitimi alanındaki faaliyetleri ve yazarlık çalışmaları ile dikkat çekmiştir. Bu başarıları sayesinde dönemin İzmir Vali Muavini Samipaşazade Hasan Bey'in kızıyla nişanlanmış, ayrıca Fahri Padişah Yaveri unvanına layık görülmüştür. Ancak daha sonra bu nişan bozulmuş ve 1905 yılında Nafia Nezareti mektupçusu Fikri

Bey'in kızı Hadiye Hanım ile evlenmiştir. Bu evlilikten iki kız çocuğu dünyaya gelmiştir (Yeni İstanbul, 12 Haziran 1954).

30 Nisan 1906 tarihinde kolağası (kıdemli yüzbaşı) rütbesine terfi eden Selim Sırrı, İstanbul'da görev yaptığı dönemde giderek daha etkin hâle gelen İttihat ve Terakki Cemiyeti'ne katılmıştır. 23 Temmuz 1908'de Meşrutiyet'in ilan edildiğini ertesi gün öğrenen Selim Sırrı, o dönemde hem Fahri Yaver unvanını taşıyan bir subay hem de farklı okullarda beden eğitimi öğretmenliği yapan bir aydın konumundaydı. Mühendishane-i Berrî-i Hümayun, Hendese-i Mülkiye, Aşiret Mektebi ve Darüşşafaka gibi kurumlarda görev yaparak öğrencilerle doğrudan temas hâlinde bulunmuştur. Meşrutiyet'in ilanı, Selim Sırrı üzerinde büyük bir coşku yaratmış; halkın bilinçlendirilmesi gerektiğine inanarak konferanslar vermeyi planlamıştır. Bu süreçte, dönemin entelektüellerinden Rıza Tevfik'le iş birliği yaparak, merkezi otoritenin zayıfladığı ortamda İstanbul'un asayişinin sağlanmasında cemiyet adına etkili bir rol üstlenmiştir. 22 Ağustos 1908 tarihli Fransızca "L'Illustration" dergisi, Selim Sırrı ve Rıza Tevfik'in birlikte çekilmiş fotoğrafını "İstanbul'da kamu düzeni ve sultanın güvenliğini sağlayanlar" başlığıyla yayımlamıştır. Hatta Niyazi ve Enver Beylerin fotoğraflarıyla birlikte derginin kapağında yer almışlardır. Bu uluslararası görünürlük, Osmanlı yönetimi içinde rahatsızlığa yol açmış ve özellikle Selim Sırrı'nın cemiyetle bağlarının koparılması yönünde girişimlere neden olmuştur. Söz konusu gelişmelerin ardından, askerlik göreviyle siyasi faaliyetlerin bir arada yürütülmesinin mümkün olmadığını fark eden Selim Sırrı, İttihat ve Terakki Cemiyeti'nden istifa ederek aktif siyasi hayattan geçici olarak çekilmiştir (Tarcan, 1954b).

### **3.3. Spor Hayatı ve Olimpiyatlar**

Selim Sırrı, lise yıllarından itibaren beden eğitimine önem vererek bu alanda kendini geliştirmeye başlamıştır. Askerlik mesleğinin yanı sıra çeşitli okullarda beden eğitimi dersleri vermeye başlaması da bu ilgisinin bir sonucudur (Mutlu, 2019). Galatasaray Lisesi'nde öğretmenlik yapan Mösyö Gouvery ile tanışması, onun boks ve alafranga güreşe yönelmesini sağlamıştır. Jimnastik ve bisiklet sporlarına duyduğu ilgiyi sürdürürken, Türkiye'deki ilk boks karşılaşmasını 21 Eylül 1908 tarihinde Tepebaşı Millet Bahçesi'nde, yine Mösyö Gouvery ile gerçekleştirmiştir (Tarcan, 1923b).

Başlangıçta çok ilgi göstermediği tenis sporuna da zamanla merak sarmış ve bu sporun teknikleri üzerine bir eser yayımlamıştır.

1908 yılında, beden eğitimi alanında kurumsal bir adım atarak çeşitli spor alanlarından uzman kişilerin desteğiyle özel Terbiye-i Bedeniye Mektebi'ni kurmuştur. Ancak İsveç'e beden eğitimi uzmanlığı için gittiğinden dersleri vekil öğretmenlerle sürdürmüş ve okulun faaliyetini bir süre daha devam ettirebilmiştir (Şinoforoğlu, 2015: 33). Kesin kapanış tarihi bilinmemekle birlikte, Osman Nuri Ergin okulun Mayıs ayında kapandığını belirtmektedir (Ergin, 1977: 1546).

Meşrutiyet'in ilanının ardından Harbiye Nazırı İzzet Paşa, Selim Sırrı'yı askerî görevinden ayırarak Paris'te ataşemiliter olarak görevlendirmek istemiş, bu teklife karşılık Selim Sırrı İsveç'te beden eğitimi üzerine eğitim almak istediğini dile getirmiştir (Yeni İstanbul, 16 Haziran). Bu talep kabul görmüş ve beş aylık bir süre için İsveç'e resmî görevle gönderilmiştir. Gittiği sırada okullar tatilde olduğundan, Eylül'de başlayacak yeni dönemde Kraliyet Jimnastik Enstitüsü'ne kabul edilip edilemeyeceği sorulmuş ve 12 Haziran 1909'da yapılan komisyon toplantısında uygun bulunarak 31 Temmuz 1909'da okula kabul edilmiştir (Şinoforoğlu, 2015: 26).

İsveç'teki eğitimi süresince Kral V. Gustaf ile tanışma fırsatı bulan Selim Sırrı, onu tanıdığı en nazik kişi olarak tanımlamış; birlikte tenis oynamış ve kraliyet etkinliklerine katılmıştır. Yurda döndükten sonra da Kral ile iletişimini sürdürmüş ve 1912 Stockholm Olimpiyatları'nın ardından "Vasa Nişanı" ile onurlandırılmıştır (Şinoforoğlu, 2015: 27).

Eğitim aldığı kurum olan Kraliyet Jimnastik Enstitüsü'nü ayrıntılı biçimde incelemiş; okulun kuruluşu, işleyişi, ders programları ve öğretim yöntemleri hakkında önemli bilgiler edinmiştir. İsveç eğitim sistemini daha yakından gözlemleyebilmek için Maarif Nezareti'ne başvurarak tavsiye mektubu almış, böylece birçok okulda incelemelerde bulunma imkânı elde etmiştir (Tarcan, 1325).

11 Mayıs 1910'da eğitimini tamamlayarak yurda dönen Selim Sırrı, orada geçirdiği günleri şöyle özetlemiştir: "İsveç'te geçirdiğim hayat bana vücut egzersizlerinin gerçek anlamını öğretti; pazılarımla gittim, ama kafamla döndüm" (Yeni İstanbul, 17 Haziran 1954).

Meşrutiyet sonrasında siyasî faaliyetleri nedeniyle öğretmenlik görevine uygun görülmeyen Selim Sırrı, 24 Kasım 1909'da Birinci Ordu'ya atanmıştır (Tarcan, 1946: 46). Bu karara karşılık Harbiye Nezareti'ne istifasını sunmuş, ardından sivil olarak

Kadıköy’de her cuma ve pazar günleri beden eğitimi üzerine Türkçe ve Fransızca konferanslar vermeye başlamıştır. Talep üzerine, İsveç toplum hayatı, eğitimi ve öğretim yöntemleri hakkında da seminerler düzenlemiştir (Tarcan, 1326).

Sivil kıyafetleriyle dolaşırken Maarif Nazırı Emrullah Efendi ile karşılaşan Selim Sırrı, neden askerlikten ayrıldığını açıklamış; Emrullah Efendi de onun sivil olarak da memlekete faydalı olacağını belirtmiştir. Bir hafta sonra gelen resmi yazıyla 27 Temmuz 1910’da İstanbul Vilayeti Terbiye-i Bedeniye Müfettişliğine, 22 Haziran 1911’de ise Maarif Nezareti Terbiye-i Bedeniye Müfettişliğine atanmıştır. Bu görevler, beden eğitiminin ülkede sistemli biçimde yayılması açısından bir dönüm noktası olmuştur. Jimnastik derslerinin yöntemlerini öğretmek amacıyla haftalık seminerler düzenlemiş, Darülmualimin’de İsveç jimnastiğine dair bir çeviri eser yayımlamıştır. Ayrıca kısa bir süre Tıp Fakültesi’nde medikal jimnastik derslerine de katılmıştır. 1911 yılı ağustos ayında ise “Terbiye ve Oyun” dergisini çıkararak spor ve oyunlar hakkında toplumu bilinçlendirme çalışmalarına başlamıştır (Mutlu, 2019: 41).

Selim Sırrı, kız öğrencilerin de beden eğitimi alabilmesi için büyük çaba harcamış, 1914 yılında yürürlüğe giren “İslâh-ı Medâris Nizamnamesi” ile medrese müfredatına dahil edilen beden eğitimi dersi kapsamında, Ekim 1914’te Medreset’ül Vaizin’de beden eğitimi öğretmeni olarak görevlendirilmiştir (Geri & Sarıyar, 2021: 149; Yıldiran, 2008).

14 Ağustos 1914’te Maarif Nezareti Heyet-i Teftişiye Azalığı’na atanan Selim Sırrı, Osmanlı Genç Dernekleri’nde de aktif rol almış ve yayımladığı yazılarla beden eğitiminin yaygınlaşmasına katkı sağlamıştır (Yamak, 2012).

12 Mayıs 1916’da Kadıköy İttihad Spor Kulübü sahasında düzenlenen ve günümüzde 19 Mayıs Gençlik ve Spor Bayramı olarak kutlanan ilk “İdman Bayramı”nı organize etmiştir. Bu törende İsveç’te duyduğu “Tre trellande jantör” adlı marşı Türkçeleştirmiş ve arkadaşı Ali Ulvi [Elöve] Bey’in yazdığı güfte ile “Gençlik Marşı”nı ortaya çıkarmıştır (Güven, 1997).

Saltanatın kaldırılmasıyla birlikte görevlerinden alınan Selim Sırrı, 24 Mart 1923 – 19 Mayıs 1925 tarihleri arasında Galatasaray Lisesi’nde beden eğitimi öğretmeni olarak çalışmış, ardından Maarif Vekâleti’nde sırasıyla Terbiye-i Bedeniye Müfettişliği ve Başmüfettişlik görevlerini üstlenmiştir (Çapan, 1999; Şinoforoğlu, 2015: 39).

Baron Pierre de Coubertin’in çağrısıyla 1908’de Osmanlı Olimpiyat Cemiyeti’ni kuran Selim Sırrı, Türkiye’yi 1909 Berlin Olimpiyat Komitesi toplantısında temsil

etmiştir. Ancak daha sonra yapılan araştırmalar, cemiyetin resmî olarak 1914'te onaylandığını ortaya koymuştur (Mutlu, 2019: 79).

Selim Sırrı, sonraki yıllarda 1910 Lüksemburg, 1911 Budapeşte, 1912 Stockholm, 1913 Lozan, 1914 Paris, 1925 Prag ve 1927 Monako Olimpik Kongrelerine katılmış; ayrıca 1912, 1924 ve 1928 Olimpiyat Oyunları'na da bizzat iştirak etmiştir (Tarcan, 1948: 32).

Selim Sırrı, uzun yıllar boyunca çeşitli zorluklarla karşılaşmış ve özellikle olimpiyatların Yunanlara ait bir kavram olarak görülmesi nedeniyle "olimpiyat" kelimesinin Türkiye'de sorun teşkil etmesinin ardından 22 Haziran 1922'de kurduğu Milli Olimpiyat Komitesi'nin adını değiştirme ihtiyaçı duymuştur. Komitenin ismi, "Cihan Msabakalarına Hazırlanma Cemiyeti" olarak yeniden belirlenmiştir. Ancak 31 Temmuz 1922'de Türkiye İdman Cemiyetleri İttifakı (TİCİ) kurulduğunda, Selim Sırrı'nın kurduğu cemiyet feshedilmiştir. Ayrıca, 1926 yılında İzmir'de verdiği bir konferansta, profesyonel sporculuğu eleştiren Selim Sırrı, bu açıklamalarıyla büyük tepkilerle karşılaşmış, sonucunda Ekim 1926'da Ankara'da düzenlenen TİCİ toplantısında kınanmıştır. Bu olayın ardından Selim Sırrı, Milli Olimpiyat Komitesi toplantılarına katılmamaya karar vermiş ve Mayıs 1930'da Türkiye'nin Uluslararası Olimpiyat Komitesi'ndeki temsilcilik görevinden de çekilerek olimpiyatla ilgili tüm görevlerinden ayrılmıştır (şinoforoğlu, 2015: 43).

Selim Sırrı, 9 şubat 1935 tarihinde yapılan seçimlerde Ordu milletvekili olarak seçilmiş ve 1946 yılına kadar bu görevini srdrmştir. Milletvekilliği görevinden emekli olduktan sonra, 1948'de Ankara Sigorta Kumpanyası İdare Meclisi Başkanlığı görevine atanmıştır (şinoforoğlu, 2015: 39).

Tüm yaşamını ülkesinin eğitimine adanayan Selim Sırrı, Türkiye'de beden eğitimi ve olimpizmin öncüsü olarak kabul edilmiştir. Bu alanda pek çok eser kaleme almış ve çeşitli kongreler düzenlemiştir. Hayatının son anına kadar toplumu için verdiği mücadeleyi sürdürmüş olan Selim Sırrı, 2 Mart 1957'de İstanbul'da vefat etmiş ve cenazesi Feriköy Aile Mezarlığı'na defnedilmiştir.

### **3.4. Beden Eğitimi ve Spor Anlayışı**

Selim Sırrı Tarcan'a göre eğitim, toplumu ayağa kaldırmak ve dik durmayı oğretmektir. O, beden eğitiminin, eğitimin temel taşı olduğunu savunmuştur. Ona göre,

beden eğitimi yalnızca fiziksel gelişimi değil, aynı zamanda zihinsel ve ruhsal gelişimi de destekleyen güçlü bir araçtır. Bu nedenle beden eğitimi, bilimsel temellere dayanan bir disiplin olarak değerlendirilmelidir. Beden eğitiminin temel amacı ise bireyin sağlığını ve bedensel bütünlüğünü korumaktır (Çapan, 2021: 4).

Sporla ilgili görüşlerinde ise Tarcan, sporun esas niteliğini rekabet ve mücadele olarak tanımlamıştır. Sporu; ilerleme, başarıma isteğiyle yapılan yoğun bir faaliyet olarak görmüştür. İnsanlar niçin spor yapmalıdır? Sorusunu sormuş ve buna cevap aramıştır. Ona göre spor yapmak, yaşamı sevmeyi, zamanı verimli kullanmayı, disiplin içinde yaşamayı, kötü alışkanlıklardan uzak durmayı, neşeli ve özverili bireyler olmayı sağlamaktadır (Gençay vd., 2002: 17).

Tarcan, spor yönetimiyle ilgili düşüncelerinde ise çok branşlı amatör spor kulüplerinin yaygınlaştırılmasını desteklemiştir. Günümüz spor anlayışında profesyonelliğe büyük ölçüde yer verilse de Tarcan, spordan maddi çıkar bekleyen kişilerin özverili davranışlar sergilemekte zorlandığını vurgulamıştır. Onun anlayışına göre gerçek sporcu, fedakârlık ve feragat sahibi olmalıdır (Çapan, 2021: 4).

Tarcan, beden eğitimi ve sporun erken çocukluktan başlayarak ilköğretim, ortaöğretim, kadın eğitimi ve yaygın eğitim süreçlerinde mutlaka yer alması gerektiğini önemle belirtmiştir. Bu konulara büyük bir titizlikle eğilen Tarcan, beden eğitimi ve sporu sistemli ve yöntemli hale getirmiştir. Ona göre beden eğitimi, tüm eğitim kurumlarında uygulanmalıdır, aksi hâlde eğitim, eksik ve hatalı olur (Çapan, 2021: 4).

### 3.5. Eserleri

#### **Beden Eğitimi, Jimnastik ve Spor ile İlgili Eserleri**

- *İsveç Usulü Terbiye-i Bedeniye* (3 cilt), 1332–1333 (1917)
- *İsveç Usulü Terbiye-i Bedeniye ve Mektep Oyunları*, 1329 (1919)
- *İsveç Usulünde Jimnastik*, 1326 (1905)
- *Muallimlere Terbiye-i Bedeniye Rehberi*, 1926
- *Mekteplere Mahsus Aletsiz İsveç Usulü Terbiye-i Bedeniye*, 1926
- *Oniki Yaşından Onbeş Yaşına Kadar Kız Çocuklarına Mahsus İsveç Usulü Terbiye-i Bedeniye*, 1332 (1917)

- *Terbiye-i Bedeniye Nazariyatı ve Usul-i Talim*, 1335 (1918)
- *Terbiye-i Bedeniyye Tarihi*, 1928
- *Terbiye-i Bedeniye*, 1319 (1903)
- *Terbiye-i Bedeniye*, 1321 (1915)
- *Terbiye-i Bedeniye İsveç Usulü Mektep Oyunları*, 1331 (1916)
- *Spor Pedagojisi*, 1943
- *Spor*, 1330 (1910)
- *Sporcu Neler Bilmeli*, 1926
- *Spor İdmanları*, (Tarihsiz)
- *Türklerde Beden İdmanları*, (Tarihsiz)
- *Köy Mekteplerinde Beden Terbiyesi*, 1933
- *Beden Terbiyesi, Oyun, Jimnastik, Spor*, 1932 (Korkmaz, 2013: 12-14)

### **Çocuk Gelişimi, Eğitim ve Pedagoji ile İlgili Eserleri**

- *İbtidai Muallimlerine Öğütlerim*, 1332 (1917)
- *Doğru Sözler*, 1332 (1917)
- *Çelimsiz ve Anormal Çocuklar*, 1944
- *Çocuklara Sağlık Öğütleri*, (Tarihsiz)
- *Gençlerle Baş Başa, Nasıl Mesut Olabilir*, (Tarihsiz)
- *Yaşama Bilgisi*, 1942
- *Yaşama Öğütleri*, 1948
- *Vakitsiz İhtiyarlanmanın Sebepleri, Daima Genç Kalmanın Sırları*, 1947 (Korkmaz, 2013: 12-14)

### **3. Seyahat Gözlemleri ve Uluslararası Gelişmeler ile İlgili Eserleri**

- *Bizce Meçhul Hayatlar, İsveç'te Gördüklerimiz*, 1327 (1908)
- *Macaristan'da Terbiye-i Etfal*, 1330 (1910)

- *Prag Spor Pedagojisi ve Seyahat İntibaları*, 1925
- *Şimalin Üç İrfan Diyar*, 1940
- *Yeni ve Eski Olimpiyatla*, 1948

#### **4. Halk Kültürü ve Sanat ile İlgili Eserleri**

- *Halk Dansları ve Tarcan Zeybeği*, 1948
- *Müziğin Dili*, 1945 (Korkmaz, 2013: 12-14)

#### **5. Hatıra, Konferans ve Denemeler**

- *Hatıralarım*, 1946
- *Radyo Konferanslarım I, II, III. Cilt*, 1932, 1934, 1935
- *Dost Gözüyle Selim Sırrı Tarcan*, 1950
- *Olmuş Şeyler*, 1949
- *Kahkaha Sultan*, 1339 (1921)
- *Teni*, 1926 (Korkmaz, 2013: 12-14)

#### **6. Askerî ve Teknik Konular**

- *Osmanlı Askerî Dağarcığı*, 1913 (Korkmaz, 2013: 12-14)

#### 4. SELİM SIRRI TARCAN'IN "SPOR" İSİMLİ ESERİNİN TRANSKRİPSİYONU

##### **Birinci Kitâb**

Selim Sırrı

Terbiye-i Bedeniyye Müfettiş-i Umûmîsi

Tâbi‘ ve Nâşiri: Tefeyyüz Kütübhânesi

İstanbul

Artin Asaduryan ve Mahdûmları Matba‘ası

1330

##### **SPOR**

Amatörlük – Spor Nedir? – Oyunun Kıymeti – İnsan Kuvveti – Yürümek –  
Eskrim – ciu citsu (Jiu-jitsu) – Eski ve Yeni Olimpiyatlar – Yaya Koşuları – Boks –  
Yüzmek – Halat Çekişmek – Boy Squad – Atlamak – Şidor - Tenis

##### **MUHARRİRİ:**

Umûm Mekâtib-i Mülkiye Terbiye-i Bedeniyye Müfettiş-i Umûmîsi

Selim Sırrı

##### **NÂŞİRİ:**

Tefeyyüz Kütübhânesi



Selim Sırrı Bey

### AMATÖRLÜK

“Dünya bir büyük mektebdir, orada bilenlerin de bilmeyenlerin de öğrenecekleri pek çok şeyler vardır. Âlimler, câhillerin efkârını tenvîr ettiği gibi ba‘zen en bilgisiz zannolunanların da fikrinden istifâde olunur.”

Âile Feylesofu Vagner (Wagner)

Asr-ı hâzırda vukû‘a gelen inkılâblardan biri de hiç şübhe yok ki ta‘lîm ve terbiye âleminde oldu. İnsanlara ârız olan terakkî hastalığı bi‘l-külliye vücûdu mahrûm-ı iltifât bırakmışdı. Refâh-ı hâl ve te‘mîn-i istikbâl mevcûdiyyet-i fikriyeye vâbeste olduğundan vücûddan ziyâde dimâğ ile çalışmak ve uğraşmak mecbûriyeti - milkât-ı akliyenin a‘sâb ve adelâtın zararını müceb olacak sûretde – tenmiyesini bâdî olmuş ve bu efrât-ı cism ile rûh arasındaki muvâzeneti bozmuşdur.

Spensır(Spencer) ve mürevvicleri bu inkılâbın temel taşını atdılar. İnsanın cismâniyeti mevcûdiyyet-i ma‘neviyesinin esâsı olduğundan her şeyden evvel vücûd makinesinin bir usûl ve kâ‘ide tahtında işletilmesi elzem olduğunu ve terbiye-i fikriyeye kadar terbiye-i bedeniyyeyede yoluyla ihtimâm etmek icâb ettiğini müdellel bir sûretde

isbât etdiler mümâresât-ı bedeniyeyi tasnîf etdiler, çocuklara seciyelerinin teşekkülüne hâdim olan terbiyevî oyunlardan başlayarak vücûdlarının hüsn-i teşekkülüne hâdim-i adalelerini kuvvetlendirici, mufassallarını işlek bir hâle koyucu bir usûl-i terbiye icâd etdiler. Sonra bütün bu kemâlât-ı muktesebenin meydân-ı imtihânı olan muhtelif sporlara revâc verdiler.

Avrupa hükemâsının bu mühim şu‘be-i hayâtiyyeye intizâr-ı dikkati mün‘atıf olunca tabî‘iyyetle jimnastik kesb-i kıymet etdi. Terbiye-i bedeniyeye salonları, jimnastik kulüpleri açıldı. Mekteblerin proğramlarında bu derse mukannen vakitler tahsîs edildi. Mütihazsıs mu‘allimler yetişdirmek için dârü’l-mu‘allimînler inşâ edildi. Milyonlar sarf edilerek spor ve jimnastik müsâbakalarına mahsûs stadyonlar vücûda getirildi. Mes’ele gitdikce ehemmiyetini artırdı. Tabîbler, fiziyloloci(fizyoloji), psiholoci(psikoloji), pedagoji, ulemâsı oyunu, jimnastik ve sporları terbiye-i etfâl ve hıfz-ı sıhhat nokta-i nazarından mütâla‘a etdiler bütün bu tedkîkât her sene in‘ikâd eden beyne’l-milel terbiye-i bedeniyeye kongrelerinde münâkaşa edildi. Muhtelif usûl-i mümâreselerin âsâr-ı fi‘liyesi her dört senede Avrupa pâyıtahtlarından birinde icrâ edilen olimpiyada müsâbakalarında mukâyese edildi. Her millet meşher-i abidâne bir i‘tinâ-yı mahsûs ile yetişdirdiği gençlerini gönderdi ve varlığını gösterdi. Bu müsâbakalardan birincisi 1896’da Atina’da, ikincisi Londra’da, üçüncü Stokholm’da icrâ edildi. Dördüncüsü de gelecek sene Berlin’de olacak.

Spor merakı hamd olsun bizim memleketimizde dahî artık uyandı. Heveskârânın gündün güne adedi artıyor. Ricâl-i memletde dest-i mu‘âvenetini uzatmağa ve bu hayırlı işleri himâye etmeğe başladılar. Fakat unutmayalım ki bir şey’in iyi bitmesi için iyi başlamak birinci şartdır. Binâ’en aleyh bilgisizlik ve acemilik hasebiyle yanlış yola gitmekden ve sâir milletlerin kânûn olarak kabul etdiği esasâtı ihlâl etmekden tevakkî eylemekliğimiz lâzımdır. Bu husûsda birinci derecede bilinmesi lâzım olan şey “Amatörlük” ve “Profesyonel”lik keyfiyyetidir.

### **AMATÖR KİMLERE DENİR?**

- 1- Mükâfât-ı nakdiye veya icâbında nakde tahvîli mümkün olan sâat, yüzük, altun kalem gibi hedâyâyı kabul etmeyenlere
- 2- Mükâfât-ı nakdiye alanlarla müsâbakaya girmeyenlere
- 3- Müsâbakasına iştirâk etdiği sporun para mukâbilinde mu‘allimliğini etmemiş olanlara “Amatör” heveskâr denür.

## PROFESYONEL KİMLERE DENİR?

Müsâbakada para alan veya nakde tahvîli mümkün olan hediyeleri kabul eden sporu meslek-i ma'îşet edinen kimselere "Profesyonel" denür.

Bu iki sınıf mensûbîni taban tabana zıd bir gaye ta'kîb eylediklerinden hiçbir vakit yekdiğeriyle müsâbaka etmezler. Olimpiyad müsâbakalarına hiçbir "Peofesyonel" kabul edilmez. Atina'da İngiltere kralının huzûrunda icrâ edilen olimpiyad müsâbakalarına giden bizim pehlivan ağalardan ikisi ma'a'l-esef ıstadyunun(stadyun) kapusundan redd edilirler. Bu bî-çârelerin yegâne kabahati pehlivanlığı san'at-ı ma'îşet edinmiş olmalarıdır.

"Amatörlük" hakkında yukarıda ta'dâd etdiğimiz evsâf ve şerâ'iti hâ'iz olmayan gencler dünyanın en kuvvetli pehlivanı veya en mâhir koşucusu olsalar bu gibi müsâbakalara kabul edilmezler.

İşte bu hâl sarâhaten gösteriyor ki sporlarda gâye-i kalbleri hiss-i fedâkârı ile dolu, her nev' menâfi'-i şahsiyeden tecerrüd etmiş kahramanlar yetiştirmektedir. Fedâkârlığın birinci şartı ise istihkâr-ı menfa'atdır.

Zevk û neşe için, sıhhat ve selâmet-i beden için, cins-i beşerin ıslâhı ve tekâmülü için sporla iş[ti]gâl edenler makbul ve mu'teberdir ve buna asâlet-i lehviyye derler.

Memleketimizin prenslerinden, vükelâ ve ricâlindenistirhâm ederiz, mekteb talebesi veya bir spor kulübü müntesibîninden olan genclerin şevk ve gayretini tezyîd maksadıyla kendilerine altun sâat veya elmaslı kalem gibi mükâfâtlar vermekden kat'iiyen mücânebet buyursunlar ve bilsinler ki bu gibi hediyeler o genclerin spor âleminde kıymetlerini düşürür.

Beyne'l-milel kongrelerde amatörlere verilmesi takarrür eden mükâfâtlar ber-vech-i âtîdir.

- 1- Parşömen kâğıdı üzerine matbû' diploma.
- 2- Kazanan gencin ismi üzerine hakk edilmiş altun, gümüş, bakır madalya
- 3- Kazanan gencin ismi üzerine hakk edilmiş gümüş kupa ve "biblo" gibi zarîf ufak tuhfeler.
- 4- Kulüb ve mekteb nâmına hazret-i padişâh, veli-i uhd[e]-i saltanat ve ricâl-i devlet tarafından verilecek hedâyâyâ yarışın nev'i, târihi, veren zâtın ismi hakk edilmelidir.

At koşuları kayak yarışları ve umûma küşâd olan güreş ve sâire müsâbakalarda halkı teşvîk için verilecek mükâfât-ı nakdiyenin "amatörlere" cihet-i ta'alluku yokdur. Bu

gibi umûmî müsâbakalarda “profesyonel” olanlarla yarışmamak ve amatörler mahsûs olan mükâfâtlardan başka verilecek her dürlü hedâyâyı redd etmek şartıyla “amatörlerin” iştirâkları câ’izdir.

Sporla iştigâl eden gençlerin de gûş-ittilâ’ına şu hakâyıkî şimdiden arz etmek isteriz: iyi bilmelidirler ki para mukâbilinde güreşen veya para almış pehlivânlarla bir müsâbaka meydanında güreş tutmuş olanlar velospitcilik, şoförlük eden veya bu makineleri i’âmâl ve ta’mîr eden fabrika ve dükkânlarda müstahdem olan gençlerle, kayıkçı ve sandalcılarla ve her ne sûretle olursa olsun mütehassısı bulunduğu sporla te’mîn-i ma’îşet edenlerle yarışa girenler Berlin’de icrâsı mukarrer olan olimpiyad müsâbakalarına kat’iyyen kabul edilmeyeceklerdir.

Sporla her şeyden evvel alınacak ders-i fazîlet, istihkâr-ı menfa’atdır.

### **SPOR NEDİR?**

Bir gün Boğaziçi vapurunda müsâdif olduğum bir muhibbim bana dedi ki:

- Spor makâlelerinizi dikkatle okuyorum. İnsana âdetâ heves veriyorsunuz. Vaktim müsâ’id olsa hemen başlayacağım. Yok ciddi söylüyorum, semirmeğe bende isti’dâd var. Hafifce ba’zı hareketler tavsiye etseniz de her gün sabahları çalışsam. Hem bir de ne için “Spor” kelimesinin Türkçe, Arabca, Farisice, mukâbilini bulub koymuyorsunuz? Meselâ “Lehv” deseniz fenâ mı olur? Yeniçeriler vaktiyle cündilikde ok ve cirîd atmakta, pala sallamaktaki mahâret-i bedeniyelerini tezyîd için yaptıkları idmânlara acaba ne isim verilmiş? Muhibbime istediği temrînâtı ta’rîf etdikden sonra “Spor” kelimesinin lisânımızda mukâbilini bulmağı şimdiye kadar düşünmediğimi i’tirâf etdim yalnız böyle âlem-i şümûl olan kelimelerin mukâbilini bulmaktan ise olduğu gibi lisânımıza mâl etmeğe tarafdarım. Jimnastik, futbol, polo ve sâirenin... vatanı, milleti yoktur. Bunlar, hayatın hareketle kâ’im olduğunu bilen her milletin malıdır. Fakat öyle zann ediyorum ki bu “spor” gelmesi memleketimizde pek yerine masrûf olmuyor. Sporu ekseri kimseler ale’l-umûm yarışlara, müsâbakalara, iddi’âlî oyun ve eğlencelere ilm olmuş bir kelime zann ve kıyâs ediyorlar. Akvâm-ı şimâliyenin ve husûsiyle İngilizlerin bu kelimedenden murâd etdikleri ma’nâ büsbütün başkadır.

## SPOR NEDİR?

Kesb-i kemâl eden kâbiliyyet-i bedeniyye ve fikriyyenin sâha-i hayatda tatbikat-ı ameliyyesidir. Fa‘âliyyet-i dimâgiyyenin, azm ve irâdenin bir sûret-i mutlakada iştirâkını istilzâm etmeyen idmânlar “spor” değildir. Terbîyevî oyunlar ve jimnastikler ve fâ’ideli idmânlar sâyesinde iktisâb edilen kuvvet ve mahâret-i bedeniyyenin terbîye-i fikriyye ve ahlâkiyye ile imtizâcından hâsıl olan “lehve” spor ve bu evsâf ve fazâ’ili nefsinde cem‘ etmiş olanlara “sportmen” diyorlar.

İngilterede, Amerika’da, İsveç’de on sekiz yaşından küçük bir “sportmen” nâdirâtandır. Çünkü fikren, bedenen en şedîd bir fa‘âliyeti icâb etdiren müsâbakalara daha genc, dahâ körpe vücûdların dayanması mümkün değildir. Spor, eğlence şeklinde bir cidâldır, bir müsâbakadır. Galebenin te’mîni uğrunda gençler bütün kuvâ-yı hayâtiyelerini sarf ederler. Öyle şedîd, tahammül-fersâ bir mübâreze hâzırlanmamış vücûdlar pek çabuk yıpranır, harâb olur ve tam kendilerinden istifâde olunacak bir çağda min-ciheten marîz olub gözden nihân olurlar.

Hâlâ yüreğimi sızlatan bir vak‘ayı bu münâsebetle ebeveynin enzâr-ı intibâhına arz ediyorum: bundan dört sene mukaddem dostlarımdan biri henüz bülûğa ermiş oğluyla Kadıköyü’nde bir futbol maçını seyre gelmişti. Babasıyla âşinâlığımız pek kadîm olduğundan yanına sokuldu. Oğlunu takdîm ederek:

Al sana bütün ruhuyla bir “sporcu!” dedi. Çocuğun ince boynu, za‘îf ve renksiz çehresi ve gâyet dar göğsü bi’t-tabi‘ nazar-ı dikkatimden kaçmadı ve kendisine cevâben dedim ki:

Bu devir çocukların en tehlikeli zamanıdır. Şiddetli idmânlardan çok tevakkî etmeli hele futbol müsâbakalarına, bisiklet yarışlarına girmesi kat‘iyyen câ’iz değildir. Peder kemal-i ta‘accüble fakat, efendim devam ettiği mektebin müdürü bizimkinden küçüklere bile futbol oynatıyor.

- Ben size bir dost sıfatıyla söylüyorum. O mektep müdürüne terettüb eden mes’ûliyyet-i ma‘neviyyenin hesâbını Allah kendisinden sorsun. Muhâveremize kulak kabartan mini mini beyin sözlerim hiç hoşuna gitmemiş olmalı ki müstehzî nazarlara beni arada bir süzüyordu. Bir aralık çayırda bir bağırışma oldu. Çocuk oturduğu yerden bir karış yukarı fırladı ve var kuvvetiyle:

Baba İbrahim gol yaptı! Diye bağırma ve avuçlarını patlatırcasına çırpmağa başladı. Çocukda futbol için şedîd bir aşk-ı şebâb, müfret bir ihtirâs vardı. Babası bu arzuyu ne tahdîd, ne de doğru yola imâle edebilecek bir kâbiliyyetde idi.

Tam bir sene çocuk – hatta dünyanın hiçbir tarafında yazın oynanması tecvîz edilmeyen – bu oyunun peşinde, hayır oyunun değil dâ‘iyye-i iştihârın, enâniyyetin peşinde koştu ve hakîkaten mâhir bir futbolcu oldu. Aradan iki sene geçmişti. Sonbaharın bir yağmurlu gününde moda kulübünün bir maçını seyre gitmişdim. Orada tribünler üzerinde yakaları kalkık, elleri cebinde benzi soluk bir yavrucak nazarıma ilişti. Derhâl tanıdım ve yanıma çağırdım, pek süklüm büklüm sokuldu. Siz oynamıyor musunuz? Dedim. Kaşlarını kaldırdı, içini çekti, gözleri doldu, doktor müsâ‘ade etmiyor dedi. Medîd bir öksürük lakırdısını itmâma mâni‘ oldu. O günden beri kendisini görmedim.

Bunun içindir ki mekteplerde futbolun oyun şeklinde oynanmasına pek tarafdâr olduğumuz hâlde “maçlar” iddi‘âlî müsâbakalar tertîb olunmasının aleyhindeyiz.

Sporla en çok ibrâz-ı fa‘âliyet eden hırs “Ambition” ve arzu-yı takaddüm “Emulation” hisleridir. Rekâbet, hâzırlanmamış, terbiye edilmemiş, yetiştirilmemiş gençler arasında gâyet mü‘ellim netîceler verir. Terbiye-i bedeniyye ve spor âleminde olduğu gibi terbiye-i fikriyyede dahî böyledir. Bernardin de Saint-Pierre diyor ki: “Yavrularımıza ilkâ’ etdiğimiz hiss-i rekâbet takviye edilmiş bir hırs ve tama‘dır; çünkü hırs ve tama‘ sâhibi ancak en yüksek makâmı hedef ve âmâl bilir; hiss-i rekâbete tutulan ise âherin ziyânına yükselmek ister. Zirve-i ikbâle vusûl ânâ(Ona) kifâyet etmez. O rukabâsının oradan sukûtunu görmeğe hâhişger/hâhişkerdir.

Çocuklarda tenmiye edilen hiss-i rekâbet mu‘ahharen büyük insanlarda bir sebâtsızlık vücûda getiriyor: Herkese iklîller, mükâfâtlar, yaldızlı kitâblar va‘diyle birinci olmak emelini ilkâ’ ettiği gibi fikren mâ-fevklerine karşı da isyân ve istiklâl, akrâna karşı hased ve mâ-dûnlara karşı istihkâr hislerini verir.

“Pole Virjini”nin muharriri bu dâhi-i zî-kemâl yine hiss-i rekâbetden bahs ederken başka bir yerde şöyle diyor:

Hiss-i rekâbet cins-i beşerin ekser felâketlerine sebebedir.



### Hız almadan tûlâni atlama

Bu hiss-i hırs ve tama‘ın köküdür; çünkü hiss-i rekâbet birinci olmağa ma‘tûf bir hevesdir. Birinci olmak hevesi ise hayat-ı ictimâ‘iyyenin hemen bütün fenâlıklarına menba‘-ı sudûr olan hırs ve tama‘dan başka bir şey değildir.”

Çocuklarını seven ve onların istikbâlini düşünen ebeveyn ve mürebbîler bu gibi hissiyât ve temâyülâta mümkün mertebe sâlim bir cereyân vermeğe gayret etmelidirler. İşte ale‘l-ulûm idmânın, riyâzat-ı bedeniyyenin ve bi‘l-cümle sporların mâhiyet-i terbîyevîsi bu noktadadır.

“Spor” nâmı altında müdevven olan mümâresât-ı bedeniyyenin başlıcaları şunlardır: yürüyüşler, yüce dağlara tırmanmak, yaya koşuları, atlamalar, eskrim, kürek çekmek, yüzmek, tirandâzlık, velospit(velespit), sandal ve kotra yarışları, boks, güreş binicilik, endâht, halat çekişmek, futbol, bezbol, kriket, disk ve javelot atmak, tenis, ragbi(rugby), polo ilh (ilâ ahiri)...

### Biraz pedagoji

### **OYUNUN KIYMET-İ TERBÎYEVÎSİ**

“Çocukların koşub oynamalarına müsâ‘id bir bahçesi olmayan mekteb zindândır.”

S. S. (Selim Sırrı)

İsveç usûlu terbîye-i bedeniyye ve mekteb oyunları nâmında kitâbımın bir faslında aynen şu satırlar yazılıdır:

“Bütün terbiye-i etfâl mütehasısları mekteb çocuklarının sıhhat ve selâmet-i bedenleri için oyun elzemdır. Tedrîsât-ı ibtidâiyede okuyub yazmak kadar oyunun bir

ehemmiyeti vardır. Kırâ'at hocası, imlâ hocası, hesâb hocası gibi bir de oyun hocası elzemdir. Diyorlar. Fazâ'il-i ahlâkiyye ve tekemmülât-ı fikriyyeleriyle cihânı hayretlere düşüren İsveçliler bundan altmış sene mukaddem Yuteborg (Göteborg) şehri civârında "Nees" oyun dârü'l-mu'allimînini te'sîs eylemişler. Şimdi her sene o mü'essese-i kıymetdâra mu'allim, mu'allimeler gönderiliyor. Avrupa mekteblerinde oyun artık ders sırasına girmiştir. Bir mekteb-i ibtidâi yapıldırırken düşünülen şeylerin en mühimi çocukların koşub oynamalarına müsâ'id bir bağçedir. Hiç şübhe yok ki eskiden böyle düşünmezlerdi. O zamanın ukalâsına göre çocuk mektebe yalnız okumak için gider. Orada oyun olmaz. Onların fikrince hilm, sükûnet, mahcûbiyyet şâyân-ı takdîr evsâf-ı mümeyyize; buna mukâbil damarlarında cevval bir kan cereyân eden bir ateşpâre-i zekânın fa'âliyyet-i hareketi, yaramazlığı müstelzem-i cezâ bir kabâhat idi.

Evvelleri oyuna heveskâr olan çocukları te'dîb için döğlerdi; şimdi oynamayanlara cezâ tertîb ediyorlar.

Oyun gâyet tabî'i ve meserret-bahş bir ihtiyâc-ı fitrîdir. Çocuk oyunla güler, eğlenir, mütelzez olur, neş'elenir, zevk û neş'e ise nâzım-ı sıhhatdir. Çocuk daha yürümeğe başlamadan oyuna başlar. Bağırır, güler, eğlenir. Adalâtı ayakda duracak kadar peydâ-yı kuvvet edince koşmak, sıçramak ister görülüyor ki bu hiss hilkatde meknûzdu. Böyle oyunla gülen ve bu zevk-i hayâtdan mahrûmiyeti hâlinde, sudan mahrûm olmuş bir çiçek gibi sararıb solması muhakkak olan çocukdan bunu nez'a kalkışmak bi'z-zât hayâtı nez'a kıyâm eylemek demektir."

Oyunun bedene, fikre rûha olan te'sîrât-ı fâ'ide-i bahşâsından bahs etmeden mukaddem mekteplerde derece-i vücûbuna kâ'il olanlar beyinde ekseriya mevzû'-ı bahs olan bir kanâ'ati şuracıkda tahlîl edelim:

Bir kısım mu'allimlerin fikrince bir mektebe büyücek bir bağçe lâzımdır. Dersleri müte'âkib mukannen vakitlerde çocukları oraya salıvermeli koşsunlar, bağırınlar, gülsünler, istedikleri, diledikleri oyunları oynasınlar, düşsünler, kalksınlar yalnız düşmesinler. Ba'zıları bunu da tervîc ederek küçüklerde büyüklere karşı mukâvemet ve nefsinî müdâfa'a hissi uyandırmak için kan çıkmadıkca ufak tefek gavgalarda(kavgalarda) agmâz-ı ayn edilmesini tavsiye ediyorlar. Çocuklar teneffüs müddetince tamâmen hür ve müstakil bulunsun ve mücâdele-i hayâta kendi kendine hâzırlansın diyorlar.

Biz bu tarz tefekkürü beğenmiyor ve bu fikrin sâha-i tatbîka vaz'ını mahzûrdan sâlim add etmiyoruz. Çünkü ba'zı oyunlar vardır ki bir kısım çocuklara muzırrdır. Binâen

aleyh bunu fâriğ olmayan bir çocuğu keyfine bırakmak bir hatâ-yı terbiyevîdir. Meselâ omuzları biraz öne mâ'il olan bir çocuğun "birdir, bir" oynamasına müsâ'adekâr davranmak bile bile o ma'sûmun sırtının bi'l-âhere muhaddeb olmasına göz yummak demektir. Daha buna mümâsil nice oyunlar vardır ki mahzûrlu hatta muzırrdır. ma'allimin ihtârâtına ba'zende müdâhalesine lüzûm vardır. Döğüşmek mes'elesine gelince belki ba'zı milletlerde bir an'ane olarak fenn-i terbiyede yer bulsada gençleri her hâlde döğüşdürmeden mübârezât-ı hayata hâzırlamak mümkündür i'tikâdındayız. Bir vedi'atullah olarak dest-i terbiyemize teslîm edilen etfâl-i memleketi marîz ve ma'lûl veyâ kavî ve tendürüst yapmak bizim elimizdedir. Biz biliriz ki çocukları tâkatlerinin fevkinde yorgunluklara sevk eden en mü'essir âmil zevk û neş'edir. Çocuk oyundan zevkiyyât olduğu için yorgunluğu duymaz tabî'atiyle ifrâta gider ve neticede ekseriya bir za'af-ı umûmiyye ma'rûz kalub her hastalığa isti'dâd kesb eder. Binâen aleyh bağçede çocuklar beğendikleri oyunu oynasınlar yorulunca dururlar zannı çok yanlıştır. Hepimiz çocuk olduk ve dürlü oyunlar oynadık. Ebeveynimizin bütün ihtârâtına rağmen her def'asında ter elbisemizin dışına çıktığı hâlde oyunu bırakmak istemezdik. Çocuklar ciddî bir rahatsızlığa mübtelâ olmadıkca yorgunluk ne olduğunu bilmezler, birde kendi hallerine bırakılırsa mutlaka beğendikleri oyunu oynarlar ve onun fâ'ide veya mazarratını düşünmeden hoşlarına gitdiği için oynarlar. Eğer o oyun hadd-i zatında fenâ ise bizim terbiye-i bedeniyeden beklediğimiz fevâ'id tamâmen zıdd bir netice verir. Buradan anlaşılıyor ki oyunları dâima bir nezâret altında bulundurulmalıdır.

Ders okutmak için bir odaya hapsedilen otuz kırk çocuğun nefsi – ekseriya pencerelerin kapalı bulunmasından dolayı – havâyı ifsâd eder ve o zehirli, müte'affin havâyı teneffüs eden çocukların sıhhatleri bozulur. Sıralar üstünde mütemâdiyen ayn-ı vaz'ıyyetde oturub ders dinlemek çocukların cümle-i asabiyelerini yorar. Bunun te'sîri de bî-çârelerin mi'delerinde görülür. Bi't-tecrûbe sâbit olmuşdur ki çocuklar oynadıkları vakit daha çabuk acıkırlar ve daha iştihâlî yemek yerler. Dersde dikkat ve intibâhdan yorulan a'sâba güşâyış vermek, hüceyrât-ı dimâğiyeyi taze ve temiz kanla sulamak için derslere lâ-ekall on dakîkalık bir fâsıla vermek velev en so'uk(soğuk) havalarda bile çocukları esnâ-yı teneffüsde mektebin bağçesinde koşmağa mecbûr etmek mu'allimlerin cümle-i vezâ'ifindedir. Kesretle görüldüğü gibi ba'zı işgüzâr mu'allimler dersde takrîrlerini uzatarak ekseriya çocukların teneffüs zamanlarını gasb ederler. Bu gâfiller o ma'sûmların kendi derslerinden ziyâde havaya muhtâc olduğunu düşünemezler.

Çocukların oyun sâyesinde iktisâb edecekleri evsâf-ı ma'neviyeye gelince iktirânlarıyla bir çocuk evvelâ nefesine sonra arkadaşlarına karşı ri'âyete mecbûr olduğu kavânîn-i ictimâ'iyeyi oyunla bi'l-amel öğrenir. Hırçın, hodbîn, yalancı, hilekâr, mızıkçı, hıyânet olan arkadaşlarının nefretini kazanır, miskin, beceriksiz, sümsük, uyuşuk tenbel ise herkesin hâkaretine ma'rûz kalır. Beş on çocuk arasında hüsn-i imtizâc ile bir mevki' tutabilmek için hem kendi hakkını onlara tanıtmak hem onların hukûkuna ri'âyet etmek lâzım olduğunu oyunun safahât-ı muhtelifesinde görür. Oyunların bir tâkım kavâ'id-i mevzû'ası vardır ki her çocuk ona ri'âyete mecbûrdur. O kâ'ideleri ihlâl kalkışanlarla kimse oynamaz. Hakkı, adâleti teslim etmeyen çocukların arkadaşları arasında mevki'i düşer.

Müctemi'ân oynanan oyunlarda çocuklar te'mîn-i galebe için birbirine yardımın lüzûmunu daha iyi takdîr ederek elbirliğiyle çalışırlar. Te'âvün fikri bu oyunlarda tecelli eder.

Yine birçok oyunlar vardır ki sür'at-i intikâl, nüfûz-ı nazar, tahmîn-i mesâfe, i'tidâl-i dem, cür'et ve cesâret gibi havâss-ı ma'neviyeyi tenmiye ederek çocukları şî'âr sâhibi eder.

Fakat unutmamalı ki bütün bu evsâf-ı mümeyyzeyi bir nizâm ve intizâma ve kâ'ideye girmiş olan terbiyevî oyunlar te'mîn eder. Yoksa sıhhate ahlâka muzırr olan oyunlardan bunu beklememeli oyunun maksada göre mâhiyeti değişir, dâ'iyye-i enâniyet, fikr-i intikâm ve garaz-ı şahsî ile oynanan oyunların terbiye-i bedeniyye ile hiç alâkası yoktur.



Sür'at müsâbakasında Amerikan usûlü çıkış.

Misâl olarak hepimizin bildiği oyunlardan birisini zikr edeyim:

Tura! Bu oyunun bedenen te'mîn ettiği menfa'at biraz koşmaktan ibâret fakat ona mukâbil çömelmiş bir va'iyette mütemâdiyen oturmak iyi değildir. Terbiye-i ahlâkiyye nokta-i nazarından ise bu oyunun kıymeti hiçdir. Çünkü esâs maksad dayak atmak ve bi'l-mukâbele dayağın acısını çıkarub intikâm almaktır. Elbetde böyle oyunlara mekteplerde hiçbir mu'allim müsâ'ade etmez. Fenâ bir an'ane sûretinde mekteplerde mütedevvin olan muzırr oyunların yerine terbiyevî oyunları esâslandırmak mürebbî ve mu'allimlerin vazîfesidir. Oyun ile terbiye-i bedeniyye yekdiğerinin lâzım gayr-i mufârikîdir. Yalnız terbiye-i bedeniyye bir lüzûm-ı sıhhî üzerine te'sîs edilmiş bir usûl-i fennîdir. Oyun ise daha tabî'î olmakla beraber terbiye-i bedeniyyeden sarf-ı nazar etdirecek mâhiyeti hâ'iz değildir. Amûd-ı fikarîyi işlek, dürüst, omuzları düzgün, başı dik durduracak tırmanma, atlama ve koşma kâbiliyetlerini arttıracak terbiye-i bedeniyyedir. Oyunun kıymeti hissle terbiye-i bedeniyyenin akl ve mantıkla ta'ayyün eder. Oyun dimâğî bi'n-nisbe daha az işgâl eder. Terbîye-i bedeniyyede ise her hareketin icrâsı için fa'âliyet-i fikriyyeye lüzûm vardır. Meselâ bir hareket-i maslahanın hîn-i icrâsında mu'ayyen bir kitle-i adaliyyeye dimâğın a'sâb vâsıtasıyla teblîğ-i evâmîr etmesi lâzımdır. Böyle muhtelif adalâta her hareketin icâb etdirdiği takallüsâtı ifâ ettirmek için fikir dâimâ intibâh üze[re] bulunmalıdır. Bir de yalnız oyunla vücûda matlûb olan biçimi, endâmı vermek mümkün değildir. Onu terbiye-i bedeniyye te'mîn eder. Binâen aleyh çocuklarımızı oyundan mahrûm etmeyelim hatta icâb ederse biz de onlarla oynayalım fakat oyunlarımızın bir kıymet-i terbiyevîsi olmasına çok i'tinâ edelim tâki kaş yapalım derken göz çıkarmayalım.

### **İNSANLARIN KUVVETİ TERAKKÎ Mİ, TEDENNÎ Mİ EDİYOR?**

Pek vâhî görünen bir fikre göre beşeriyetin nesl-i hâzırını kuvvâ-yı tabî'iyeye nokta-i nazarından eskilere makîs değil imiş eskiden insanlar çok iri, çok kuvvetli imiş. Şimdi ise çelimsiz ve çürük.

Homer İlyadasında (Homeros İlyada) milâddan sekiz asır evvel "Aşil"ın şimdiki insanlardan onunun yerinden kımıldatamayacağı cesîm kayaları kaldırdığını söylüyor.

Milâddan altı yüz sene evvel olimpiyad müsâbakalarında ihrâz-ı gâlibiyet eden Krotonlu Milon'un(Milo) bir gün bir mandayı kucaklayub 120 adımlık mesâfeye

götürdükden sonra bir yumrukda öldürüb yediği menâkıb-ı esâtîrde müsâdif-i nazarımız oluyor.

Yunan kadîm hayâli şâ'irlerinin hemen hepsinin asârında eslâfa atf edilen ayn-ı mübâlağalı kuvvete tesâdüf olunur. Fakat biz bu kabîl-i türrehata değil, bir menba'-i mevsûkdan nebe'ân eden hakâyıka ya'ni târihe, fenne, ilm-i âsâr-ı atıkaya i'timâd edebiliriz.

İlm-i mebhasü'l-müstehâsât (Paléontologie) edvâr-ı sâbika-i arzıyyede yaşamış olup zamanımızda cinsleri münkarız olan ve yalnız müstehâseleri –tahaccür etmiş ecsâm ve enkâzı- mevcûd bulunan hayvânât ve nebâtâtıdan bahs eden ilm bize irâ'e ediyor ki hilkatin ibtidâ'î devrelerinde hayvânât-ı vahşiye miyânında bugün emsâline tesâdüf edilmeyen ve cinsi nâbûd olan bir tâkım mahlûkât mevcûd imiş. Ez-cümle Amerika-yı cenûbîde kertenkele cinsinden iganodun tesmiye edilen ve müstehâsesi el-yevm Brüksel müzesi'nde mevcûd olan hayvânın şimdiki igâne nisbeti fil ile merkeb arasındaki kadar bir fevk-i irâ'e etmektedir. Felemenk-i cedîde mahsûs tuyûr-ı magibe fırkasından dinornis tesmiye olunan cesîm kuşların müstehâseleri de bildiğimiz deve kuşundan iki üç def'a büyük olduğuna delâlet ediyor. Fakat bir galat-ı tabî'at gibi görünen ve cins ve nev'î münkarız olan bu hayvânât ile insanlar arasında hiçbir münâsebet yoktur. İnsâniyetin edvâr-ı evveliyesi hakkındaki tetebbu'ât ve keşfiyât ve müstehâseleri mevcûd-ı ecsâd, Mısrîlere mensûb sarkofajlar bize Homer'in, Virjil'in müdde'iyâtının aksini isbât ediyor. Geçen seneler Manton Şehrinde Fransızlar tarafından icrâ edilen hafriyyâtda tahaccüz etmiş bir hâlde bulunarak Paris târih-i tabî'î müzesine nakl edilen insan iskeleti şimdiki mütevassıt boyda insanlardan hiç farklı değildir. Kurûn-ı kadîmden hatta devr-i hacerden beri insanlar ne o insanlar olduğu ve tekkülât i'tibâriyle belki kurûn-ı ahîrede daha ziyâde tekemmül ettiği edille-i kaviyye ile müsbetdir. İsbât-ı müdde'â için son bir misâl irâ'e edelim: Bern şehrinde icrâ edilen jimnastik müsebâkasına iştirâk edeceklerine şehrin müzesinde mevcûd ve kurûn-ı vustâdaki adamların iksâ eylediği zırhlı libâslar giydirilüb öylece bir musâbaka icrâsını tasavvur etmişler, içlerinden birçoğuna bu zırhlar dar gelmiştir.

Edvâr-ı kable't-târîhiyyeye â'id zamanlarda yaşayan insanlar için makbûl bir fikir verebilecek mu'tiyât mevcûd değildir. Yalnız ilm-i âsâr-ı atıkadan aldığımız ma'lûmata göre pek eski zamanlarda palamutla, yemiş ile, avla tagaddiye mecbûr olan adamlar açlığa susuzluğa, kahta her zaman ma'rûz ve soğuğa, rutûbete karşı muhâfazasız mağâralarda yaşamağa mecbûr edilir. O zamanki insanların hemen cümlesinin dişleri otuz yaşına

varmadan harâb olub bitiyormuş. Esbâb-ı ma'îşete dâhil olan bu gibi avârızın hayâtı temdîd etmekden ziyâde tahdîd edeceği tabi'îdir. Tûl-i hayât iklimi muhîte şerâ'it-i ma'îşete tâbi' olduğu kadar da cinsiyete tâbi'dir.

Hayvânât-ı vahşiyeden kedi cinsine mensûb olan kaplan ve envâ'ı gâyet kuvvetli olmakla ma'rûfdur. Ez-cümle atla tagazzî edenler kuvvetli oldukları kadar da fa'âldirler. Diğer taraftan otları tagazzî eden at, öküz, manda, gibiler de vardır ki kuvvetlerinde hiç şübhemiz yoktur. Bunların tabi'î olan müddet-i hayâtlarını nazar-ı i'tibâre alırsak takrîben on beş-yirmi sene yaşayabildiklerini görürüz. Ulemâ-yı meşhûreden Sir Con Lebuk "Sir John Lyon" bir arının da bu kadar yaşayabildiğini kendisi tahkîk ve tecrübe etmiştir. Karınca da çok yaşıyor. İspinoz yirmi sene, papağan doksan sene, kartal ve akbaba iki asıra karîb yaşayolar. Profesör Vaysman (Viessman) mes'eleyi tafsîlâtıyla tetebbu' etmiş ve kitâb şeklinde tedvîn eylemiş, fakat bu garîbe-i fitrata cüz'î bir ittîlâ' bile gösterememiştir. Müddet-i hayât-ı hayvânât ve kâffe-i mevcûdât-ı uzviyye için iki had arasında mahsûr ve binâen aleyh cinse göre mahdûd ve maktûrdur. Esbâb-ı istirâhat ve ma'îşetin ve hıfz-ı sıhhatin yardımıyla hayât-ı vusta-i beşer günden güne artıyor.

Kuvvet mes'elesine gelince şurası ma'lûm olmalıdır ki hikmet-i bedâyi' nokta-i nazarından güzelliğin ve tenâsübün kuvvetle pek sıkı bir râbıtası vardır. Bu gün insanlar daha iyi bir hıfz-ı sıhhate tâbi' oldukları gibi daha iyi yemesini de biliyorlar. Meşhûr Berryer eski köylülerin tâbi' oldukları şerâ'it-i hayâtiyye şimdikilere nisbeten pek dün bir halde idi diyor.

İnsâniyetin her devresinde kuvâ-yı adaliyye mazhar-ı takdîr ve muhabbet olmuş ve insanlar içinde kendi kuvvetiyle iştihâr edenler bulunmuşdur. Fakat beğenilüb sevilen şeyler dâimâ olduğunun fevkinde görülmüş veya gösterilmek istenilmiştir. Bu mübâlağaların sûret ve esbâb-ı zuhûru lâyıkiyla tetebbu' olunursa insanlar arasında devr-i esâtirin ve hurâfât-ı garîbenin esbâbı da bulunmuş olur. Bu mübâlağa yüzünden kadîm Yunan'da Titonlar İran'da Rüstem Dastan ve Tahmuras Diyubend(?) masalları teşekkül ederek târihe tekaddüm eyleyen devr-i esâtiri vücûda gerimiştir. Hatta şâyân-ı dikkatdir ki bir tek adam hakkında teşekkül edebilecek hurâfât o adamın zamanına akrânına nisbetle hârikü'l-âdeliğiyle hem ayyârdır ve bu yalnız kuvâ-yı bedeniyyeye mahsûs değildir.

Kable't-târîhî olan devri birakalım İbn-i Sinâ içimizde doğmuş bir adamdır. Onun hakkında teşekkül eden hurâfâtı şahsına isnâd olunan hikâyeleri ve rivâyâtı masal kitâblarında mazbût görürüz. İbn-i Sinâ bir odun keser, efsûn kuvvetiyle bargîr şekline

ifrâğ eder, üstüne biner havada uçarmış!! Görülüyor ki Rüstem'e veya Samson'a isnâd olunan hâriku'l-âde kuvâ-yı cismâniye burada aynı sebeble, aynı hisle kuvâ-yı akliyyesine meftûn oldukları İbn-i Sinâ'ya isnâd olunmuşdur. Meşhûr Karlayl (Carlyle)in dediği gibi insanlar fitraten kahramânlara meftûndurlar.

İnsanların kuvâ-yı adaliyye hakkında mûşikâfâne ve bî-arafâne tedkîkât icrâsı için vaz' eyledikleri kavâ'id pek yenidir. Jimnastikcilerin dinâmometrelerle, tazyîk makineleri ile şiddet-i kuvvetiyle mukâvemetlerini kâbiliyyet-i rieviyelerini ta'yîn etmek usûlü ancak yirmi beş otuz senelik bir işdir.

Bu vechle her sene spor kulüblerinin tertîb eylediği müsâbakalarda yüzlerce gencin miksâyât-ı bedeniyyesi, kuvveti, hüner ve ma'rifeti kayd û zabt edilmektedir.

Hülâsa diyebiliriz ki beşeriyetin her devresinde kuvâ-yı cismâniyye ve fikriyyelerinin hâriku'l-âdeliğiyle teferrüd etmiş insanlar yetişmiştir. Fakat bu kuvvet hiçbir zaman hadd-ı ma'rûfu aşmamıştır. Beşeriyetin nesl-i hâzırının kuvâ-yı adaliyyesi tedennî değil, terakkî ettiği muhakkaktır. Yalnız şer'ân, aklen, fennen muzırr olan sû'-i isti'mâlâtından tevakkî olunarak şerâ'it-i hıfz-ı sıhhate tevfiq-i hareket olunursa daha âfiyetli yaşanacağı bî-iştibâhdır. Yoksa fil kadar kuvvetli, bir mandayı yalnız başına yemiş, zincirleri kırmış, dört metre boyunda insanlar ne hacir devrinde ne hadîd devrinde ne de tunc devrinde görülmemiştir. Terbiye-i bedeniyye ve sporun vereceği kuvvet ise nisbîdir herkes kâbiliyyet ve isti'dâd nisbetinde kuvvetlenir. Fazlasını te'mîne çalışmak ekseriya ma'kûs netice verir.

## YÜRÜMEK

İnsan âmil-i bi'z-zât bir makinedir. Adalâtı, kemikleri, mefâsılı hülâsa bi'l-cümle a'zâ-yı bedeniyyesi kendi göğdesini(gövdesini) ayakları üstünde taşımağa ve ihtiyâcât-ı rûzmerresini tedârik için yürümeğe hilkaten mecbûrdur. "Hayat hareketdir" o hâlde diyebiliriz ki harekâtın en basiti yürümeğedir. Daha pek küçük iken fitrat bunu insanlara ta'lîm eder. Çocuk ayakda duracak kadar adalâtı kesb-i kuvvet edince, derhâl yürümeğe yeltenir. ma' hazâ yürüyüş en ziyâde ta'lîm ve terbiyeyi icâb etdiren bir hareketdir ve bir adamın fenâ yürümesinin esbâbını tedkîk edersek görürüz ki bu nakîse ya sû'-i terbiyeden, ya ayakların, kasıkların fenâ teşekkülâtından yahûd da kalbin ciğerlerin hasta bulunmasından neş'et eder. Yürüyüşü teşkîl eden harekât gâyet basit ve sehîldir. İyi mâşîler pek çok olmamakla beraber nâdirde değildir. Ya'ni büyük yorgunluk asârı göstermeyerek müddet-i medîde kat'-ı merâhil edenlere her zaman tesâdüf olunur. Ez-

cümle postacılar, gazete müvezi'leri, buna iyi bir misâldir. Fakat muntazam ve kemâl-i zarâfetle yürüyenler hakîkaten müstesnâ denecek kadar azdır. Şimdi denebilir ki gâyet basit olan bir egzersisde/egzersizde bu kadar mükemmeliyyet aramanın esbâbı nedir? İşte cevabını veriyoruz: evvelâ iyi yürümekle daha çok mesâfe kat' olunur. Sâniyen yorgunluğa daha ziyâde mukâvemet edilir. Sâlisen vücûd bir şekl-i zarîf iktisâb eder. Fakat buna daha küçük yaşda iken i'tinâ etmek ve güzel yürüyüşü i'tiyâd edinmek lâzımdır. Bir adamın nasıl yürüdüğünü anlamak için düz bir mahallde tek başına yürütüb arkasından bakmalıdır. Birkaç kişi birlikde yürürlerse o zaman hatayı görmek güçleşir. Nitekim ba'zen bir bölük piyâdenin hareketini seyrettiğimiz zaman hey'et-i mecmû'ası nazarımızı işgâl eylediğinden efrâdın herbirinin vaz' iyyet ve hareketdeki nevâkısı tefrîk mümkün olmaz.

Herkesin kendine mahsûs bir yürüyüşü vardır. Hatta o kadar ki çok def'a bir adamın yüzünü görmeden adımlarının sesini işitmekle hüviyyetini ta'yîn bizce mümkün olur. Meselâ bir çiftcinin meşy ve hareketine bakınız. Hatveleri batî âdetâ yere sürünüyor gibi kollarının sallanması ahenksiz, vücûdu öne mütemâyil, dizleri kırık gibidir. Hâlbuki onun yanında bir posta müvezzi'i kısa serî' hatveleri, bir teharrük-i asabi ile sallanan kolları ile nazarınızda büyücek bir fark irâ'e eder. Şimdi bir gemicinin yürüyüşüne dikkat ederseniz daha başka fark görürsünüz. Emvâc-ı derya ile mütemâdiyen sallanan teknenin üstünde muvâzenet hâsıl edüb yuvarlanmamak için ayaklarını dâimâ birbirinden ayırmağa mecbûr olduğundan karada dahi aynı vechle ayrık basarak yürür.

Şimendüfer yollarında tesviye-i türâbiyyede el arabasıyla toprak çeken amele akşam hânelerine avdetde aynı batâ'etle yürürler. Sirtında arkalıkla yük taşıyan hammâllar yüklü olmadıklar zaman dahi boyunları ileride omuzları ve kolları geride bulunur, hammâl sirtında yüz elli kiloyu bir sâatlik mesâfeye nakl için kürek kemiklerinin üstündeki adalât-ı zahriyyelerinin bacakları kadar ifâ-yı hidmet eylemesi ve arkasındaki yükte istihsâl-i muvâzenet için boynunun iki tarafındaki adale-i kasıyye-i terkoviye-i hilmiiyesiyle evtâr-ı ketfiyyesinin mütemâdiyen gergîn bulunması iktizâ eder ki işte hammâlın intizâmsız vücûdunun esbâb-ı fizyolociyesi/fizyolojiyesi budur ve bu evzâ'-ı muhtelif mesâ'iiyesinin tarz-ı mahsûsudur. Fenâ yürümeğe ba'zı ârızı sebeplerde munzamm olur. Ekseri çocuklar ebeveynin adem-i takayyüdü yüzünden fenâ yürümeğe alışırlar. Daha henüz emeklemekte olan yavrucaklarını zorla yürütmek için ortası delik dört tekerlekli bir cendereye sokarak hilâf-ı tabî'at bir hareketle çocukların yumuşak hâlde bulunan bacak kemiklerini mukavves bir hâle getirüb paytak edenler nâdir değildir.

Avâmın i'tiyâdât-ı câhilânesinden biri de sübek mes'elesidir. Güyâ te'mîn-i tahâret ve nezâfet için çocuğun bacakları arasına bir şişe kısdırub üzerine de bağirdâk tesmiyye olunan sargıyı sımsıkı sararlar ki bu yüzden pek çoklarının bacakları çarpılır. Vâkı'a çocuk büyüüb kuvvetlendikce o çarpıklık zâ'il olursa da lâyıkıyla beslenemeyen çocuklarda bu mümkün olmaz.

Çocuklar üç dört yaşına gelübde efrâd-ı âileye karıştıkları zaman onların vücûdlarında ve yürüyüşlerindeki nevâkısı görüb ihtârât-ı dâimede bulunarak tashîh etmek ebeveynin vazîfesidir.

Başlıca iki nev' yürüyüş vardır. Biri hatve-i muntazama ile yürüyüşdür ki askerlerin ta'lîmlerinde resm-i geçidlerinde manzûrumuz olur. Bu yürüyüş zarîf hoş ahenk, muntazam olmakla beraber yürürken vücûdun dimdik hâzır ol vaz'iyetinde bulunması her adımda bacağı ileri fırlayub dizin gerilmesi ile ayağın bütün sathıyla yere basması pek takatşikendir ve uzun mesâfelerde câ-yı tatbîk değildir. Diğeri ale'l-âde yol adımıyla tabi'î yürüyüşdür. Bunda adalât gergîn bulunmadığından vücûd o kadar yorulmaz. Evvelâ ökçe müte'âkiben taban yere basılır. Vücûd hafifce öne mütemâyil, omuzlar bir seviyede bulunur. Başını doğru tutub yürürken kollar hatvenin ahengine tabi'iyet eder.

Şu ta'rifât-ı umûmiyyeden başka her memleket kendi insanların teşekkülâtına elverişli bir yürüyüşü kabul etmişlerdir. İngilizlerin Toe and heel ökçe ve başparmak ta'bîr etdikleri bir yürüyüşleri vardır ki evvelâ bacağı ileri fırlatub ve ökçe yere temâs ederken gererek bi'l-ahere parmakları basarlar ve her hatvede vücudu esneterek yürürler. Yürüyüşü ilm-i vezâ'ifu'l-a'zâ nokta-i nazarından tedkîk edersek her hatvede dört ân ve zaman müşâhede ederiz. Dururken vücûdun sıkleti ayaklar üzerinde münâsafeten bulunur. Bu birinci zamandır. Sol ayağın ileri atıldığı farz edersek vücûdun ağırlığı sol ayağa tahmîl olunur. Bu ikinci zamandır. Bir hatveden diğesine geçerken vücûduna bir an için iki ayağada istinâd eder. Bu üçüncü zamandır. Geride bulunan sağ ayağı ileri atarak vücûd öne alınur. Bu da dördüncü zamandır. Yürürken vücûdun merkez sıkleti kalçada müdevver-i kebîrden geçen bir sath-ı şakûlî dâhilinde irticâc eder. Merkez sıkletin nâsıl tebdîl-i mevzû' etdiğini anlamak için hareketde bulunan bir adamın duvardaki gölgesine bakmalıdır.

Veber yürüyen bir adamın bacağı sâatin rakkâsına teşbîh ediyor.

Merdivene çıkmak yürümekden, bir yamaca tırmanmak merdivene çıkmaktan daha müşkildir. Bir yamaçdan inmek ise hepsinden güçtür. Alp Dağlarının tepesine çıkan

seyyâhlar çıkmaktan ziyâde inmekde düçâr-ı müşkilât olurlar. İnsan yürürken câzibe-i arzıyye istikâmetinde münâvebeten ayaklarını ileri atarak kolaylıkla kat'-ı mesâfe eder. Hâlbuki bir merdiveni çıkarken ayak bütün sath-ı süflîsi ile câzibe-i arzıyyeye mukâvemet için zemîni âdetâ iterek vücûdu yukarı alır. Burada ayağın sarf ettiği kuvvet-i za'f nisbetindedir. Câzibe-i arzıyye kuvveti olmasa bile her ayağı yukarı atdıkcâ vücûdu da kaldırmak için bacaklar büyücek bir kuvvet sarfına mecbûrdur. Bir yamac çıkarken vücûdun ağırlığı tamamiyle parmaklar üzerine biner ki istinâd sathı küçüldüğü için müvâzenetde güçleşir. İnerken ise câzibe-i arzıyyenin te'sîriyle vücûd zaten sukûta mübâdildir. Binâen aleyh ökçe zemîni iterek o kuvveti tanzîm ve tahdîde sa'y eder.

İyi ve çok yürümek ne kadar ta'lîm ve idmâna muhtâc ise o fi'li ifâ eden ayakların da kavâ'id-i hıfz-ı sıhhate ri'âyeten bakılıb temizlenmeğe o kadr ihtiyâcı varır.

Ayaklar her gün sabunla yıkanub temizlenmeli. Tırnak ve parmak aralarında terden havasızlıktan hâsıl olan teressübâtı yıkamalıdır. Tırnakları sıcak suda yumuşatarak düz kesmelidir. Ayaklar bu sûretle temizlendikten sonra beş on dakîka güneşe, açık havaya ma'rûz bulunmalıdır. Ayakkabılarının da yürüyüşe dahl-i küllîsi vardır.

Ale'l-ekser şıklık meraklılarının modaya ittibâ'en giydikleri dar ve sivri potinlerden ayakları şekl-i tabi'îsini gâ'ib eder.

Parmakları üst üste biniyor. Küçük parmakların üstünde ve parmak aralarında nasırlar hâsıl oluyor. Nasırlar o kadar elîm o kadar müz'ic bir azâb tevlîd eder ki o acıyı bi'z-zât çekmedikce derecesini ta'yîn mümkün olamaz. İyi bir ayakkabı ne pek geniş ne de pek dar olmalı. Ayağın şekline tevâfuk eden ucu geniş ökçesi alçak Amerikan potinleri şerâ'it-i sıhhiyyeyi câmi' olduklarından şâyân-ı tavsiyedir.

Hazımsızlıktan ale'l-husûs âlâm-ı asabiyyeye mübtelâ olanlar yürümeğe herkesden ziyâde muhtâcdırlar. Yürümekden daha latîf, daha sıhhî, daha tabi'î bir idmân yoktur. Jan Jak Russo (Jean Jacques Rousseau) bir eserinde: mâşiyen dolaşmayı hayvanla seyâhate tercîh ederim ve yürümekden daha ziyâde müstefid ve zevk-yâb olurum diyor. Fî'l-hakîka sahrâlarda büyük gezintiler yapmak muhassenât-ı adîdeyi câmi'dir.

İnsan bir tarafan menâzır-ı latîfe-i tabi'atı temâşâ eder. Diğer taraftan sâf ceyyid bir hava teneffüs eyler ki bu sûretle hem rûhen hem cismen o meşy ve hareketden müstefid olur.

Büyük gezintiler yapıldığı vakit mesâfeyi tedricen arttırmak ve birden bire kırk elli kilo metroluk yol yürümeğe kalkışmak lâzımdır. Paris'e, Berlin'e, husûsiyle Londra'ya seyâhat edenler benimle beraber i'tirâf ederler ki o memleketlerin insanları

bizim gibi yürümüyor onların seciyyeleri gibi yürüyüşleri de başkadır. Hatta insan, medeniyette tekâmül etmiş bu akvâmın arasına ilk dâhil olduğu zaman önce birkaç gün âdetâ sersemliyor. Zann olunur ki hepsinin gâyet müsta‘cel bir işi var. Farz edelim vazîfeye veya iş başına vakt-i mu‘ayyeninde yetişmek için böyle yürüsünler; fakat iş olmadığı günde böyle. Londra’da Sadi Bey’le bir Pazar günü Hayt(Hyde) Parka gitmek üzere otelden çıktık “Trafalgar Square” denilen altı yol ağzına gelinceye kadar dikkat etdim arkamızdan gelen kadın erkek bizi muttasıl kakışdırıyorlardı. Bize yavaş yavaş yürüyerek tatlı tatlı musâhabe ettirmeyeceklerini anladım ve Sadi Bey’e dedim ki;

- Haydi bari biz de onlar gibi koşar adımla yürüyelim. Adımlarımızı sıklaştırdık cereyâna tabi‘ olduk ve böylece muşta yemekden kurtulduk; kurtulduk amma dilimizde bir karış dışarı çıktı. O gün hiç unutmam o meydânda “Nelson” nâmına rezk edilen kırk dört metre irtifâ‘ındaki âbidenin tâ dibinde ricâl-i siyâsiyemizden bir pîr-i muhtereme tesâdüf etmiştik; beyaz sakalını eline almış sel gibi akub giden halkı dalgın dalgın temâşa ediyordu. Yanına takarrüb etdik hayretle bize o kaynaşub giden insanları göstererek:

- Bu ne hâl ya hu! Dedi.

Hâlbuki yine bir gün İstanbulumuzu ziyârete gelmiş olan bir Rus kadını iki sene mukaddem Odesa vapurunda bize dâir ihtisâsâtı bana anlatırken şöyle demişdi: “Sultan Ahmed’in, Ayasofya Meydan’ından hangi sâatde geçdik ise kahvehâneleri adamlarla dolu gördük. Kocamla o küçük hasır iskemlelere biz de oturub birer kahve ısmarladık. Az çok şekil ve kıyâfeti biri birine benzeyen o insanların hiç birinin gözlerinde bir eser-i hayât yokdu. Bir kısmı dalgın, bî-hareket nargilesini ütdürüyor, bir kısmı kâse şeklinde yuvarlak fincanlarla gözlerini süze süze kemâl-i iştihâ ile kahvelerini içiyordu. Hemen hepsinin elinde sigara vardı. İçlerinde zâbite benzer adamlarda gördük, hepsi de hayâtdan memnûn gibi görünüyordu. Biraz ötede beline kirli bir peştemâl bağlı kahveci elindeki maşayı şakırdatarak bir edâ-yı mahsûs ile bir şeyler bağırıyordu.”

Evet, oturmak bizde artık ezvân/ezvâk-ı umûmiyye şeklini almışdır. Bir arkadaşımızı evimize da‘vet ettiğimiz zaman.

-Akşama gel de oturalım! Deriz, içimizden biri bir yere gitmek istese mâni‘ olur:

-Adam otur! Üşenmeden nereye? Deriz.

Birkaç genc iki sâatlik bir meşiyet yapmak fikrinde olduklarını söylediler.

- Allah akıllar versin bal kabağından olmaz deriz.

Hülâsa evde otur! Kalemde otur! Kahvede otur! Otur! Yine otur! Ve’s-selâm.

Hâlbuki nâsıl bir rehâvet kanımıza, iliğimize işlemiş bilinemez hayâtın hareketle kâ'im olduğunu teslim ettiğimiz hâlde bu uyuşukluk hayât-ı ictimâ'iyemizin her safhasında mütecellîdir. Bütün zihniyetimiz şu beyitle ifhâm edilebilir:

Erişir menzil-i maksûduna âheste giden

Tiz refât olanın pâyına dâmen dolaşır

Etrâfımızdaki milletler yürüyor, bir sa'y-ı muttaridle kemâle doğru yürüyor. Biz hâlâ kızımızı medh ü senâ ederken: "MaşaAllah pek söz dinler anasının dizinin dibinden ayrılmaz." Ve oğlumuzun mekârim-i ahlâkiyesinden bahs ederken: "pek uslu, pek hulûkdur, otur denildiği vakit gık demeden yerinden kımıldamaz." Deriz. O çocukların ilerüde ne şekil insan olacağını bilmek isterseniz Ramazan geces Direklerarası'nda peyâsa/piyâsa eden ve çay hânelerde istirahat-ı güzîn olan halkı seyr ediniz. Bu kâfidir.

Vâkı'a vesâ'it-i münâkalâtın günden güne tekessürü Avrupalıları dahi kısmen oturmağa mahkûm ediyorsa da onlar bunu telâfi için pazarları kırlara, parklara fevc fevc koşuyorlar. Fakat bizki esâsen yürümekden zevk-yâb olmuyoruz, yarın elektrikli tramvaylar, otobüzler/otobüsler, metropolitenler İstanbul'da dahî te'essüs ederek bizi kolayca ve ucuzca bir mahalden diğerine nakl ederse acaba yürümemizi unutmazmıyız diye şimdiden endişe ediyorum.

İnsanın fa'âliyet-i cismâniyyesi düşünöldük de ilk hatıra gelen mümârese hiç şübhe yokki yürümekdir. Hatta ba'zı kimselerin fikrinde yürümek en nâfi' ve en muvâfık bir spordur. Çünkü ma'lûmdur ki ale'l-umûm sporlarda en genc ta'yîn-i mikdâr "dosage" mes'elesidir. Yürüyüşlerde bu pek kolaydır. Düz bir mahalde serî' veya aheste gezintiler yaparak istenildiği kadar kuvvet sarfiyla sıhhate nâfi' bir riyâzat-ı cismâniyye olabildiği gibi dağlara, bayırlara tırmanıldığı hâlde en zor, en şedîd idmânlar sırasınada geçebilir. Fakat öyle herkesin zann ettiği gibi vücûdun kuvâsının ahengini istihsâl ve idâme edecek bir mâhiyetde değildir. Ekseriya şişmanlıktan müşteki dostlarım bana, her gün sabahdan akşama kadar ayak üzerinde oldukları hâlde yine semîrdiklerini yana yakıla anlatırlar. Bilmezler ki yürümek kanın deverânını teshîl etmekle beraber ahşâ'-yı dâhiliye üzerine pek az icrâ-yı te'sîr eder. Dağlara, bayırlara tırmanmak ise her kişinin kârı değildir. Ciğerlerin ve bi'l-hâssa kalbin çok sağlam olması şartdır. Kadınlar ve ihtiyârlar için pek sıhhî ve nâfi' olan yürüyüş delikanlılar için gayr-i kâfidir.

Spor nokta-i nazarından yürüyüşün iki nev'i vardır:

Biri sür'at diğeri tahammül yürüyüşüdür. Yürüyüşlerde hatvelerin tûlü insanların boyu ile mütenâsibdir.

Boyları 1,65:1,70 olanlarda hatvelerin tûlü 0,75:0,80 arasında tahallûf eder. Yürüyüşün sür'ati arttıkça hatvelerin de tûlü büyür fakat hatvelerin mikdârı dakîkade 140'ı geçince tûlleri de ma'kûsen mütenâsib olarak küçülür.

Sür'at müsâbakalarında dakîkade 130:140 hatve atılır. Yürürken vücûd şâkûli bulunmalı ve evvelâ ökçe yere temâs etmek üzere öndeki bacağı dâimâ germelidir. Yürüyüşün sür'ati hadd-i a'zamîyi geçince jimnastik adım yürüyüşe münkalib olur. Bi't-tabi' o vakit hükm-i müdâhale eder.

Tahammül müsâbakalarında vücûd öne mütemâyil bulunur. Ve diz hafifce kırık olara ayak bütün tabanıyla yere temâs eder. Dakîkade atılan hatvelerin mikdârı 120:130 arasındadır. Yürürken fi'l-i teneffüsde hatvelerin sür'atine göre tanzîm edilir. Ba'zen dört ba'zen beş hatvede bir nefes alınır.

Hatvelerin tûlü 0,75 olduğuna göre dakîkade 110 hatve atmak şartıyla 82 buçuk metre kat' edilir.

Hatvelerin tûlü 0,85 olduğuna nazaran dakîkade 130 hatve atmak şartıyla 110 buçuk metre kat' edilir.

Birinci şıkka nazaran bir sâatde 4 kilometre 95 ve ikinci şıkka göre bir sâatde 6 kilometre 630 kat' etmek mümkün olur.

Fransa'da iyi maşîlerden biri geçen sene on yedi sâatde yüz kilometre yürümüşdür.

İyi yürümekden bahs ettiğimiz sırada yaya devr-i âlem seyâhati icrâ edenleri de hatırlamamak, binlerce kilo metroluk mesâfeyi kat' ile dünyayı dolaşan seyyâhları nazarı takdîr ve hayretle alkışlamamak kadar nâ-şinâslıktır. Bunlardan en ziyâde şöhrete mazhar olan Gallo (Gallot) nâmında bir Fransızdır. Mûmâ-ileyh Amerika, Afrika ve Avrupayı başdan başa dolaşmış ve 200,000 kilometre mesâfeyi kat' ederek altmış dokuz şehâdetnâme, kırk varaka-i takdîriye üç altun, yirmi altı gümüş, kırk yedi tunc madalyaya nâ'il olmuşdur. Gallo bir müsâbakada 72 sâat zarfında 327 kilometre kat' eyleyerek "Rikor de Mond" nâmını kazanmıştır.

## ESKRİM

"Bundan on sene mukaddem Sultan Abdulhamid devrinde yazılmışdır."

Birçok hayvanâta nisbeten hilkaten daha za'îf, daha kuvvetsiz yaratılmış olan insanlar daha hâl-i ibtidâ'iyede hayvânât-ı vahşiyenin tecâvüzâtına karşı tehaffuz için evvelâ odundan, sonra taşdan nihâyet ma'denden esliha i'mâlini düşünmüşlerdir.

Hindistan'da esliha isti'mâli hakkındaki usûl-i ta'lîm ketb-i diniyyelerinde mûndericidir. Hâlâ asâr-ı atıkadan ma'dûd olan ma'bûdlarının ellerinde kılıc, kârgı, balta, lobûd(lobut) gibi otuz iki nev' silâh görülmektedir. İlk silâh mu'allimleri brahmânlar olmuştur. Bunlar ta'lîmleri şehir meydânlarında icrâ ederlerdi. Mısır-ı kadîmde kılıcdan ziyâde değnek ta'lîmleri, cirîd oyunları icrâ edilirdi. Heyâkil kadîme-i Mısıriyyenin ekserîsinin ellerine birer değnek bulunması da bunu ifhâm ediyor.

Terbiye-i cismâniyye ile harb oyunlarının Yunan-ı kadîmde pek mergûb olduğu ma'lûmdur. Bidâyetde kadîm Yunanistan'da erkek ve kadınların yalnız kuvvetle tenâsüb aradığı târîh kitâblarında mestûrdur. Şân dumarislerde(?) yapılan, cendilik, kılıc kalkan ve güreş idmânlarının hepsinde bu fikir var idi.

Halk o müsâbaka meydânlarına terbiyeli, mütevâzî' oldukları hâlde giderlerdi. Hele Ispariyatlar(?) kılıc oyununda, cendilikde en mâhir idiler. Denebilir ki kılıc ta'lîmi bilmek o zaman bir vazîfe-i vataniyye imiş. Hâlâ Gladyatörlerin, herköllerin nîm uryân heykellerinde ya kırık bir kılıc ya bir hançer, ya bir kalkan görülmektedir. Her dört senede bir kere icrâ edilen olimpiyad müsâbakalarında kılıcını mahâretle isti'mâl edenlere defne dalından bir alâmet-i iftihâr verilirdi.

Kadîm Yunanîlerin kılıcı iki yüzü keskin ve avcı sporu olub hem kesmek hem devretmek için kullanılırdı. Sonraları muhtelif şekil ve cesâmetde kılıclar i'mâl olunmuştur.

Homer'in ta'rîfince kılıc iki yüzü keskin uzun bir silâhdır. İlyadasındaki fikra-i âtiye bu husûsda bir fiir verir.

“Likon ile Penele yekdiğerine savlet ederler şiddet-i mehâcimedden mızraklar kırılır. O zaman kılıclar çekilir Likon bir hamlede hasmının başındaki miğferi parçalar. Fakat şiddet-i darbe ile kolu kırılır. Penele mukâbil bir dürtüş icrâ ederek Likon'un boynunu deler.”

Kadîm Yunanîler esliha isti'mâline mahsûs mektebler binâ eylemişlerdir. Orada taklîd-i mübârezeler tertîb edilir ve esâs müdâfa'ayı kalkan teşkil eylediğinden o kılıca nisbeten daha ehemmiyetli imiş bir adamın kalkânının elinden düşmesi pek ma'yûb imiş. Muhârebede vefât edenlerin cesedini kalkan üstünde taşırlarmış.

Ispartalılardan birinin vâlidesinin:

Ya beraber ya üstünde gel! Sözü meşhûrdur. Muhârebede bir Ispartalı kalkansız harb etdiğinden düçâr-ı mücâzât olmuştur. Görülüyor ki kâ'ide hâricindeki cesâretin kadîm Yunanîler indinde bile hiçbir kıymeti yokmuş.

Zaman-ı sulhde kadîm Romalıların yegâne meşgalesi harb oyunları idi. Hâlâ harâbesi meşhûd olan Kolîze’de o zamanlarda masâri’alar, yarışlar, kılıc oyunları, pijulalar tertîb edilirdi. Kadîm Romalıları eskrimde zırlı libâs giyerler ve ağır kılıc kullanırlardı. Meydân-ı mübârezeye çıkmaya hâzırlanan bir süvâri ancak üç kişinin mu’âvenetiyle hayvana irkâb edilirdi.

Bunda o kadar ifrâta gittiler ki vücûd serâpâ demirle techîz edilmiş bir hâle getirilmişdi. Meşhûr Çiçeron kılıc, kalkan, zırh ve miğferden bahs ettiği sırada bunlar bir bargirân değildir; efrâd kendi elleri ve kolları kadar o techîzâtın sıkletini hiss etmezler. İdmânlı bir adam ağır kılıcı kendi kolu gibi kemâl-i suhûletle kullanır demişdir.

Roma’da eskrim bir hüner, bir ma’rifet olarak oyun eğlence sûretinde de ta’lîm edilmişdir. Hattâ o kadar revâc bulmuşdur ki isti’mâl-i eslihada kadınlar bile hayli kâbiliyet ibrâz eylemişlerdir. Meşhûr Juvenal bir eserinde zırlı libâsın, miğferin sıkleti altında o nârin vücûdların harekâtındaki sür’at ve metânete hayran olduğunu zikr eylemişdir.

On altıncı asır evâ’iline kadar mübârezelerde sol el dâimâ kalkanla mücehhez bulunmuşdur. Kılıc ta’lîmlerinin ilk mu’allimleri İspanyollardır. O zamanın en meşhûr kılıc mu’allimi olan Perpignanlı Phones sol elin yalnız müdâfa’aya munhasır kalmasını tecvîz etmeyerek kalkan yerine kama isti’mâlini tatbîk etmişdir.

İspanyollardan sonra İtalyanlar eskrimi bir san’at-ı mübâreze hâline koymuşlardır. İki yüzü keskîn ve avcı sivri-şimdiki kasâtura tarzında olan- nâmlıyı ıslâh etmişler ve kılıcın sür’at-i hareketini ve suhûlet nüfûzunu te’mîn için süngü tarzında üç yüzlü ve oluklu i’câl ederek yalnız dürtmek husûsunda isti’mâl etmişlerdir. Hâlâ bu gün o kılıcın biraz incesine “meç” nâmı verilir. Dürtüş uruşa(vuruşa) nisbeten daha kolay ve daha mü’esser olduğundan epe usûl-ı mübârezesi pek ziyâde ta’ammüm ederek eskrim ta’biri âdetâ meç ta’lîmine ilm olmuşdur. Zâbit sınıfının kullandığı kılıcın yalnız bir yüzü keskîn, ucu sivri ve eğeri olub kesmek husûsunda isti’mâl edilmişdir. Fransa bu nev’ kılıcını ordusuna kabul etmişdi.

Kılıc usûl-i mübârezesi epe ta’lîmine nisbeten daha yenidir. 1570’de İtalya’da epe ta’lîmi nazariyyâtına dâir ilk eser neşr eden “Marozzo” olmuşdur. Marozzo’dan sonra Kaizo(Caizo) ve Telmizi Jarnak(Jarnac) ve Pompedok(?) Danijunek(?) Mu’allimi Silva(Sylvie) isti’mâl-i eslihada teferrüd etmiş mu’allimler idi.

On yedinci asrın evâhirinde meşhûr kılıc ta’lîmi mu’allimlerinden İtalyan Vijiyani, Fabrisi, Kapuforon’un usûl-i mübârezeleri zamanına göre meşhûr idi.



Meç ile eskrim

Sağ ayağı ileri atmak sûretliyle hamle etmeyi ilk te'sîs eden mu'allim Jigantidir. İtalyan Enjelo'nun eser-i meşhûru 1763'de neşr edilmiştir.

Fransızlar epe usûl-i mübârezesini İtalyanlardan iktibâs ile gerek kılıçlarda gerek sûret-i isti'mâlinde ba'zı ta'dîlât icrâ etmişler ve bu vechle eskrim iki şu'beye ayrılarak birine İtalyan, diğere Fransız usûl-i mübâ[re]zesi nâmı verilmiştir.

On yedinci asır nihâyetlerinde Fransızlar epe ile bir hâzırlık ta'lîmi icrâ etmek üzere meç ta'bîr edenler gâyet ince şiş gibi nâmlıyı icâd ile usûl-i mübâreze de yeni bir çığır açmışlardır.

1766'da Paris'in meşhûr meç mu'allimi Dane eskrim hakkındaki eser-i ma'rûfuyla Avrupa'daki eskrim meraklılarının nazar-ı dikkatini celb etmiştir. Mûmâ-ileyh eskrimde maske isti'mâlini ilk def'a olarak tavsiye eylemişlerdir. Mübârezelerin esnâ-yı ta'lîmde hamleleri daha emniyetle icrâsını te'mîn eylemiştir. Meçlerin eski büyük kabzalarını da ta'dîl ederek kulaklı kabzayı icâd eylemiştir.

1847'de neşr edilen Gavamer(Gadamer)'in eskrimi hamle ve siperler ile süngü ta'lîmine dâir ma'lûmât-ı mufassalayı hâvîdir. Yirmi seneden beri Fransız usûl-i mübârezesi İtalyan usûl-i mübârezesinden büsbütün ayrılmıştır. Ve bu iki usûl hakkında bir kıyas yapılırsa denebilir ki İtalyan eskrimi istihsâl-i maksad için ya'ni hasmı mağlûb etmek için Fransız usûlüne fâ'ik ise de Fransız eskrimi de san'at-ı mübâreze i'tibâriyle ihtivâ eylediği incelik ve zarâfetle İtalyan eskrimine tefevvuk eder. İngiltere'de mu'allimlik eden Mösyö Berteran(?) ile Mösyö Morinyak Fransız usûl-i mübârezesinde bir eser teceddüd göstererek birçok Asu(Assaut)larda muvaffak olmuştur. Fransa'da Sen

Nehri üzerinde Javanovil Şehrinde eskrim ve jimnastik ta'limine mahsûs mekteb-i askerî vardır.

İtalya'da dahi Roma Şehri'nde yalnız meç kılıc mu'allimi yetiştirmek üzere bir mekteb vardır ki yirmi seneden beri müdürîyeti eskrim mu'allimi Mazanillo Pariz(Parice)'in uhdesindedir. Mu'allimin "Meç ve kılıc" usûl-i mübârezesi nâmındaki eseri meşhûrdur. Paris'de icrâ edilen mübârezelerde birinci mükâfâta nâ'il olan Şovalye Peyni(?) ile Kont Sanmelato ve Avusturya-Macaristan'da İtalyan eskrimini neşr ve ta'mîm eden Mu'allim Barbazenti en şöhret-şi'âr mu'allimlerdir.

Avrupa'da usûl-i mübârezeye dâir neşr edilen âsâr içinde en ziyâde mazhar-ı takdîr olarak birkaç sene mukaddem Almancaya ve geçen sene Fransızca tercüme edilen Barbazenti'nin eskrimi bir eser mergûbdur.

Mûmâ ileyh eserin mukaddemesindeki: "eskrimi iyi öğrenmek için yalnız ta'aruzun ân ve zamanını intihâb etmek kâfi değildir. Cümlenin bütün netâyic ve avâkıbını tahmîn ve ta'yîn etmek lâzımdır ve bu kuyûd-ı ihtiyât-kârâne yalnız kılıcını mahâretle kullanan ve mübâreze karşı değil, bir mübtediye karşı da böyle basîretkâr bulunmak iktizâ eder. Ma'mâfih nazariyyâtın te'sîs eylediği kavâ'id herkes için dustûr-ı amel olamaz. Bu bâbda yalnız bünyenin değil mizâcında dahl-i küllîsi vardır. O hâlde denebilir ki usûl-i ta'lim şahsa göre değişir. Her vücûdun nevâkısını ta'dil ve ıslâh edecek adalâta muktezî şiddet-i kuvveti verecek, mübtedînin cesâretini tezyîd edecek ta'limleri öğretmek mu'allimin zekâ ve dirâyetine tecârüb ve ma'lûmâtına mevdû'dur." Sözleri muharrerdir.

Eskrimin hülâsa-i târîhiyyesini beyândan sonra spor nokta-i nazarından lüzûm ve ehemmiyeti hakkında da birkaç söz ilâve edelim: kılıc veya meçle mübârezenin sâir alt jimnastiklerinden mühimce bir farkı vardır. Jimnastik yaparken insan vücûdunu kolları i'ânesiyle yukarı kaldırmak ve muhtelif vaz'iyetlerde idâre etmek için sarf ettiği mesâ'inin karşısında ufki ağac jimnastik çerçevesi gibi bir cism-i câmid bulunur. Hâlbuki mübârezede insan rakîbini mağlûb etmek onunla uğraşarak isbât-ı mahâret etmek ister güreş, boks, yarış idmânları bu kabîldendir. Binâen aleyh çalışmak için en güzel müşevvik insanın karşısındaki rakîbi olur.

Hamle ve sporların ileri ve geri sıçramaların baldır, uyluk ve adalât-ı fahziyyenin neşv ü nümâsına hizmet ettiği gibi vücûdda enîklik ve çevikliği hâsıl eder. Uruş(vuruş) ve sporlar sâyesinde ise kol ve omuz ve göğüs adalâtı kesb-i kuvvet eder.

Eskrim düello etmek veya adam öldürmek maksadıyla değil sıhhî bir jimnastik fâ'ideli bir eğlence tarzında veya spor olarak öğrenmelidir.

Avrupa'da en küçük şehirlerde bile kadın ve erkeklerin usûl-i mübârezeyi öğrenmelerine mahsûs eskrim salonları vardır.

Bütün fütûhât-ı İslâmiyye'nin kılıcyla vukû'a geldiğini düşünür ve ecdâdımızın o silâha atf eylediği ehemmiyeti der-hâtır edersek avcılık parçasını hürmetle sevmek ve usûl-ı isti'mâlini öğrenmek lâzım olduğunu tasdîk etmekde tereddüd etmeyiz. Hatta an'anât-ı asliyye miyânında kılıc ve kalkanı da yeniden ihyâ etmek mâzimize olan merbûtumuzu göstermek lâzımdır. Fakat bu gün Avrupa'da icrâ edilen beyne'l-milel eskrim müsâbalarına iştirâk edebilmek için "Flora" ta'bîr edilen "meç" ve "epe" ta'bîr edilen "düello meçi" ve sâbir denilen kılıc mübâzelerini usûl-i vechle bilmemiz ve bilmeğe çalışmamız elzemdir.

### **JAPONYA'DA SPOR-JAPON GÜREŞİ- CİYU CİTSO (Jiu-Jitsu)**

"Sultan Hamid Devrinde Yazılmıştır."

Rus-Japon muhârebesinden sonra askerlikde olduğu gibi şu'abât-ı fûnûnun herbirinde büyük bir eser-i terakkî ve teceddüd göstermişlerdir.

Japonlar sporda da Avrupalılardan geri kalmamışlardır. Jimnastiği daha Avrupa ile temâsda bulunmadan evvel husûsî ve resmî mekteblerinin programlarına kabul etmişler ve doğrudan doğruya hayata ta'alluku olan bu ehemmiyetli dersi muktedir bir hey'et-i tefîşiyenin nezâret-i dâimesine tevdi' etmişlerdir. Ondan mâ'adâ her sınıf ahâlinin terbiye-i cismâniyyesine hâdim olmak üzere muhtelif şehirlerde jimnastik salonları, spor kulüpleri te'sîs eylemişlerdir. Bunların en mükemmeli 1890'da Tokyo'da te'essüs eden (Nipon tai Ikukai) Nipson tay Ikokay Kulübüdür 28,000 a'zâsı vardır ve müdâvimlerin ekserîsi Japonya'nın en kibâr âilelerine mensûbdurlar. Her a'zâ yalnız bir def'aya mahsûs olmak üzere takrîben elli gurûş ve mâhiyye iki gurûş vermeğe mecbûrdur. (Tokitiro Hytaka) Tokitiro Haytaka nâm-ı zâtın ifâdesine göre Japonya'da spor merakı son on beş seneden beri çok ileri gitmiş. Güreşmeyen bir köylü, ciu-citsu (Jiu-jitsu) bilmeyen bir şehirli, yüzmeyen bir gemici nazar-ı hakâretle görülmekte imiş.

Japonlar kuvâ-yı cismâniyyenin tezâyüd ve inbisâtına hizmet eden birçok oyunlar, ta'lîmler, icâd eylemişlerdir. Yine o zâtın ifâdesine göre İngiliz ve Amerikalılarca pek ziyâde mazhar-ı takdîr olan futbol (foot-ball) oyununu Japonlar'da dahi eskiden beri oynanmakta imiş.

Japonlar kuvvet ile çevikliği, i'tidâl ile cesâreti yekdiğerine mezc etmeyi pekiyi bilirler. En ziyâde sevdikleri sporlardan biri de “hayvanla top oyunu”dur. On süvâri kırmızı on süvâri de beyaz elbise giyerek ellerine uzun sııklar alırlar ve yerde bulunan bir topu şiddetli darbelerle her iki taraf mukâbil cihete sevke çalışır. Bu oyun biraz İngilizlerin “Polo”suna benziyor. Fakat poloda esâsen şarkındır. Acemlerin “gûy û çevgân” dedikleri oyun bu idi. Gûy top; çevgân dahî o topu yerde yürütmek üzere süvârinin kullandığı ucu tokmaklı bir değnektir. Bu oyun –Acem’den Hin’de muhâceret eden Parsîler vâsıtasıyla on iki asır evvel –Hin’de intikâl ve orada intişâr etmiştir. Hatta bu gün polo oyununun en mâhir süvârisi bir Hindli Prensdir. Bu zât Amerikalı ve İngilizlerden en meşhûr oyuncular; mât etmiş ve bin bu kadar def’a vâkî’ olan oyunda bir kerre yenilmemiştir. Bu oyunu İngilizler Hindlilerden almışlardır. Mahâret ve binicilik i’tibâriyle bizim cirîd oyunu ile hem-ayardır.

Japonlar yüzmek husûsunda pek mâhirdirler Sumidgavva Nehri üzerinde ahîren inşâ eyledikleri cesîm bir dâire-i sibâhat kendilerinin yüzmek sporuna ne kadar meraklı olduklarına bürhân-ı celîdir. Pek yüksekten suya atılmayı, müddet-i medîde su altında kalmayı, elbise ile yüzmeyi ta’lîm ederler.

Japonlar güreşe de meraklıdır. Tokyo’da senede iki def’a sûret-i mahsûsada güreşler tertîb edilir, vilâyet-i muhtelifeden gelen pehlivânlar kadın, erkek binlerce halkdan müteşekkil temâşâgerânın karşısında güreşirler. Bu musâra’aya eğlenceleri dokuz gün devam eder. Pehlivânlar ale’l-ekser avâmdandır.

Bunlar herkesin zann etdiği gibi ufak tefek adamlar olmayub ekserisinin sıkleti yüz kilodan aşağı düşmediği gibi vücûdları kalın, boyları da uzundur. Güreşirken gâyet sağlam ketenden ma’mûl bir kısa pantolon ile dirseğe kadar geniş yenli bir ceket giyerler. Güreşde yakadan paçadan tutmağa müsâ’ade olunur. Güreşlerin envâ’-ı muhtelifesi vardır. Bunun cins ve nev’ini musâra’aya başlamadan ta’yîn ederler. Bunlardan ba’zılarını ta’rîf edelim:

- 1- Pehlivânlar birbirinin boynundan yakalayub bir mengene şiddetiyle yekdiğerini sıkırlar. Gâlib gelen hasmını boğmak derecesine getirüb bunaltarak başından aşırub atmağa mecbûrdur.
- 2- Pehlivânın biri yere yatar ve dizlerini bükerek yukarı, diğeri belini hasmının dizleri arasına kor. Yerdeki bütün şiddet-i kuvvetiyle dizlerini sıkır. Öteki ise kendini kurtarmağa gayret eder. Ellerini birbirine dokundurmayarak

uğraşırlar. Nihâyet ya ayaktaki kendini kurtarır veya yerdeki dizleri i'ânesiyle hasmını yere düşürerek mağlûb eder. Bu güreşin bir misli eski Yunanlılarda vardı, Krotonlu Milon(Milo) arka üstü yatar, iki yumruğunu karşılaştırarak dimdik yukarı uzatır ve kimse ayırmağa muvaffak olamazdı!!

Bu güreşlerden başka Japonlar'da hasmın sûretini tamamıyla yere getirmek veya pest dedirmek sûretiyle olan güreşlerde vardır. Bunlar bizim Türk'ün güreşine benzer. Güreşe başlamadan evvel iki pehlivân ellerini göğsüne koyub birbirini selâmlarlar ve güreşte hile ve desîse etmeyeceklerine yemin ederler. Japonları kendi usûl-i musâra'alarında yenmek gayr-i kâbidir. Bundan iki sene mukaddem Paris'de icrâ edilen "profesyonel" güreş müsâbakalarına Japonlar'da iştirâk etmiş ve kuvvetce, cüssece kendilerine çok fâ'ik olan Rus pehlivânlarının iki dakıkada sırtını yere getirmişlerdi. Hatta içlerinden mutavassıt derecede kuvvetli i'tibâr edilen Ra-ku nâmında bir Japon pehlivânı kendisini yenmeğe muvaffak olana 2,500 ve karşısında beş dakîka ayakda tahammül edebilene 500 Frank bir mükâfât va'd eylemiş, Alambra(Alhambra) Tiyatrosunun sahnesinde bir aşağı beş yukarı yarım sâat mütemâdiyen dolaşdığı hâlde kimse karşısına çıkmağa cesâret edememişti. Japonlar Avrupa'da alâfranga güreşlere hiç biz zaman iştirâk etmemişlerdir. Bi'l-akıs Avrupalılar bilmedikleri hattâ büsbütün bîgâne oldukları Japon usûlünde güreş etmeğe çalışmışlar ve tabî'atiyle yenilmişlerdir. Hâlbuki bizim Türk pehlivânları Avrupa'ya gitdikleri vakit iştirâk eyledikleri musâri'alarda hep alâfranga güreşmişler idi.

Japonların bir de Jiu-Jitsu ciu-citsu ta'bîr etdikleri ve yine ceket pantolonla icrâ edilir bir başka nev' musâra'aları vardır. Bunu Japon güreşinden tefrîk etmelidir. Ciu citsu bir tecâvüz vukû'unda silâhsız müdâfa'a-i nefis için bilinmesi muktezî bir tâkım can yakıcı oyunlarla hilelerdir.

Ciu citsu Japon gençlerinin başlıca eğlencesidir. Bir ingiliz centilmenin boks bilmesi nasıl lâzım ise, bir asîlzâde Japonyalının da ciu-citsu bilmesi elzemdir. Ciu-citsu kelimesinin ma'nâ-yı lugavîsi "adale kıran" demektir. Bu tehlikeli oyunda esâs hasmın ba'zı adalât ve mefâsılını parmaklar ile tazyîk ederek onun bir uzvunu muvakkaten veya bütün bütün amelden sâkit etmektedir. Bu san'at-ı mübârezeyi öğrenmek için biraz teşrîh bilmek lâzım olduğu gibi a'zâ-yı bedenin birer manivela hükmünde olması hasebiyle onların muhtelif vaz'iyetlerinden istifâ ederek kuvvet ile çok iş görebilmek için mefâsıl ile evtârın nikât-ı iltisâkı ile sûret-i irtibâtını iyi bilmelidir.

Ciu citsunun en mühimm oyunlarından ba'zılarını ta'rîf edelim.

1- Japonya polislerinin hırsızlara karşı isti'mâl ettikleri:

Venez avec (beraber gel)dir. Sûret-i icrâsı: sol el ile hasmın sol bileğinin iç yüzünü sıkıca tutarak sol tarafa çekmeli ve sağ kolu anın sol bazusunun üstünde ve dirsek mafsalının altından dolaştırarak yine kendi bileğini üstten tutmalı. Bu sûretle hasmın sol kolu manivelânın taht-ı tazyîkinde kalır ki o manivela kolunun nokta-i istinâdı hasmın dirseği üstüne tatbîk edildiğinden artık kımıldanmasına bile imkân kalmaz.

2-Sol el ile hasmın ceketinin sol yakasını tutub sağ el ile de sağ yakasını mümkün olduğu kadar yüksekten âdetâ enseye yakın bir mahallde tutub her iki eli aks-ı cihete çekerek hasm inkitâ'-ı teneffüse uğratılır.

3-Sağ ve sol elin dörder parmağını hasmın yakasının içine sokarak başparmaklar ile de gırtlak üzerine şiddetle basılır.

4-Sağ ve sol ile bir ânda hasmın adale-i kassıyye-i terkoviye-i hilmiiyesinin yanından geçen şiryân-ı sübâtı (şah damarı) üzerine basarak cereyân-ı inkitâ'a uğratılır ve bırakıldığı ânda hasm sersem ve yarı baygın bir hâlde yere düşer. Bunlardan başka parmak bükme, kol kıvrıma, çelme atmak gibi elliye mütecâviz oyunları ve bu oyunları bozan müdâfa'alarda vardır. Bunlara kilid ta'bîr ediyorlar. Ta'arruz-ı fevka'l-âde bir sür'atle icrâ edilmedikce muvaffakiyyet hâsıl olamaz ve kilid lâzım olduğu noktaya tatbîk edilmezse hasm kendini kolaylıkla kurtarır. Anlaşıyor ki Japonların ciu citsusu İngilizlerin boksundan, Fransızların savatından çok tehlikelidir. Buna idmân etmek demek can acısına tahammül etmeğe alışmak demektir, bu da herkesin harcı değildir. Ciu citsu bilen bir Japonyalının en iyi boks bilen bir Amerikalıyı mağlûb ettiği bi't-tecrûbe sâbit olmuştur. Bizim pek çok zamandan beri bildiğimiz boyunduruk, kurd kapanı, baldır patlatan ve sâire gibi Türk oyunları Japonların ciu citsusundan pek de aşağı değildir.

Japonların sporu hakkında beyân ettiğimiz şu mülâhazâtdan bir mühim neticeye çıkarabiliriz ki asıl maksad da bu neticeye peyveste olmakdı. Bir musâri'in kuvveti, kâbiliyeti onu terkîb eden kuvâ-yı bedeniyye ve kâbiliyyet-i şahsiyyesinin muhassalasıdır.

Mikdâr-ı kuvvetden mâ'adâ şiddet ve dayanıklılık dahî en ziyâde ehemmiyetli hasletlerdir. Hattâ bu gün mikdâr-ı kuvvetden ziyâde şiddet ve süreklilik isteniliyor.

İşte Japonların elbise ile yüzme, deniz altında çok kalmak, kendilerinden daha kuvvetli kimseleri manivela hileleri ile mağlûb etmek gibi nikât-ı mühimmeye hasr-ı dikkat etmeleri lâyıkıyla isbât ediyor ki Japonların Jimnastikden maksadı sarf-ı amelîdir ve müdâfa'a-i hayâta masrûfdur. Eski Yunanîlerde gâye-i maksûd vücûd güzelliği idi.

Onlar kuvveti gzellikde arıyorlardı. Bunların hikmet-i riyâzâtı zahmete, meşakkate mukâvim, tetik, dayanıklı ve sürekli olmayı tavsiye ediyor. İngilizler de bu noktada Japonların fikrine iktidâ ediyorlar.

### ESKİ VE YENİ OLİMPİYADLAR

“Bir millet olimpiyad oyunları ile yaşar. Bir kavmi mahv etmek isterseniz en evvel stadyonlarını yıkınız.” Periklis

Bundan takrîben iki bin beş yüz sene evvel ya'ni milâddan asırlarca mukaddem Yunanîler “Olimp” tesmiye edilen bir vâdide ma'bûdlara mahsûs inşâ ettikleri mebâni miyânında bir müsâbaka meydânı vücûda getirmişler ve orada her dört senede bir Haziran ayında olimpiyad oyunları nâmı altında büyük şenlikler tertîb ederler imiş.



Stokholm'daki olimpiyadları seyreden halk.

O vakit bir takım küçük hükûmetlere münkasım bulunan Yunanistan o şenlikler münâsebetiyle orada ictimâ' edermiş. Bu merâsim Yunanistan'ın devr-i i'tilâsında ehemmiyetini artırmış. Olimpde tiyatrolar, ma'bedler, hamâmlar bağçeler vücûda getirilmiş müsâbakaların icrâsına mahsûs olan mahaller tarh ve tanzîm edilmiş oyunlar sporlar yarışlar ta'addüd etmiş. Meselâ ilk olimpiyadlarda yalnız yaya yarışları yapılırken

on sekizinci olimpiyaddan itibaren pentatlon(Pentathlon)lar te'sis edilerek müsabakalara daha bir vus'at verilmiştir. (Pentatlon muhtelif tecrübelerdir ki bunların hepsinde muvaffak olanlar bütün ma'nâsıyla bahâdır add edilirdi. Pentatlon yaya yarışları, atlamalar, disk atma, cirid atma ve güreşden tereküb eder.) yirmi üçüncü olimpiyada "pojila" ta'bîr edilen döğüşlü güreşle boks da kabul edilmiştir. Yirmi beşinci olimpiyada "şar" ta'bîr edilen iki tekerlekli araba yarışları da ilâve edilmiştir. Bu oyunlar milâd-ı İsa'dan dört beş asır sonraya kadar devâm etmiştir. Yunanistan Romalıların istilâsına ma'rûz kaldığı zaman olimp tahrîb edilmiş bi'l-ahere milâdın ikinci asrında Yunanîler aynı mahalde yine bir stadyon inşâsına muvaffak olmuşlar. Bu stadyonlarını da bizim ecdâdımız kahraman Türkler hâk ile yeksân eylemişlerdir.

Olimpiyad şenliklerinin te'mîn eylediği en büyük fâ'ide o zaman müteferrik bir hâlde yaşayan alnos(ainos)ları bu vesîle ile ittihâda da'vet etmek hem de o zamanın ihtiyâcâtından olan kuvâ-yı adaliyyenin neşv ü nümâsını te'mîne medâr olan riyâzat-ı bedeniyyeye halkı alışdırmak idi. Yunanistan'ın edvâr-ı mâziyyesine âid olan bu muvaffakiyâtın şimdiki Yunanîlere hiçbir ta'alluku olmadığı gibi yeni olimpiyadları yeniden te'sis eden şimdiki Yunanîler değildir. Spor âleminde yeni bir devir açan yeni olimpiyadların mücidi Fransa ağniyâsından Baron De Kobertin (Baron De Coubertin)dir. Böyle hayırlı bir teşebbüsde bulunmağa şimdiki Yunanîlerin ahlâkı, hayât-ı ictimâ'iyesi müsâ'id değildir. Zamanımızın en necîb, en müdekkik muharrirlerinden biri Yunanistan'a vâkı' olan seyâhatinde bu millet hakkındaki hissiyatını şöyle tasvîr etmiştir.

"Bugün Yunanlı denilince hâtıra gelecek şey ne Yunan-ı kadîmin ukalâ-yı seb'a-i meşhûresinden biri, ne Termopil (Thermopylae) Geçidinin üç yüz kahramanından biri, ne de Aristofaneslerden (Aristophanes), O ripidlerden (Euripides) Eskillerden (Eshilos) biridir... Bu gün bir "Yunanlı" eğer şehirli ise kadın, şarab, kumar arasında yuvarlanan bir züppe, Pol De Kok'un (Poul De Kock) romanlarındaki eşhâsdan biri eğer köylü ise bindiği merkebin yularını karısına çekdiren bir kaba, hodgâm-ı âdab-ı nezâfetden bî-haber bir mahlûkdur.

Şimdi Yunanistan'ın büyük şehirlerinden birinde bulunmuş iseniz



Stokolm'daki Stadyonun alçıdan numunesi



İsveç velâhdı müsâbakalarda mükâfâtları kendi eliyle veriyor.

Elbette dikkat etmişsinizdir: delikanlılar kollarında kitâb taşımaktan ziyâde metres taşımağa heveskârdırlar... Yolunuz Yunan karyelerine uğradıysa bî-şübhe görmüşsünüzdür ki bedmest bir köylü akşama kadar tarlalarda çalışan zevcesini siyah yumrukları altında eziyor. Bir şehirde bulunursanız Avrupa medeniyetinin bütün fenâ cihetlerini ammâ münhasıran fenâ cihetlerini görürsünüz: kahvelerde sokaklarda gelen geçene ma'nidâr bir sûretde kol vuran kadınların adedi şayân-ı hayret bir dereceye bâliğ olmuşdur; ekser hânelerde da'vet geceleri yemek masası önünde, armudla peynir arasında genc kızlar perde birûnâna mazmûnlar sarf ederler. Kızların bu tefevvuhâtına vâlideler mağrûrâne tebessüm ederler; hele salonlarda genc erkeklerin hâli pek gülüncdür. En mümtâzları tahammülsüz bir edâ ile Fransızca söylerler, ekserîsi için argo bir medâr

temeyyüz olur!... Yemek masalarında meyve tabaklarını iskanbil desteleri ta'kîb eder; buz hazm-ı ta'âm esnâsında servet-i mevcûdesinin sülûsânını gâ'ib edenler nâdir değildir. Kumârda hile bir kâ'ide-i umûmiye bir eser-i zekâdır; gaffâne bir hüküm-i tesâdüfe teslîm-i servet edenler Atina salonlarında tahmîk olunur!.. Fransa kumârbâzları arasında zebânzed olan –bir Yunanlı gibi hilekâr- sözünü bir teşbîh tehi zannetmeyiniz. İ'tikâdımca buna bir Yunanlı gibi hevâperest, bir Yunanlı gibi bedmest - ta'bîrlerini ilâve etmeli.”

Yeni olimpiyadların âlem-i medeniyete te'mîn eylemekte olduğu iyilikler eskilerin kat kat fevkindedir. Olimpiyad oyunları umûm milletler arasına bir varlık müsâbakasıdır. Meşher-i umûmîlerde nasıl her miller metâ' ma'rifetini teşhîr ederse, olimpiya oyunlarına da her millet en kavî, en mütenâsib en güzîde gençlerini gönderir ve kendi sancâğının altında mevcûdiyyetini, varlığını gösterir. Müsâbakalar dünyada mevcûd bütün milletler arasında icrâ edilir. İnzâr-ı umûmiyye muvâcehesine çıkan bu gençlerin hayât-ı mâddiyye ve ma'nevîyyeleri orada mihenk taşına urulur. Pür-galiyân spor zevkiyle yaşayan milyonca halk orada o milletin timsâl-i müşahhaslarını alkışlar, takdîr ve tebcîl eder, isimlerini resimlerini cihâna neşr ve i'lân eder. O millet böylece yükselir, i'tilâ eder. Ma'nen mâddeten milel-i sâire miyânında bir mevki' kazanır. Tertîb edilen muhtelif müsâbakalarda birinciliği ihrâz eden yirmi genç bilmelidir ki yirmi milyonluk milletin yüzünü ağatır. Yalnız müsâbakalara gönderilecek gençlerin kuvâ-yı adaliyyeleri nisbetinde terbiye-i ictimâ'îyye ve ahlâkiyyeleri de mükemmel olmasına dikkat etmelidir. Kaç def'a acı tecrübelerle öğrendik, hatta lisânımızda darb-ı meseldir: bir kötünün yedi mahalleye zararı vardır derler. Onun için bu husûsu nazar-ı dikkatden dûr tutmamalıdır.

Birinci olimpiyad 1896'da ya'ni bundan on beş sene evvel Atina'da tertîb edildi.



İsveç usûlüyle iktisâb edilen sıhhat ve kuvvet

Olimpiyad müsâbakaları bizim Okmeydânı gibi büyük vâsi‘ bir sahrâda icrâ olunduğunu zann etmemeli. Muhtelif yarışların icrâsı ve temâşâgerânın ahz-ı mevki‘ eyleyebilmeleri için ayrı yerler, yüzme müsâbakalarına mahsûs “pesin” ta‘bîr edilen havuzlar, at yarışlarına mahsûs mahaller inşâ ve tertîb edilir. Bunların hey‘et-i mecmû‘asını teşkîl eden mahall-i mahsûsun ismine Stadiun ta‘bîr edilir. Atina’daki stadyun beş milyon franka ya‘ni iki yüz elli bin Fransız lirâsına inşâ edilmiştir. Bu paranın elli bin lirâsı i‘âne-i milliye, iki yüz bin lirâsı da meşhûr Averof’un milletine hediyesidir. Eski olimpiyad meydânının harâbesi üzerine inşâ edilen bu mu‘azzam stadyunun dâ‘irenmâdar mermerden i‘mâl edilmiş olan tribünleri yetmiş beş bin seyirci istî‘âbe elvirişlidir.

Ne büyük bir ders-i intibâh beğenmediğimiz Yunanistan’da bir Averof zuhûr ediyor memâliki ecnebiyyede alınının teri ile âlem-i ticâretde bir milyoner olduktan sonra vatanında olimpiyad oyunlarına mahsûs bir mahallin inşâsı için iki yüz bin lirâ veriyor. Biz de mahalle mektebinde tahsîl etdikden sonra bir kaleme çerâğ olmak sûretiyle işe başlayarak yâveri-i tâli‘le memleketin en âli menâsıbına irtikâ eyleyen mâl ve mülk sâhibi olan bir sâhib-i servet memleketin en büyük marazî-i cehl olduğunu herkesden evvel takdîr ettiği hâlde milletin kîseden iddihâr ettiği paradan bir kısmını verüde İstanbul’da bir ibtidâ-i mektebi olsun vücûda getirmenin ne büyük bir vazîfe-i vataniye olduğunu takdîr etmek istemiyor. Yazık bu memleketin ağınyâsına Atina’da 1896’da ilk icrâ edilen

olimpiyad müsâbakaları on gün devâm etmiş dünyanın her tarafından gelmiş. Bir milyona yakın seyirciler huzûrunda otuz altı muhtelif milletin yirmişer otuzar genc, kavî, tahsîl ve terbiye görmüş âile çocukları mensûb oldukları kavmin yüzünü güldürmüş, âferinlerine mazhar olmuştur.

Fransa muhtelif mekteplerinden Atina'ya elli genc göndermiş, hükûmet bunların masârif-i râhiyelerine medâr olmak üzere on bin cem'ân on dört bin frank yedi yüz Fransız lirâsı tahsîs etmiştir.

Ondan mâ'adâ Fransa Harbiye Nezâreti ordudan on, bahriyeden beş zâbit göndermiştir.

İsveç Hükûmeti Atina'ya gönderdiği altmış mektebli, on zâbit için altmış bin frank ya'ni üç bin Fransız lirâsı tahsîs eylemiştir. Her millet hattâ Bulgar bile hâline göre bu mühim müsâbakalara iştirâkdan geri durmadı. Yalnız biz zavâllı Türkler bundan mahrûm kalmışdık. Çünkü devr-i Hamidî'de kuvveti öldürmek gencligi mahv etmek, bu sûretle milleti bitirmek gibi prensibi ta'kîb ediliyordu.

İkinci olimpiyad dört sene sonra 1900 târîhinde Paris'de icrâ edildi. Türkler yine bi't-tabi' bir eser-i hayât gösteremedi.



İsveç usûlündeki intizâm-ı harekât

1904'de Sen Luyi (St. Louis)'de icrâ edildi. Amerika'ya adam göndermek bizim için mümkün olmadı. 1908'de Londra'da icrâ edildi, yine Türklere dâir bir eser-i hayât yoktu. 1912 senesinin Haziran'ında Stokholm'da icrâ edildi, her hükûmet gibi biz de da'vet olunduk. Gönül isterdi ki bir sâhib-i hamiyet çıkub bana şöyle desün? “kredi Leone'deki paramdan beş yüz lirâsını memleketimin varlığını gösterecek olan on gencin masârif-i râhiyesine hibe etdim. Stokholm'a göndermek üzere beğendiğiniz on kişiyi intihâb ediniz. Orada bizim tecdîd-i hayât etdiğimizizi gösteriniz!.” Ne hayâl-i muhâl! Ne boş temenni! Böyle bir sâhib-i hayrın biz de müsteb'ad olduğumu bildiğim için herşeyden

olduğu gibi bu husûsda dahî hükûmete mürâca‘atdan başka çarem olmadı. Ma‘ârif Nezâreti ile Bahriye Nezâreti cevâb-ı muvâfakat verdiler. Harbiye Nezâreti bu oyunların askerlikle münâsebeti olmadığını!! Binâen aleyh edilecek masrafın istifâdeye tekâbül etmeyeceğini bildirdi.

Biz henüz sporun ehemmiyetini lâıykıyla takdîr edemediğimizden olimpiyadların bir milletin hayât-ı umûmiyyesi üzerine icrâ eyleyeceği te’sîri lâıykıyla bilemiyoruz. Zaman ne kadar haklı söylediğimizi ve bu lüzûmu nâsıl vaktinde hiss etdiğimizi gösterecektir.

Şimdi birazda olimpiyadların sûret-i icrâsına dâir ma‘lûmât verelim.

Yeni olimpiyad komîtesinde her milletin mûntehab birer murahhası vardır o murahhaslar kendi memleketlerinin spor kulüblerinin iştirâkiyle ve ahâlinin i‘ânesiyle birkaç yüz bin lirâ sarf ederek bir stadyon vücûda getirirler.

Olimpiyad müsâbakaları her dört senede bir def‘a kongrenin kararıyla Avrupa pâyitahtlarından birinde icrâ edilir. Müsâbakalar iştirâk edeceklerin jimnastik ve her nev‘ sporları meslek-i ma‘îşet edinmemiş olması ve hiçbir vakit para mukâbilinde müsâbakaya dâhil olmamış bulunması şartdır.

Müsâbakaya iştirâk edeceklerin evsâf-ı mezkûreyi hâiz oldukları buldukları memleketdeki olimpiyad murahhasının tasdîkine iktirân etmiş olması elzemdir.

Her milletten münferid müsâbakalara 12 ve müctemi‘ müsâbakalara mu‘ayyen olan mikdâr-ı adedîden ziyâdesi iştirâk edemez.

17 yaşından küçük gencler müsâbakalara iştirâk edemez. Olimpiyad oyunlarında müsâbakalarda kazananlara maa berât bir madalya verilir ba‘zı müsâbakalarda birkaç kişiye birlikde bir vazı verilir. Para için müsâbaka edenler merdûddur.

1912 senesi cumaertesi 6 Temmuz’dan 15 Temmuz’a kadar icrâ edilecek müsâbakalar ber-vech-i âtîdir:



Alman gencleri olimpiyad meydânına girerken.

<b>Mükâfâtlar:</b>	Birinci Derece	Altun Madâlya
	İkinci Derece	Gümüş Madâlya
	Üçüncü Derece	Bronz Madâlya

Düz bir mahallde yaya yarışı mesâfe 100 metre
Düz bir mahallde yaya yarışı mesâfe 200 metre
Düz bir mahallde yaya yarışı mesâfe 400 metre
Düz bir mahallde yaya yarışı mesâfe 800 metre
Düz bir mahallde yaya yarışı mesâfe 1500 metre
Düz bir mahallde yaya yarışı mesâfe 5,000 metre
Düz bir mahallde yaya yarışı mesâfe 10,000 metre
Maraton ta'bir edilen büyük yarış 40,200 metre
Düz bir mahallde çitli yarış 110 metre
Yürüyüş yarışı 10,000 metre
Hız alub yüksekden atlama
Hız almadan yüksek atlama
Hız alub uzunluğuna atlama
Hız almadan uzunluğuna atlama
Üç adım atlama
Sırıkla atlama
“Javilo(Javelot)” cirid atma
Disk atma

Dokuz kilo sıkletinde bir gülle savurma
Dokuz kilo sıkletinde çekiç savurma
1- Hız alub uzunluğuna atlama
2- Javilo(Javelot) (ortadan tutmak şartıyla) atmak
3- 200 metre düzlükde yarış
4- İsteddiği el ile disk atmak
5- 1,500 metre düzlükde yarış
Bu beş müsâbakada birinci olana Pentatlon mükâfâtı verilir.

<b>Dekatlon Müsâbakası</b>
1- Düzlükde 100 metreye yarış
2- Uzunluğuna hız alub atlama
3- Sıklet atma
4- Yükseklikde hız alub atlama
5- Düzlükde 400 metreye yarış
6- 110 metre çit üstünden atlayarak yarış
7- Disk atmak
8- Sırıkla atlama
9- Javilo atma
10- 150 metre düzlükde yarış
Kürek çekme müsâbakaları
Bisiklet yarışları



Üç metre doksandan atlayan İsveçli Hansın

Eskrim müsâbakası
Futbol müsâbakası
Jimnastik müsabâkası
Tenis müsabâkası
Alafranga güreş müsabâkası
Her nev' endâht müsabâkası
Yat ve yelkenli müsabâkası
Av müsabâkası
At yarışları

Stadyum menekşeye çalan sincâbî rengindeki İsveç kiremidi ve kabaca terbi' edilmiş grânit taşlarından inşâ olunmuşdur. Bunun planı at na'lı biçiminde mıknatıslanmış bir demiri ihtâr eden bir tertîbde gözücü iki uçları şimâle iki kol istinâd ettiği bir dağcağızın mâ'ilesine münthehi olur. Kulelerin arkasında idâreye âid şu'belere vardır. Stadyum iki cânibin yaylarını birbirine birleştiren ve etrâfi ihâta eden dehlîz ile tetvîc edilmiştir. Anfiteaterın altında dehlîzler imtidâdı mahall-i kralı, elbise çıkarılacak yerler; ve pehlivânlar için tuvalet ve duş salonları çerezlerin ihzârı için matbahlar ve

gezinti mahalli ve ilh(ilâ ahire) bulunur. Anfiteaterın oturulacak mahallerine hârici gezintiden çıkılan on iki merdivenle girilir. Asıl müsâbaka meydânına kubbeli dört kapudan girilir. Bunlardan birincisi, cenûbda zû-semâniyeten vücûh kulelerle belli olur. İkincisi şimâl kemerleri ortasında diğerk ikisi şark ve garb kulelerinin yanındadır.

Müsâbaka sahasında futbol için bir yer sıçramaya, atmaya mahsûs husûsî zemînler ve 383 metre muhîtinde bir koşu mahalli vardır.

Stadyumun hey'et-i mecmû'ası kurûn-ı vüstânın ilk asırlarındaki İsveç tarz-ı mi'mârsinde yapılmışdır. Müsâbakaları kazananların mensûb oldukları devletin bayrağı şimâl kemerleri arasına asılacaktır. Müsâbakalar ve müsâbıklar mükebbir sadâ âletler ma'rifetiyle i'lân edilecektir. Cenûb kapusunun ortasında mûsîki kürsüsü bulunacaktır.

Anfiteaterın oturulacak mahalleri reçineli ağaçdan ma'mûldür. Amûdlar, ve taclar ve çelenklerle donatılmışdır. Çatının muhîti üzerinden meydân-ı müsâbakaya mütemâyil milel-i muhtelif bayrakları asılacak ve bi't-tabi' Osmanlı bayrağının iltivâatı dahî rû'yet edilecektir. Medhaller İsveç bayrağıyla tezyîn edildikten mâ'adâ kapılara altun hurûf ile işlenmiş alemler ta'lîk olunacaktır. Görülüyor ki stadyumlar milletlerin en mühim muvaffakiyât-ı medeniyyelerine hâdim mü'essesât-ı ahîresinden telakkî ediliyor. Nasıl olmasın ki fâtiht Romalılar eski Yunanîleri ezdiklerine ancak Yunanistan Şebe(?)



İlerüde ana olacak İsveç kızlarının olimpiyad vürüdü.

cezîresine dâhil oldukları anda stadyunu tahrîb etmek sûretiyle kâni' olmuşlar ve fakat bi'l-âhere onu yine kendi hesâblarına ta'mîr etmişlerdir. Ümîd ederiz ki millet-i Osmanîyenin bu husûsda da şân ve şerefini artdıracak mühim mü'esseselerin yükseldiğini örmekle karîrü'l-ayn oluruz.

Beyne'l-milel Olimpiyad Oyunları Encümeni A'zâ-yı Dâimesi

reis: Mösyö Bbaron Pierre De Coubertin

İngiltere: Lord Desborough, R. Courcy, Cook

Almanya: Kont Syreştof(?)

Fransa: Baron Koberten(?), Kont Vartenesleben(?), Baron Vangan(?)

Avusturya: Prens Auton(?), Kont Kolerato(?)

Amerika: Profesör Sloane

Rusya: Prens Orosov

Japonya: Zigorokano(?)

İtalya: Kont Ojen Brunetta

Devlet-i Osmaniyye: Mu'allim Selim Sırrı Bey

Belçika: Kont Henry De Baillet-Latour.

İsveç: Miralay Balck

İsviçre: Baron Willebrand

Danimarka: Profesör Grut

İspanya: Marki Villamejor.

Bulgaristan: Vükelâdan Tzokow.

Yunanistan: Kont Mecati.

Romanya: Baron Plaçyo(?)

Macaristan: Kont Andrassy Geza

Hollanda: Baron Tuyll

Finlandya: Baron Willebrand.

Kanada: Cenerâl(General) Sir Hamboury

Şili: Profesör Garcia

Bohemya: Doktor Jırı Guth.

## STOKHOLM'DA OLİMPİYAD OYUNLARI

Daha erkenden şehrin her tarafına büyük bir hareket, büyük fa'âliyet meşhûd idi. Zaten bir haftadan beri Stokholm dünyanın her tarafından gelen misâfirlerine bütün güzelliklerini teşhîr için pek i'tinâli süslenmiş idi. Belediye geceli gündüzlü çalışmış parklar, caddeler her taraf temiz tertemiz şirin bir hâl kesb etmişti. Elli metre arzında geniş cadelerin yaya kaldırımlarında halk bir meşy-i serî' ile akın akın yürüyor. Tramvaylar, otomobiller yığınlarla insanları taşıyor. Büyük küçük, kadın erkek pek büyük bir hâhişle stadyuna gidiyorlardı.

Stadyun, takrîben iki milyon franga vücûda getirilen bu meşher-i abidân Atina'nın stadyunundan daha mükemmel çünkü Atina'daki Yunan-ı kadîmdeki şekli-asliyesini muhâfaza etmek sûretiyle inşâ edilmiş hâlbuki Stokholm'de bütün ihtiyâcât-ı hâzire nazar-ı dikkate alınmıştır. Hattâ Atina'daki binâ-yı mu'azzamın mi'mâriyle veliahdın ziyâfetinde görüşdüğümüz sırada Mösyö Metaksa Stokholm'deki stadyunun bütün şerâ'it-i lâzimeyi hâiz olmakla Atina'dakinin fevkinde olduğunu i'tirâf etdi. Fî'l-hakîka herşey iyi düşünölmüş akustik gâyet güzel tribünler pek rahat, duş dâireleri, soyunacak mahaller, ictimâ' eden yirmi otuz bin kişi muhtelif kapılardan yerli yerine yarım sâatde girüb çıkıyor. Hiçbir itişüb kakışma olmuyor herkes yerini kolayca buluyor en küçük bir şikâyet bile işidilmiyordu.



Olimpiyadda İsveç Kralını her millet kendi sancağı ile selâmlarken

Sâat ona doğru tribünler kâmilten dolmuşdu. Kral, kraliçe, prensler, prensesler kendilerine mahsûs localara geldiler kralın sağ tarafında olimpiyad komîtesi a'zâsına bir

mahall tahsîs edilmiş onların yanında matbû'ât locası, kralın solunda vükelâ ve meb'ûsân a'zâları, ilerüsünde sefâretler erkânı, tribünlerin bir cihetinde dârü'l-fünûn talebeleri, boy squad cem'iyetleri kıyâfet-i mahsûsalarıyla göze çarpıyor her taraf kâmilen dolu. Yüreklere spor zevkiyle çarpan kırk bin kişi müsâbakaya iştirâk eden milletlerin vürûdunu bekliyor. Stadyunun iki başında bulunan kulelerden birinde bir boru sesi işidildi müte'âkıben müzîka bir marş çalmağa başladı. Stadyunun büyük dehlîzlerinden birinden muntazam bir yürüyüşle meydâna dâhil olan müsâbakacılar herkesin enzâr-ı takdîrini celb etdi. Al yeşil beyaz mâî bayraklar temevvüc ediyor, mütenâsib zarîf vücûdlar mütemâdiyen alkışlanıyordu. İngilizler, Amerikalılar, Almanlar, Fransızlar, İtalyanlar, Avusturyalılar, Belçikalılar, Japonyalılar, Ruslar, Avusturalyalılar, Danimarkalılar, Felemenkler hep kısım kısım kız ve erkekleriyle kralın huzûrunda geçid resmini icrâ etdiler ve sonra takrîben dört bin kadar erkek bin kadar kadın o meydânda muntazaman ahz-ı mevzi' etdiler. Manzara pek latîf ve pek dilferîb idi. Yirmi altı muhtelif milletin en güzîde evlâdları orada idi yalnız bizden eser yok. Te'essürümden gözlerim doldu. Vaktiyle "Türkler kadar kuvvetli" sözünü Avrupalılara darb-ı mesel gibi kabul etdiren koca Osmanlı İmparatorluğu'nun bu gün kuvvet nâmına ortada varlığından eser yoktu. Ne elîm sükût! Biz senelerden beri her şeyi hükûmetden beklemeğe alışdığımızdan bu büyük meşher-i âbidâne birkaç Türk götürmek için tabi'î hükûmete mürâca'at etdim fakat derdimi kimseye dinletmek mümkün olmadı hele en acıklısı Harbiye Nezâreti'nin cevabı oldu. Gerek husûsî ve gerek resmî vukû' bulan mürâca'atıma nezâret-i müşârün-ileyhümânın verdikleri cevab "askerlik nokta-i nazarından şayân-ı ehemmiyet olmadığına mebnî zâbit i'zâmına lüzûm yokdur!" insan bu cevabın karşısında nâsıl me'yûs olmaz. Hâlbuki olimpiyad oyunlarının birinci derecede ehemmiyeti askerlik nokta-i nazarından idi ve bunu anlamak için Alman bir cenerâl altı zâbit, Fransa bir mîralây beş zâbit, Rusya bir cenerâl otuz zâbit, İtalya, Danimarka, Belçika, Yunanistan Sırbîye muhtelif rütbelerden birçok zâbit gönderdiklerini söylemek kâfidir. Muhârebât-ı müstakbelenin âdeta bir spor müsâbakasından başka birşey olmadığını takdîr eden milletler için olimpiyadın mâhitini anlamak güc olmaz.



Olimpiyad resm-i küşâdında Kral irâd-ı nutk ederken.

Endâht müsâbakalarında birinciliği ihrâz eden Amerikalıların tüfenkleri ve yaylım ateşde kullandıkları pür-kâr pek ziyâde câlib-i nazar-ı dikkat oldu. Almanya süvâri mektebi müdürü ismini unuttuğum bir cenerâl ile Japonyalı Mîralây Hayaşi birçok notlar aldılar. Maa mâfih ben bu husûsda kendilerini ma'zûr görürüm bu gibi şeyleri takdîr etmek için görmek lâzımdır. Yeşil örtülü masa başında verilen hükümler ekseriya doğru olmuyor. Sadede gelelim:

Birden bire o biraz evvel kaynaşmakda bağışmakda olan halk susdu. Nazarlar meydâna teveccüh etdi veliahd ortaya çıkdı. Yirmi beş yirmi altı yaşlarında uzun boylu muntazam ve sağlam vücûdlu güzel ve yanık yüzlü kahramân tavırlı, kahramân bakışlı vâris-i saltanat bir sportmen. Pederinin locasının karşısında durdu. Tribünleri dolduran halka arkasında safbeste-i ihtirâm olan müsâbakacılara bir nazar-ı takdîr fırlatdıktan sonra babasına hitâben nutka başladı. Lakırdıları her taraftan dâne dâne işidiliyor. Sadâsı bir ihtizâz-ı latîf ile kulaklarda çınıyor fevkâ'l-âde bir belâgatle ifâde-i merâm ediyordu. Târihten, mâzîden Yunan-ı kadîmden başladı zamanımıza kadar sporun edvâr ve safahât-i muhtelifesini söyledi, söyledi orada herkesi meshûr ve hayrân bıraktı. İsveçlilerin terbiye-i bedeniyeye verdikleri ehemmiyeti bir lisân-ı takdîr ile yâd etdi ve nihâyet peder-i muhteremine terbiye-i bedeniyenin lüzûm ve ehemmiyetini takdîr eden milletler yaşar mü'ebbeden yaşar. Dedikten sonra sözlerine nihâyet verdi.

Müte'âkıben kral, o milletin nûr-i dîdesi mülk-i haslet hükümdâr söze başladı evlâdları kadar bir muhabbet-i pederâne ile milletini seven bu muhterem adamın ağzından çıkan sözleri herkes can kulağıyla dinledi. Bu merâsim bitdikden sonra müsâbakalar

başladı her millet mesâ'îsinin semerâtını orada gösterdi. Futbol, tenis oynadılar, yarışdılar, atladılar bir adımda yedi buçuk metre bir sıçrayışta (...) dört metre irtifâ'dan atlayanlar oldu. Kuvvet ve çevikliğin, yüzmek ve endâht husûsundaki kâbiliyet-i beşeriyyenin vâsıl olabildiği tekâmül orada o imtihan meydanında tezâhür etdi. Umûm notlar cem' olduğu zaman âtîdeki sıra vücûda geldi.

Amerika	Birinci
İsveç	İkinci
İngiltere	Üçüncü
Finlandiya	Dördüncü
Almanya	Beşinci
Fransa	Altıncı
Rusya	Yedinci
İtalya	Sekizinci
Danimarka	Dokuzuncu
Belçika	Onuncu

Veysel o milletlere ki şu müsâbakacılar miyanında dümenci olmak sa'âdetine bile nâil olmadılar. Kan ağlasın o insanlar ki ecdâdlarının kuvâ-yı bahâdırânesi meşhûr-ı âlem iken bugün mevcûdiyetlerinden bile kimse haberdâr olmuyor.

### YAYA KOŞULARI

Denilebilir ki lehviyyât-ı bedeniyyenin en zor, en tahammül-fersâ olanı koşmaktır. Çünkü gerek sür'at ve gerek tahammül müsâbakalarında dinlenmek ihtiyâc-ı şedîdi derhâl tezâhür ettiği gibi iddi'â-yı rekâbet ve birinci gelmek zevki gençleri fazla kuvvet sarfına mecbûr eder. Birçok tecrübelerimizle sâbit olmuştur 100 metrelik bir sür'at müsâbakasına iştirâk edenlerin ekserisinin gâyeye vâsıl oldukları zaman nefes ve dermânı kesilir tahammül müsâbakalarında (ki o zaman mesâfe hayli uzundur) yine aynı yorgunluk savr-ı sâire ile tezâhür eder. Binâen aleyh bu kadar zorlu bir idmana heveskâr olan gençlerin kalbi, ev'îye-i demeviyyesi ve rieleri gâyet sağlam ve dayanıklı olması şarttır.

Sâir spor müsâbakalarında olduğu gibi koşulara dahi on yedi yaşından küçük olanları kabul etmemek usûl ve kâ'idedendir. Bu inhisârdan çocukların koşmayacakları anlaşılmalıdır. Çünkü neşv û nümâ-yı bedenleri için koşub oynamaları gıda kadar

elzemdir. Onların ekseriya oyunları daha pek küçük iken koşmaktan ibâretdir. Lakin koşma başka yarış yine başkadır. Çocuklarda olduğu gibi ihtiyârlarda dahi aynı hâl vârid-i hâtırdır. Kırk yaşından sonra koşmak mahzûrludur. Hâlbuki elli hatta altmış yaşında bazı frenkler tenis golf oynadıkları zaman koşarlar, fakat o koşmalar dâima bir i'tidâl ile icrâ edildiğinden şiddet ve unfi müceb olmaz ve yürüyüşle dâimâ ta'dîl edilir.

Terbiye-i bedeniyye nokta-i nazarından koşular vücûdun neşv ü nümâsına hizmet eden en iyi spordur. Çünkü yalnız cümle-i adaliyyenin bir kısım mühimmini işletmekle kalmıyor, hemen bütün adaviyyeti hâl-i fa'âliyyete getiriyor bi'l-hâssa kalb ve rieleri işletiyor unutmamalıdır ki insan bacaklarından ziyâde kalbi ve ciğerleriyle koşar.

Koşu insanlara âdeta mahakk taşıdır. Bunu rakıya ve tütüne mübtelâ olanlar pek güzel takdîr ederler. Her gün zehirlenen ciğerler acele bir işe segirtmek lâzım geldiği zaman derhâl zaafını gösterir. Şişmanlık hastalığına mübtelâ olanlarda koşmağa mecbûr oldukları zaman kalb ve rielerinden yorulurlar.



اسوچده الك بوكس آنلايان ملازم جيلاندر

İsveç'de en yüksek atlayan mülâzım Jeylander

### **YAYA YARIŞLARININ NEV'İ VARDIR:**

Sür'at, tahammül yarışları ile mâni'alı yarışlar.

Sür'at müsâbakalarında mebde'den müntehâya kadar olanca hızı muhâfaza etmelidir ve mümkün mertebe hatvelerin tûlünü uzatmalıdır. Hatvelerin hadd-i a'zamî dakîkada 350 tûlü ise bir buçuk metre olmalıdır. Tecâribile sâbit olmuşdur ki bu sür'at 100 ilâ 150 metreye kadar muhâfaza edilebilir.

Vücûdun vaz'ıyyeti yarışın mebbe'inde bira öne meyyâl olmalı, birkaç hatve sonra şâkûlî bulunmalıdır ve bu vaz'ıyyeti müntehâya kadar muhâfaza etmelidir.

Koşarken vücûdu ileriye atan kuvveti gerideki bacağın gerilmesi te'mîn ettiği için onu sür'at ve şiddetle germeli öndeki bacağı koşunun sür'atıyla mütenâsiben bükmeli ve ayağı tekmîl tabanıyla yere basmalıdır. Kolları muvâzeneten sallamalı ve dirsekleri bükmelidir.

Tahammül yarışlarında vücûd dâima hafifce öne mâ'il olmalı ve sonuna kadar o vaz'ıyyeti muhâfaza etmelidir. Kolların ve bacakların hareketi sür'at yarışlarındaki gibidir.

Fi'l-i teneffüsün yarışlarda pek büyük bir ehemmiyeti olduğunu söylemişdik. Sür'at yarışlarında teneffüsün hareket ile tanzîmi mümkün olamaz fakat tahammül yarışlarında her beş veya altı hatvede şehîk ile zefiri bir âheng-i ittîrâda koymak mümkündür. Nâkıs ve gayr-ı muntazam teneffüslerden tevakkî etmelidir. Nefesi burundan alub ağızdan salıvermeli burundan hava kifâyet etmediği takdirde ağzın iki yan taraflarından birer küçük aralık bırakarak nefes almalıdır.

Tahammül yarışlarında dakîkada 170 ilâ 200 hatve atılır. Yarışa âdetâ hızlı yürür gibi başlanır ve yavaş yavaş sür'ati tezyîd ile mesâfeye göre hatvelerin tûl ve sür'ati tanzîm edilir ve nihâyete doğru sür'ati ta'dîl ederek jimnastik hatvesiyle koşuya nihâyet verilir.

Gerek sür'at ve gerek tahammül müsâbakalarında koşuyu müte'âkib temrînât-ı teneffüsiye yapmalıdır.

Tahammül yarışlarında "çıkış" ta'bîr edilen yarışa başlamanın ehemmiyeti yoktur. Fakat sür'at yarışlarında bir iki hatve ön almak ekseriya birinci gelmeyi te'mîn eder.

"Çıkışlar" evvelleri hep ayakda başlardı. Şimdi her memleketde Amerikalıların çıkış usûlünü kabul etdiler. Bununda iki nev'î vardır. Biri kollar gergin ve yekdiğerine muvâzî olmak üzere yere istinâd eder. Sol ayak ileride sağ ayak geride olduğu hâlde dizler bükülür vücûdun sıkleti öndeki ayağa tahmîl edilmek üzere öne eğilir ve yahûd sağ ayak önde bulundurulur ve gerilir ve geride bulunan sol ayak bükülerek vücûdun sıkleti arkaya alınır ve bu vaz'ıyyetler koşucuların intihâbına bırakılmıştır.



Olimpiyad “maraton” yarışında kazanan Amerikalılar

Mâni‘alı yarışlarda her iki mâni‘ arasındaki mesâfeyi iyi tahmîn etmek ve her mâni‘den atladıkdan sonra dizi esnetmek ve koşuda olduğu kadar atlamalarda dahi peydâyı mümârese etmek şartdır. Beyne’l-milel olimpiyad müsâbakalarında programa dâhil edilen koşular ber-vech-i âtîdir:

Sür‘at	yaya yarışı	100 metre
Sür‘at	yaya yarışı	200 metre
Sür‘at	yaya yarışı	400 metre
Tahammül	yaya yarışı	800 metre
Tahammül	yaya yarışı	1,500 metre
Tahammül	yaya yarışı	5,000 metre
Tahammül	yaya yarışı	10,000 metre
Maraton yarışı		40,200 metre
Mâni‘alı yarış		110 metre
Mâni‘alı yarış		200 metre

Evvelki sene Stokholm’da icrâ edilen olimpiyad müsâbakalarında yürüyüşlerde muvaffak olan gençlere kral veya veliahd tarafından verilen mükâfâtlarda şunlardır:

Diploma, altun, gümüş ve bakır madalyalar.

## BOKS

“El yumruğu yemeyen kendininkini bozdağan(bozdoğan) armudu sanır”

Zann ederim on dört sene var o zaman daha genc, daha dinc idim. Adalâtım şimdikine nisbetle daha şişkin, daha sert, daha girintili, çıkıntılı idi. O zamanda aynı mefkûreye mâlik idim. O zamanda kuvvetli ve diri olmak benim için bir gâye, bir emel idi birkaç arkadaşım ile devr-i sâbıkın bin dürlü tehlikelerine rağmen Mösyö Lambartini'nin eskrim salonuna, Stangali'nin jimnastikhânesine Rumların silloglarına gider. Güreşir, yumruk yumruğa döğüşür, vüs'ümün fevkine ağır gülleri kaldırmağa savaşırm. Bütün o benim nârin vücudumu ezici, öldürücü sporlarda az çok ibrâz-ı muvaffakiyetden mütevellid bir inşirâh derûnu ile boynumdan, şakaklarımından sicim gibi akan terimi sile sile eve bîtâb bir hâlde dönerdim.

Boksa pek merak etmişdim. Takallus etdirdiğim zaman bir kaz yumurtası gibi şişen demir gibi sert pazularımın kuvvet ve şiddetini denemek ve icâbında döğüşürsem hasmımı bir yumrukda yere sermek istiyordum. Alafranga güreşde büyük bir mahâreti olan muhibbim Fransız Mösyö Joeri(Choeri) İngiliz yumruk döğüşüne da[hi](?) az çok vâkıf olduğunu bana bir gün söyledi ve hemen o hafta bikerden eldivenleri tedârik edüb derse başladık, ama öyle boks dersi diyip geçmeyelim. Yumruk atmakta iktisâb-ı mümârese edinceye kadar emdiğim sūd burnumdan kan hâlinde fıskırdı. Her sabah mu'allimle şâkird üstü deri kâbili içi kıl dolu eldivenleri takıyordu karşı karşıya geçiyoruz o bir def'a uruşları ve siperleri ta'rîf ediyor ondan sonra dayak pişrevî başlıyordu. Yarı şaka yarı ciddî avurduma gözlerimin hizâsına, burnuma, kulak tözümüne bir pat der, iner, o anda gözümün önünde şimşekler çakar. Deli şâ'irin:

Sille-i dâr-ı şifâdır sanmayın gök gürlüyor

Bu yağın yağmur değildir âsuman ağlar bana

Beyt-i hazînini içimden okurum, zâhirende merdliğe hâlel getirmemek için “sani feriyen, sani feriyen, mersi! Zarar yok, zarar yok, teşekkür ederim! Derdim. Çünkü bu gibi zorlu idmânlarda canının yandığını göstermemek ve ağlamak hiss ederken izhâr-ı beşâset etmek kabadayılığa, can pekliğine delâlet edermiş. Bi't-tabi' ben de her yumruk yedikce dostuma pek iyi aşk etdiniz!? Bravo! Teşekkür ederim! Gibi içimden gelmeyen elfâz ve ta'bîrât-ı nâzikâneyi mebzûlen isti'mâlde kusûr etmiyordum. Ta'lîm bitdikden sonra birlikde çay içer, kemâl-i samîmiyetle musâhabet ederdik. Bir taraftan mu'allimin dayak hakkındaki nazariyyâtını can kulağıyla dinler, diğer taraftan suratımda vukû'a gelen ekimozları geçirmek için ıslak bezle pansıman yapardım.

Mu'allim diyordu ki:

Yumruğu atmak kadar yemek de hünerdir! Muştanın te'siri kuvvetli urulmasından ziyâde mahâretle havâle edilmesindedir. Rast ge[le] yapılan hamlelerden bir fâ'ide olmadığı gibi hasmında mukâbil uruşlarına "riposte" fırsat verilmiş olur. Henüz şişi izâle olmamış olan avurdumu göstererek, bakınız bu neden oldu. [Siz(?)] mahâretsiz bir mâ'il-i darbe ile benim böğrüne hamle etmek istediniz ben onu hiss etdince sol kolumla siper aldım ve sizin açık kala[n] yüzünüze bir ters uruş yaptım. Kendi kendime şükrettim. Uruş doğru olaydı demek suratım dağılacakmış?

Böylece bir sene devam eden derslerde yumruk atmak ve yemek hayli idmân peydâ etmişdim. Hatta ders vermeğe bile başladım. Maa'l-eseef sâir sporlar gibi bunun pek çok râgıbı yokdu. Bin müşkilât ile üç beş genci iknâ'a muvaffak oldum. Kendileri[ne] dayağın faziletinden bahs etdim. Uzun konferanslar verdi[m] zaten günden güne tezâyüd eden iştigâlât-ı fikriyyem bu şedîd spor iştigâle imkân bırakmamışdı.

Bundan iki ay mukaddem Paris'de Avenue Souffant De Grand kurbunda Amerikalı iki meşhûr bokscunun musâra'asını se[yre] da'vet olundum. Muhibbim Mösyö Artur Viyen(Arthur Vien) beni maç mahalline götürdü. Dâirenmadâr merdiven şekline kademeler tertîb etmişler her taraf kadın erkekle dolmuşdu. Ortada on metre murabba'ında yüksekce döğüş mahallinin etrâfı kırmızı kordonla tahdîd edilmişdi. Bize sahnenin yakınında bir yer gösterdiler. Bu sırada mübârizler sahneye çıkdı. Uzun birer robdöşember giymişlerdi. İkiside güzel ve mütenâsib idi. Biri zenci olmasına rağmen güzel idi. Şişman topaç gibi bir münâdî koca bir boru ile dört tarafa na'ra atarak bokscuları takdîm etdi. Soyundular mayyo içinde vücûdlarının biçimi dahâ nazar-ı ferîb idi. İkiside pek şartlı idi. Hakemde sahneye çıkdı. İşâretini verdi. Mübâreze başladı. Şimdi o binlerce insan susdu nazarlar hep sahneye teveccüh etdi.

Hafif hafif başlayan ve âdeta mülâtafaya haml edilebilen darbecikler gitdikce şiddetini artırdı. Birden ayrıldılar. Birinci mübârezenin müddeti hitâma ermişdi. Herbiri sahnenin bir köşesine oturdu. Beş altı kişi bir hamlede sahneye koşdular her ikisinin yüzünü gözünü başını süngerle sildiler. Büyük havlu ile yelpalezediler. Tekrar döğüş başladı. Bu def'a daha şedîd daha hasimâne savletler etdiler, yine ayrıldılar. Tam yirmi bir def'a bu iki arslan yürekli kahraman-şikârına saldıran yırtıcı bir kaplan gibi hücumlar etdiler. Yüzleri tanınmayacak bir hâle gelmişdi. Beyaz Amerikalının bir gözü kapanmış, dudağı iki taraftan yırtılmış. Yüzü kana boyanmışdı. Mübâreze olanca şiddetiyle devâm ediyor, halk her taraftan sebât! Sebât! Diye haykırıyordu nihâyet bilmem nasıl oldu.

Zenci bütün şiddetiyle hasmının çenesi altına bir yumruk urdu. Evet bu sefer “en can alacak yerinden urdu.” Koca vücûd bir iki sallandı sonra birden olduğu yere yığıldı. Şimdi kıyâmetler kopuyor, bravo! Sesleri kubbede akslar peydâ ediyordu. Hakem nîm-mürde bir hâlde yerde yatan delikanlının başı ucunda yüksek sesle sâniye sayıyor. Çünkü on sâniyeden evvel kalkabilirse tekrar döğüşmek hakkına mâlik imiş! Birinci şikârinin yanında hücûma âmâde bir vaz’iyyetde geliyor. Ben te’essürümden sapsarı olmuşum. Yarım sâat evvel gâyet şen ve neşeli bir hâlde o sahnede bizi selâmlayan delikanlının şimdi kanlar içinde asabî irticâclar ile yerde sürünmesine bir dürlü tahammül edemeyerek zenciye karşı yumruklarımı sıkarak canavar! Diye bilâ-ihdiyâr bağıırıyordum.

Meğer bizim vaktiyle yaptığımız mübârezeler (bunları gördükden sonra) musâfaha imiş. Ale’l-umûm yumruk mübârezelerine boks nâmı verilir. Pehlivânlık, cendîlik ve sâir riyâzat-ı bedeniyye gibi bu da insanlarla beraber doğmuş ve zamanla terakkî ve tekemmül etmiştir. Yunan-ı kadîmde boksa pojilât (Pogilat) ta’bîr edilirdi. Muhâsımlar parmaklarına demirli aletler geçirir ve öylece yekdiğerine savlet ederlerdi. Ale’l-ekser bu kanlı döğüşlerde mübârezelerden biri mevlasına kavuşur diğeri de nîm-mürde bir hâlde ihrâz-ı gâlibiyyet eylerdi. Fî’l-hakîka Amerikalılar boks yaparken ellerine demirli alet takmıyorlar fakat onların yumrukları birbirinin yüzlerini parçalamağa, dişlerini kırmağa kifâyet ediyor. İngilizlerin içi beygir kılı dolu eldivenleri bir dereceye kadar darbelerin şiddetini tahfîfe medâr oluyor. İngiltere’de boks takrîben on dördüncü asırdan beri her sınıf halk tarafından kemâl-i lezzetle yapılır millî sporlardan biri olmuşdur. Döğüşmeyi bilmeyen bir İngiliz enderdir. Her çocuğun mektebde ilk işi boks öğrenmekdir.

“Tom Brovm(Brown)” nâmında İngiltere mekteb hayâtından bahs eden eserin muharriri diyor ki: “Kitâbımı yazmağa tasavvur etdiğim zaman küçük bir İngiliz çocuğunu tecrübemin bana irâ’e etdiğı gibi gözümün önüne getirmeğe çalışdım. Ve kitâbımda başdan nihâyete kadar bu tipi olduğu gibi muhâfaza etdim.

Evvelâ ne Tom ne de babası ale’l-umûm tahsîl denilen şeye o kadar ehemmiyet vermiyorlar. Babanın fikri şöyledir: “çocuğa gâye olmak üzere nasıl bir fikir vermeli? Derslerine çalışması için nasîhat mi etmeli? Mektebe bir takım fûnûn, elsine ve husûsiyle Latince ve Yunanca öğrensın diye gönderildiğini mi söylemeli? Hayır, mektebe bunun için gönderilmiyor. Hiç olmazsa asıl bunlar için gönderilmiyor. Ne ben ne de vâlidesi bu fikirde değiliz. O hâlde mektebe niçin gönderiliyor mu diyeceksiniz. Bunun sebebi evvelâ bir kerre kendisi gitmek istiyor. Ben ise onu hakîkat-perest, işe yarar, seciyye sâhibi,

dindâr bir İngiliz bütün ma'nâsıyla bir centilmen görmek istiyorum." Birkaç sene sonra "Tom" mektebe niçin geldiğini düşününce o da şu cevabı buluyor: "kriket, futbol ve sâir bütün oyunlarda gâyet mâhir ve becerikli olacağım. Dârü'l-fünûna girdiğim vakit muhâfaza-i mevki' için biraz Latince ve Yunanca bileceğim. Bi'l-hâssa boks öğreneceğim. Tâki za'îflere imdâd etmiş ve kavî olanlara karşı muhâfaza-i haysiyet eylemiş bir adam gibi kendimi tanıtacağım." Bu sözler şâyân-ı dikkat olub bir İngiliz babasıyla çocuğunun hissiyatını pekiyi hulâsa ediyor. Onlarda ulûm ve terbiye-i fikriyye ikinci derece haîz-i ehemmiyet oluyor seciyye, metânet-i ahlakıyye, kuvvet, mahâret-i bedeniyye ilk safdadır.

İşte böyle bir terbiye onları ma'nen ve mâddeten cihânda en büyük muvaffakiyetlere mazhar ediyor. Bir İngiliz hiç bir şeyden yılmıyor. Hiç bir tehlikeden gözünü kırpıyor. Yumruğuna güvendiği kadar şahsiyetine de güveniyor. Kanada'da, Kaliforniya'da olduğu gibi hiç lisânlarını bilmediği Fas'da, İran'da işini beceriyor, geçiniyor, aç kalmıyor, taşdan para çıkarıyor.

İngiliz boksu i'tidâl üzere yapılan terbiye-i bedeniyye nokta-i nazarından da birçok evsâf ve fâzâ'il-i cismâniyyenin iktisâbına medâr olur. Ta'arruz ve müdâfa'a hâlinde vücûdun mütemâdiyen fa'âliyetde bulunması echize-i teneffüsiyye, hazmiye ve deverâniyyenin vezâ'if-i tabi'îyyelerini teshîl eder. Adalât-ı cüz'îyyelerin kuvvet ve kudreti artar. Ancak oldukça şiddet ve kuvvet sarfına lüzûm gösteren bu spor her vücûda gelmez. Binâen aleyh her kişinin kârı değildir. Bir de hissiyatını idâre edemeyenler, iyi seciyyeye mâlik olmayanlar, can yakmak, öc almak emeliyle boks yapanlar veya para için döğüşenler er gec min-cihetin marîz olurlar. Amerika'da kaya gibi serd vücûdlu bokscuların çoğu veremden ölüyor.

Terbiye-i bedeniyye mütehasısı Doktor Fernand La grange İngiliz boksuna pek tarafdâr değildir. O, terbiye ve hıfz-ı sıhhat noktai-i nazarından Fransızların Savate ta'bîr etdikleri yumruk ve tekme mübârezesini tercîh ediyor. Meşhûr Profesör Şarleston(Charleston)'un L'art de la Française nâmındaki eserinin mukaddimesinde bu bâbdaki mütâla'ası pek ehemmiyetlidir.

Doktor diyor ki: "Kârîlerin belki birçoğu bir boks kitâbının mukaddimesinde bir tabîb imzâsını görünce mütehayyir kalacaklardır. Hâlbuki Şarleston gibi bir mu'allimin ta'lîm etmekte olduğu usûl üzere yapılan boksun elbetdeki tabâbetle, hıfz-ı sıhhatle, terbiye-i bedeniyye ile büyük alakası vardır. Tabâbetle râbitası vardır, çünkü kol ve bacakların mübâzereye iştirâkı sâyesinde vücûdun her kısmı hareketden müstefid olur.

Bu sâyede amûd-1 fikriyyenin adalât-1 cenbiyyesi mütesâviyen kesb-i kuvvet eder. Ba'zen eskrimde görüldüğü gibi vücûdun yalnız bir kısmının işletilmesinden mütevellid inhirâf-1 cenbî “Scoliose” olmak mahzûru yokdur. Hatta vücûdda kuddâme veya halefe doğru inhirâfa bir isti'dâd olsa [nu]sâvât(?) -1 kâmetin doğrulmasına medâr olur. Fenn-i dürüst-sâzi ba'zılarının zann ettiği gibi alçı veya korse kullanarak amûd-1 fıkârînin inhirâfâtını tedâvi etmekden ibâret değildir. Bir takım harekât-1 fâ'ile ve münfa'ile sâyesinde de amûd-1 fıkârîyi kâ'imen tutan adalâta taleb edilen şekil verilebilir. Herkes bilir ki bu şu'be-i fennde üstâd-1 cihân olan İsveçliler skolyozların tedâvisinde muvâzene hareketlerini kesretle isti'mâl ederler. Fransız usûl-i mübârezesinde ise ayakla yapılan darbelerde muvâzenet birinci şarttır.”

Hıfz-1 sıhhat nokta-i nazarından fâ'idesine gelince ayakların muhtelif uruşları sâyesinde batnın etrâfında biriken mevâd-1 şahmiyye erir, em'ânın vezâ'if-i hazmiyyesi kesb-i suhûlet eder. Vücûdun tekmîl-i adalâtının mütenâsiben işlemesi de âhenk-i adalîyi te'mîn eder. Bu ise terbiye-i bedeniyede en mühimm bir keyfiyyetdir. Bi'z-zât Mu'allim Şarlemont'da Fransız usûlüne pek tarafdârdır. Eserinde der ki: “Benim ta'lîm ettiğim usûlün boks meslek-i ma'îşet edinenlerin mübârezeleri ile hiçbir münâsebeti yokdur. Ben talebelerime döğüşmeyi değil, bir ta'arruza ma'rûz buldukları zaman nasıl müdâfa'a etmek lâzım geldiğini öğretirim. Bir de herkese kâbiliyeti nisbetinde idmân ettirerek sıhhatinin idâmesini te'mîne çalışırım. Göz çıkarmak, sûret şişirmek, hatta burun kanatmak benim usûl-i terbiyyemin hâricindedir. Ben kendilerini çevik, serî'ül-intikâl, metîn, mütenâsib, kolları kadar bir mahâretle bacaklarını kullanır bir mübâriz olmak üzere yetiştiririm. Bu kadarı da maksadı te'mîne kâfidir.”

Bir gün spor merâklısı birkaç gence harâretli harâretli anlatıyordum. Her vakitki gibi yumruk döğüşünün fazîletinden bahs ediyor uruşları ta'rîf ediyor ve bizim memleketde herkesin az çok yumruk döğüşü bilmesi elzemdir, diyordum. Henüz kendisiyle yeni peydâ-yı ma'ârife ettiğim kalıplı kıyâfetli bir zât benim yarım sâat kadar devam eden boks konferansımı dinledikten sonra, başını salladı ve benim müstehzî bir tavırla:

- Afv edersiniz azîzim bendeniz boks moks bilmiyorum, öyle ince hesâblara pek aklım ermez, fakat bir gün en mâhir bir boks mütehassısı ile döğüşmek icâb etse yaradanıma sığınır da bir tokat aşk edersem otuz iki dişini dökerim! Zann ederim. Dedi.
- Ee, buna akan sular durur!!

## YÜZMEK

### Suyu Sevelim ve Yüzme Öğrenelim

İnsan hayâtında elîm, elîm olduğu kadar fecî‘ ba‘zı vukû‘âtın şâhidi oluyor ki onların bıraktığı te’sîr ve te’essürü zaman bile tağyîr edemiyor. Her ne vakit ona benzer veya onu andırır bir hâl olsa o te’ssiürât yeniden tazelenir, canlanır, hayât bulur. İşte böyle vaktiyle benim kalbimi kanatan iki mühim vak‘a gözümün önünde cereyân etdi.

Pek küçükdüm hâtırlarım, o vakit Üsküdar‘da oturuyorduk. Annem beni berây-ı teferruc Şemsipaşa‘ya götürmüştü. O zamanda şimdiki gibi orası Üsküdar ahâlisinin seyrângâhı idi. Kadınlarımızın, o her dürlü zevk ve eğlenceden mahrûm olan kadınlarımızın Şemsipaşa harâbesi âdetâ parkı idi. Dalgaların senelerden beri sillesine göğüs veren sâhildeki rıhtımın yıkık dökük taşları üzerine eyyâm-ı mahsûsada hanımlar sıram sıram dizilir ve Allah‘ın mebzûlen ihsân ettiği temiz havayı teneffüs eder ve güneşlenirlerdi.

Bizde o gün annemle birlikte bir yığın taş hâlini alan rıhtımın bir kenârına oturmuşduk. Denizin üzerinde birer koca martı gibi akub giden yelkenlileri, zarîf kayıkları, ecnebi vapurlarını seyr ve temâşâ ediyorduk. Bilmem nasıl oldu? Hanımlar arasında birdenbire bir vâveylâ kopdu. Eyvâh! Gitdi, tutun! Demeğe kalmadı, beş altı yaşlarında bir kızcağızın sarı saçları, gelincik çiçeği entârisi koyu yeşil anaför suları arasında batub çıkmağa başladı. Şimdi bütün kadınlar ayakda hep bir ağızdan: “A dostlar gidiyor! Allah aşkına! Kurtaran yok mu? Gidiyor!” diye bağırişiyorlar. Oradan geçmekte olan birkaç erkek sâhile takarrüb etdiler ve o bî-aman akıntının sürükleyüb götürdüğü yavrucağı birbirlerine göstererek “İşte; işte gidiyor” demekle iktifâ etdiler. Bir tek kadın gâliba anası idi. Sâhil boyunca perişân bir hâlde bağırarak koşa koşa gitdi. Annem pek ziyâde müte’essir oldu ve elimden tutarak: “hadi yürü bu seyir bana zehir oldu” dedi. Biraz ötede duran ve bu facî‘ayı bizimle beraber seyr eden koyun bakışlı, ablâk yüzlü, iri baldırlı bir mısırcı kemâl-i lâkaydıyla: “ne a‘lâ südlü mısır! Sıcâh! Sıcâh!” diye kerîh sesi ile haykırmakda devam ediyordu.

Vak‘anın diğeri bundan on sene evvel cereyân etdi. Bir sonbahar günü Tahran Sefâreti âteşemiliterliğinden henüz avdet etmiş bir muhibbim ile Kadıköy‘ünden idârenin ma‘hûd ton tonanlarından(?) biriyle İstanbul‘a geçiyorduk Sarayburnu önlerine geldik. Hava yağmurlu ve sağnaklı poyraz esiyordu. Selimiye Kışlasına nakl etmek üzere erzâk

anbârından ta'yînât-ı askeriyeyi yüklemiş olan bir Arab mu'ünesi pupa yelken üzerimize geliyordu. Vapurumuzun kapudânı Rizeli veya Ünyeli bir Lâz idi. Düdük çaldı, küfür salladı, bağırdı hiç kâr etmedi. Sular mu'üneyi öyle bir şiddetle bizim vapura yasladı ki onun yan kaburgaları ve bizim davlumbaz hurda hâş oldu. İki dakîka içinde mu'üne kaydandı ve içerüsünde bulunan otuz kadar asker denize döküldü. Vapurun sandalı delinmiş, indirmek kâbil olmadı. Çımacılar atlamağa kıyışamadılar, nihâyet inceleri atmak sûretiyle bir itfâiye mülâzımı ile yüzme bilen bir çavuş ve iki neferi kurtarmak mümkün oldu. Diğerleri gözümüzün önünde boğulub gitdiler. Şimdi her ne zaman Kadıköy'üne veya Üsküdar'a geçsem bu iki vak'a benim kalbimi burar ve bir diğerini kurtaracak kadar yüzme bilmediğime çok esef ederim.

Yüzmek bir spordan ziyâde kadın erkek herkes için bilinmesi elzem bir mümârese-i bedeniyyedir. Ale'l-umûm sporlara on yedi yaşından sonra başlanır. Hâlbuki yüzmeği daha pek küçük yaşda iken insan öğrenebilir. Yazık ki halkımız denizde yıkanmak ve yüzmek zevkini lüzûmu kadar nazar-ı ehemmiyete almamış. Bir cum'a günü vapurla Boğaziçi'ne gidildiği zaman Anadolu ve Rumeli sâhilinde oturan ağniyânın ayaklarının ucunda onlara hayât ve sıhhat va'd eden evsâf, bırak denize bu kadar bigâne kaldıklarını görünce insan ne diyeceğini şaşırıyor.

Avrupa'da sâhilde bulunan beldelerden sarf-ı nazar denize uzak olan şehirlerin bile kâffesinde "Pisin" ta'bîr edilen cesîm havuzlar vardır. Geçen sene Dresten'de görmüşdüm, âdeta deniz hamâmı gibi etrafında soyunmağa mahsûs muntazam localar yapmışlar. Orta yerde kocaman bir havuz, denizi taklîden dalgalar husûle getirmek için de yan tarafda bir makine işliyor. İsveç'de ale'l-umûm mekâtib-i ibtidâ'iyyenin büyük bir bağçesi, mükemmel bir jimnastikhânesi, bir de talebenin dört mevsimde girüb yüzebilmesi için derece-i harâreti mevsime göre ta'dîl edilir havuzu var. Bu havuzlardan birini de Şehzâde-i Civânbaht Fâruk Efendi hazretlerinin tahsîl etmekde olduğu Terziyanum Mektebi'nde de görmüşdüm.

Bizim böyle sun'î havuzlara hiç ihtiyâcımız yok, Mayıs'dan Eylül'e kadar İstanbul'un her sâhili bir pisindir. Böyle suyu mebzûl bir memleketde denizde yıkanmamak ve husûsan yüzme bilmemek afv olunmaz bir kabahatdir.

Yüzmek bi'l-cümle temrînât-ı bedeniyyenin en mükemmelidir. Ya'ni sıhhat-i kuvvet ve bedâyi' (Esthétique) nokta-i nazarından bütün şerâ'iti câmi'dir. Metânet ve sür'at-i hareketini tezyîd etmek sûretiyle kuvâ-yı adaliyyeyi tenmiye etdiği gibi kuvâ-yı ma'neviyyeyi de terbiye ve takviye eyler, cihâz-ı teneffüsiyye ve hazmiyyenin vezâ'ifini

kolaylaştırır. Ale'l-ekser insan denizden çıkınca acıkır. Yüzerken tabî'atıyla kolların ileri uzanması adalât-ı cüz'iiyenin inbisâtını ve bu ise adlâ'ın terfi'ini müceb olur. Adlâ'ın hareket-i râfi'ası kavsara-i sadrın genişlemesine medâr olur. Suyun ibrâz eylediği mukâvemeti iktihâm için vücûdun sarf etmeğe mecbûr olduğu kuvvet cereyân-ı demi tesrî' eder. Ciğerler fazla mikdârda iyodlu hava bel' eder.

Yüzerken vücûdun hemen her tarafı işler. Baş, kollar, bacaklar dâima hareketde bulunur. Adalâtın her cihete inbisât ve inkıbâzı amûd-ı fikarîye dahî şekl-i matlûbu verir. Vücûdun her noktası lüzûmu kadar işlediğinen “estetik” nokta-i nazarından iyi yüzücüler mütenâsib ve nazar-ı ferîb bir vücûda mâlik olurlar.

Ekseriya denize girenler yüzmeyi çabalaya çabalaya kendi kendine öğrenirler. Suda batmayacak kadar kol ve ayakları işlemeğe alıştıktan sonra mümârese ile herkes az çok bir şey beller. Onun içindir ki biz de usûl ve kâ'ide tahtında yüzenlerin mikdârı pek azdır.

Herşeyde olduğu gibi yüzmekde dahî az kuvvet sarfıyla çok mesâfe kat' etmek, icâbında hem kendini hem de bir diğeri kurtarabilmek için harekâtın bir usûl ve kâ'ideye müsteniden icrâsı elzemdir. Böyle bir muvaffakiyyeti te'mîn için Avrupa'da terbiye-i bedeniyeye salonları gibi yüzme dersleri verilir pisinler vardır.

Orada mütehassıs, mu'allimler yüzmenin muhtelif usûllerini, atlamalarını, dalma ve tahlîsiyye temrînâtını öğrenirler. Gençleri denize yalnız serînlemek veya eğlenmek için değil, sıhhat ve tendürütlük, çeviklik, i'tidâl-i dem, cesâret ve i'timâd-ı nefes gibi havâssı tenmiye ederek onları birer seciyye sâhibi adam yapmak için sokarlar.

Bugün herşey usûl ve kâ'ide tahtına girmiştir. Her fenn ve her san'atda bir gâye, bir de “metod” ta'kîb ediliyor. Bunları takdîr edemeyen milletler maa'l-esef her husûsda diğlerinden geri kalıyorlar.

### **NASIL YÜZMELİ?**

Yüzme hakkında bir fikr-i umûmî hâsıl etmek için “Nage classique” ta'bîr edilen usûl-i sebâhati ta'rîf ile iktifâ eyleyeceğiz:

A'zâ-yı ulviyye ve süfliyyenin müttehiden husûle getirdikleri ilerüleme kuvveti sâyesinde vücûd suda ön alır. Yüzmenin envâ'-ı muhtelifesi aynı esâsâta tâbî'dir. İlerleme kuvveti bir taraftan bacakların şiddetle yekdiğerine yaklaşıdırılmasından diğ taraftan kolların kürek gibi hareketinden hâsıl olur ve bu kuvvetin kısım-ı mühimmini bacakların birleşmesi tevîd eder ki bunu bir makasın “mıkrâs” şiddetle kapanmasına teşbîh

edebiliriz. Bu da iki tarzda olur ya ufkî veya şâkûlî. Aynı vechle kollarda ya ufken veya şâkûlen suyu iter.

### **BİR YÜZME HAREKETİNDE DÖRT SAFHA GÖRÜLÜR:**

- 1- Vaz'iyet-i ibtidâ'iyeye
- 2- İlerleme kuvveti
- 3- Ân-ı tevakkuf
- 4- A'zâ-yı bedeniyyenin vaz'iyet-i ibtidâ'iyeye avdeti.

Yüzmenin vezn ve âhengi beher dakıkada bu dört safhanın aded-i tekerrürüne tâbî'dir.

Spor nokta-i nazarından yüzmek ikiye ayrılır: birine "tahammül" diğere "sür'at" nâmı verilir. Birincide az kuvvet sarfıyla çok mesâfe kat' etmek, diğere kısa mesâfe dâhilinde en büyük sür'ati te'mîn etmek matlûbdur. Her nev' yüzmelerde nefes almayı bilmek birinci şarttır. Usûl ve fâ'ide tahtında nefes almayanlar pek çabuk kesilirler. Şehîk ân-ı tevakkufun sonunda a'zâ-yı bedeniyyenin vaz'iyet-i ibtidâ'iyeye avdeti esnâsında şiddetle ağızdan, zefir ise müte'âkıben ve âheste âheste burundan olur. Tahammül yüzmelerinde her ân-ı tevakkufu müte'âkıb bir, sür'at yüzmelerinde ise üç ilerüleme hareketini müte'âkıb bir nefes almak kâ'idedir. Tahammül yüzmelerinde dakıkada 15:20 teneffüs karardır. Terbiye-i bedeniyye nokta-i nazarından da yüzmenin üç nev'i vardır:

- 1- Suyun üstünde yüzmek
- 2- Dibden yüzmek
- 3- Tahlîsiyye

Suyun üstünde durabilmek için en basit ve en tabi'î usûl yüz üstü yüzmektir. Hiç yüzme bilmeyenler için kol ve bacakları oynatmadan suyun üstünde durmak mümkün değildir. Binâen aleyh suya batmamak için en tabi'î hâl çabalamaktır. İşte bu çabalamak usûl ve kâ'ide tahtında olursa insan hem beyhûde yorulmaz, hem de yüzmeyi öğrenir.

Yüzmenin dört safhası var demişdik. Bunlardan birincisi vaz'iyet-i istihzâriyedir ki dizleri mümkün olduğu kadar ayırarak bacaklar bükülür topuklar bitişdirilir. Kollarda dirsekler bükülü olarak yanda ve eller zemine müteveccih olmak üzere önde ve yan yana bulunur. İlerleme için kollar sür'atle ileri uzatılırken bacaklarda gerilerek ve yana açılarak ayağın tabanı ile deniz itilir. Müte'âkıben bacaklar sür'atle bitişdirilerek ayakların cidâr-ı dâhilisi yekdiğere yapışdırılır. Kol ve bacaklar tamamen uzanmış olduğu hâlde bir iki sâniyelik ân-ı tevakkuf husûla gelir. Bu esnâda vücûd bacakların hareket-i mîkrâsiyyesinden iktisâb ettiği sür'atle su üstünde kayar. Kol ve bacaklar

vaz'iyet-i ibtidâ'iyeye gelmek için kollar el ayası dışarı dönük olduğu hâlde vaz'iyet-i ufkiyyede yana doğru suyu iterek omuz hizâsına kadar geldikten sonra dirseklerin bükülmesiyle eller yekdiğerine takrîb edilerek vaz'iyet-i ibtidâ'iyeye gelirken ayaklar da toplanarak dizler yana açılır. Kolların hareketi mutlak bacaklar tamamıyla gerildikten sonra başlamalıdır. Denizde ilk yüzme ta'lîmlerine başlandığı zaman bu harekâtın sûret-i muntazamada icrâsı mümkün olmayacağından evvelâ sûret-i mahsûsada i'mâl edilen yüzme sandalyesi üzerinde bu hareketleri ta'lîm etmeli, sonra denize girüb evvelâ ayaklar yerde olduğu hâlde bir müddet kol hareketlerini ta'lîm etmeli ve kolları bir yere istinâd etdirüb bacakları alışdırmalı ve mümkün olduğu takdîrde yüzme kemeri halkasına merbût ipi bir diğeri kullanmak sûretiyle yüz üstü yüzmeye alışmalıdır. Böyle olmayub da rast gele yüzmeye uğraşırlarsa fenâ alışırlar ve o hatalar ilâ-ahire düzelmez. Dikkat olunursa bu sûretle usûlsüz yüzenler kâ'ide tahtında yüzenlerden daha çok kuvvet sarf ettikleri hâlde daha az mesâfe kat' ederler, bunun sebebi vaz'iyet-i istihzâriye ile kuvve-i tahrikiyyeyi birbirine karıştırdıklarından vücûd ilerüleyemez.



On metrodan suya atılma

### **YÜZERKEN MATLÛB DERECEDE SÛR'ATİN İSTİHSÂLİ İÇİN:**

- 1- Ayakları sudan dışarı çıkarmamağa gayret etmeli.
- 2- Ayakların hareket-i mikrâsiyyesi vücûdun mihver şâkûlîsi istikâmetinde sÛr'atle vukû'a gelmeli.
- 3- Hareketler mevzûn ve muntazam olmalı.
- 4- Her iki kol müsâvâten suyu itmeli. Vücûd mütevâzin olmazsa her hareketde ilerü doğru süzülerek gitmez bi't-tabi' yolundan kalır.

Yüz üstü yüzmede lüzûmu kadar peydâ-yı mümârese etdikden sonra arka üstü yüzmeğe başlanır. Ayakların vaz'iyet ve hareketi mukkadimkinin tamamen aynıdır. Kolların hareketi ise gâyet basitdir.

Arka üstü yüzmeğe yüz üstü yüzmeğe nisbetle daha az yorar.

Tahammül yüzmelerinde yan yüzmeler en ziyâde tatbîk edilir. Sür'at yüzmelerinde ise kulac atılır. Gerek atlamaları ve gerek sebâhat-ı tahlîsiyyeyi yoluyla öğrenmek mu'allimlerin nezâreti altında ta'lîm ve terbiye görmeğe vâbestedir.

Gıdâ kadar ziyânın havanın lüzûmunu takdîr eden mütefekkirlerimiz suyun da levâzım-ı sıhhatden ma'dûd olduğunu teslim etdikleri zaman mekteplerde tahsîl ile perveriş-yâb olan gençleri yaz mevsiminde mu'allimlerin nezâreti altında banyo etdiklerini yüzme ve tahlîsiyye amelîyyâtları öğrendiklerini bir gün göreceğimizi ümîd ediyoruz.

### HALAT ÇEKİŞMEK

İşte bir spor ki vaktiyle seve seve yaptığım hâlde biz zamanlar görmeğe bile tahammül edemez olmuşdum. Hiç unutmam mühendishânede daha talebe idim, bizi her sene Hızırilyas'da Kâğıdhane'ye götürürlerdi. Orada mükemmel bir kuzu pilavıyla karnımızı doyurduktan sonra mu'allimlerimizin nezâreti altında uzuneşek! Hamâmkızdı! Tura ve bunlara mümâsil oyunlar oynardık. Kuvvet ve mahâret-i bedeniyyece ikrân ve emsâline fâ'ik olanlarada zâbitler halat çekişdirirdi.

Ben de o zaman kemâl-i şevk ile bu mübârezelere dâhil olur, uğraşır, çabalar. Galebenin mensûb olduğum takımında kalması için bütün kuvvetimi sarf eder, kan tere batardım.

Aradan seneler geçdi bir gün beni bir spor müsâbakasına da'vet etdiler. Gençler velosiped yarışları yaptı. Koşdular, atladılar. Sonunda tersâne askerleri halat çekişdi. Oldukça cüsseli beş on asker karşılıklı halata yapışdılar. Var kuvveti bazuya verüb asıldılar. Alabildiğine çekdiler. Halat bir iki dakîka bu bârû-beden dilâverlerin kolları arasında esnedi. İçlerinden birkaçı heycandan sapsarı olmuş alınlarından soğuk terler akıyor, diğerleri mosmor kesilmiş ıknımdan nefes bile almıyorlardı. Nihâyet zorlu gelen taraf diğerlerini çekdi sürükledi. Müsâbaka bitdiği zaman ekserisi felce uğramış gibi bacaklarının titremesinden ayakda duramayacak kadar bî-mecâl kaldılar.

İşte o gün bu sporu hiç beğenmedim. Çünkü o müsâbaka bütün terbiye-i bedeniyye, hıfz-ı sıhhat, fizioloji kanûnları hilâfına bir ifrât, dâ'iyye-i rekâbetden ibâret

bir sũ'-i isti'mâl idi. Böyle zor-âver bir idmâna vücûdları hazırlanmamış olan tab'an kuvvetli beş on delikanlıyı usûlsüz, maksadsız bir sũretde çekişdirmenin koc döğüşdürmeden ne farkı vardır!

Hangi nev' sporda olursa olsun vukû'u tabi'î olan bir yorgunluğun neticesinde sıhhat ve selâmet-i beden aranması şarttır. Yoksa kalbi hafakana tutulmuş nefesi kesilmiş kendinden geçmiş bir hâlde yapılan spor müsâbakalarının fâ'ide yerine mazarrat tevlid ettiğini tecârib ve tedkîkâtımıza nazaran kirâren söyledik. Ömründe ağır bir şey kaldırmamış olduğu hâlde mahzâ iddi'â ve rekâbet ilcâsıyla çeki taşıyı zorlayub da kasığını çıkaranlar, bir karış yerden atlamayı tecrübe etmedikleri hâlde inâd için yüksek bir mahallden atlayubda apışa kalanlar hep aynı keyfiyyetin kurbanı olurlar.

Geçen sene olimpiyad müsâbakaları münâsebetiyle Stokholm'da bulunurdum. Kongre arkadaşlarımla bir akşam kadınların (on beş metre irtifâ'dan denize atlamak) müsâbakasını seyirden avdet ederken İsveçli Mîralay Balk (Balch) bana ehemmiyetle dedi ki:

- Yarın sabah sekiz buçukda stadyona mutlak geliniz. İngilizlerle Danimarkalıların halat müsâbakası var, pek merak-âverdir.

Mîralaya söz vermekle beraber kalben o kadar memnûn olmadım bizim neferlerin hâli gözümün önüne geldi ve kendi kendime ne olacak? Beş on adamın zorla yekdiğerini yerlerde sürüklemesinden ne çıkacak? Dedim.

Sabahleyin stadyonda me'mûlümün fevkinde bir galebelik vardı. İngilizler, Amerikalılar herkesden evvel gelmiş ve en ön sıralara yerleşmişlerdi. Biraz sonra veliahd ve kral âilesine mensûb ba'zı prensesler de geldiler. Karşımızdaki büyük kapıların birisinden elinde koca bir İngiliz bayrağı temevvüc eden bir genc onun arkasından on iki İngiliz bir meşy-i serî' ile meydâna çıkdılar ve karşımıza durdular. Onları müte'âkıb Danimarkalıları kırmızı beyazlı fanileleriyle (Sanki bizim hürriyet bayrağımızı temsil ediyorlardı) onlar da gelüb İngilizlerin yanına dizildiler.

İngilizler daha kuru, daha za'îf, daha çelimsiz; Danimarkalıları ise daha kavi, daha tûvânâ görünüyordu. Hakem kumandasını verdi. Halatı yerden tutub kaldırdılar, ikinci bir kumanda ile girdiler, üçüncü bir kumanda ile çekmeğe başladılar. Hepsinin de el ve ayakları kurulu makine gibi muntazaman ve muttariden bir müddet işledi. Sonra kuvvetlerin tevâzün etmesinden birkaç sâniye bir vakfe-i tavakkuf hâsıl oldu, yine hareket başladı. Her zorlayışta İngilizler yarım ayak boyu kazanıyordu. Yine bir ân tavakkuf oldu. Tekrar hareket başladı. Bu def'a iyiden iyiye İngilizlerin galebesi görülüyordu.

Etrâfdan yükselen “hurrâ!” sadâları onlara bir seyyâle elektriki gibi te’sîr etdi. Birden şiddet ve kuvvetlerini taz’îf etdiler ve Danimarkalıları çeküb götürdüler. Yarım sâatlik bir fâsıladan sonra bir ikinci mübârezeeye daha tutuşdular. Bu def’a altı dakîka kadar halat ba’zen Danimarkalıları, ba’zen İngilizlere teveccüh etdi. Yine bir ânda İngilizlerin bacaklarında bir faâliyet-i hâriku’l-âde görölmeğe başladı. Mukâvemetden âciz kalan Danimarkalıları mağlûb oldular. Bir alkış tufânı stanyunu inletdi. Veliahd bu muhterem gençlerin ayrı ayrı ellerini sıkdı. İngilizlere gümüş, Danimarkalıları bronz olimpiyad madalyasını verdi. Merâsimin hitâmında gençler yıkanmak üzere duş dâirelerine gitdiler.

Mîralay Balch’da yanımıza gelerek dedi ki:

“Nasıl şâyân-ı hayret değil mi? İngilizlerin mecmû’unun sıkleti yedi yüz seksen kilo, Danimarkalıların ise sekiz yüz kırk kilo, arada altmış kilo bir fark olmasına rağmen yine İngilizler kazandı.”

London Higland Atletik Kulübüne (London Higland Atlétic Club) mensûb olan bu gençler bu kuvveti iktisâb ve bu muvaffakiyeti te’mîn için her dürlü ispirotolu içkiden, mükeyyifâtdan ve bi’l-cümle müşteheyâtan kendilerini mahrûm edebilecek kadar metânete mâlikdirler. Esnâ-yı ta’âmda şarâb, bira yerine (biz de olduğu gibi) süd içiyorlar. İçlerinde bir sigara içene rast gelmedim. Fakat bu galebeyi te’mîn eden asıl sebep bu kadar intizâm-perverâne ve nâmuskârâne yaşamaları değildir. Çünkü Danimarkalılarda perhîzkârlıkda İngilizlerden hiç geri kalmazlar. Hayır, onların her milletten ziyâde bir bilgisi vardır ki futbolda, ragbide(rugby) kriketde, poloda onları hep birinci çıkarıyor. “tevhîd-i mesâ’î” işte bunu onlar kadar kimse beceremiyor.”

### **HALAT NASIL ÇEKİLİR?**

Halat çekişmek de bir İngiliz sporudur. İngiltere’de yalnız kulüblerde değil ordu ve donanmada dahî halat çekişmeğe pek meraklıdırlar. Senede bir def’a icrâ edilen (Militaire Tournoi Royal)de ordu ve donanmanın mu’allim, güzîde efrâdı kuvvet ve mahâret-i bedeniyyelerini gösterirler. Ve pek çok alkışlara, takdîrlere mazhar olurlar.

Bahriyelilerin san’atları icâbından dâima iple, halatla uğraşmaları onların bu müsâbakada herkesden ziyâde muvaffak olacakları zannını hâsıl etdirir ise de İngiltere’de en meşhûr halat çekenler polislerdir ve bi’l-hassâ İskoçya polisleridir.

İyi halat çekmek için kuvvet ve mahâret kadar zekâ ve dirâyet ve i’tidâl-i dem sâhibi olmak şartdır. Hangi vaz’iyyetin çekmeğe daha müsâ’id olduğunu, az kuvvet

sarfıyla çok mukâvemet husûle getirmek için kudret-i adaliyyenin sûret-i sâlimede idâresini, sürekli veya kısa ve şedîd zorlamanın ân ve zamanını bilmek elzemdir.

Yoksa bunu iddi'âlî bir eğlence gibi telakkî ederek gelişi güzel halata asılmaktan bir fâ'ide hâsıl olamaz. Bu spora bîgâne olub da inâd ve iddi'â için halat çekişenlerin alâ'im-i vechiyelerinden cümle-i asabiyyelerinin geçirmekte olduğu buhrânlar pek güzel görülebilir.

Fi'l-i teneffüsün, deverân-ı demin nâzım-ı hakîkîsi olan a'sâb iyi idâre edilmeyen bir kuvve-i irâdiyyenin taht-ı te'sîrinde kalırsa tenâyüc-i elîmesini vücûd makinesine gösterir. İkinmanın te'sîriyle deverâna âriz olan ihtikân ael-i muhtelifenin zuhûruna sebep olur. Aynı hareketle müddet-i medîde çalışan cümle-i adaliyyenin yorulması diğer harekâtın âhenk ve intizâmını ihlâl eder. Ve bir müddet-i muvakkate için onları dumûra düşür eder. Nitekim yüz kilometroluk bir velospid yarışına iştirâk eden veya beş bin metrelik bir tahammül müsâbakasında koşan gençlerin müsâbakanın hitâmında yürümekte, adımlarını atabilmekte müşkilât çekerler.

Yorgunluğun derece-i şiddeti i'tibârıyla üç nev'-i mahsûsu vardır:

- 1- Ta'ab-ı hafif
- 2- Ta'ab-ı şedîd
- 3- Ta'ab-ı müfrit

Ta'ab-ı hafif iddihârât-ı bedeniyyenin bir sûret-i ma'kûlede sarfiyyâtı demektedir ki bu makbûldür. Sıhhat ve âfiyyet bedene hâdimdir.

Ta'ab-ı şedîd iddi'â-yı rekâbetden mütevellid bir hırsla sarf edilen kuvâ-yı bedeniyyedir ki ale'l-umûm sporlar bir ta'ab-ı şedîdi icâb etdirir. Hazırlanmamış vücûdlar buna mukâvemet edemez.

Ta'ab-ı müfrit anâniyeti tatyîb için tahammülün fevkinde sarf edilen kuvvetlerdir ki neticesi vahîmdir. Bu gibi sû'-i isti'mâlât hayât-ı ictimâ'iyenin her safhasında merdûddur. Yedi yaşında bir çocuğun Rübâb-ı Şikeste'yi ezberlemesi, bünyesi mütehammil olmayan bir gencin sekiz yüz metrelik bir yaya koşusuna iştirâk etmesi, bir diğerinin bir tebsi baklava yemeğe kalkışması hep aynı ifrâtın muhtelif şekilleridir.

Halat çekişeceklerin sinnleri on yediden dûn olması ve her birinin bi'l-hâssa bu spor için idmân etmiş olması şarttır.

Halat mübârezesi ya açıkta toprak üstünde veya bir jimnastik salonunda döşeme üzerinde yapılır. Hâricde olursa her takımın adedi (8 : 12) dâhilde ise (4) kişidir.

Açıkdaki mübârezelerde takımların sıkleti hakkında bir kayd-ı nizâmı yoktur. Dâhilde ise hafif i'tibâr edilen takımların mecmû' sıkleti 241 kilodan, sakil olanların 266 kilodan fazla olmasına müsâ'ade edilemez.

Açıkdaki mübârezelerde takımlar yüzlerini yekdiğerine tevcîh etmeğe ve halatı koltukları altında tutmağa mecbûrlar. Hâlbuki dâhilde isterlerse sırtlarını çevirüb halatı omuza alabilirler. Gerek içerüde gerek dışarıda halatın müntehâsını tutan ve çapa ta'bîr edilen gençler istedikleri gibi çekmeğe me'zûndurlar. Yalnız halatı vücûdlarına dolayamazlar.

Hâricde ayağa iyi bir mahall istinâd te'mîn etmek için yeri eşmek câ'iz olmadığı gibi ayaklardan başka vücûdun hiçbir noktasının yere temâsına müsâ'ade edilmez. Esnâ-yı mübârezede hâricden kimsenin akıl öğretmeğe salâhiyyeti yoktur. Ayaklar ya çıplak veya çorablı bulunur. Ayaklara hiçbir şey sürülmez.

Dâhilde halat çekişmek hârice nisbetle daha gücdür; çünkü ayaklar sert döşeme üstünde kuvvetli bir nokta-i istinâd bulamaz. Binâen aleyh daha çok mahârete ihtiyâc vardır.

#### Mübâreze Nasıl Başlar?

Zemine tebâşirle bir hatt-ı müstakîm çizilir. Bu hatta muvâzî olmak üzere her iki cihete 1,75 metreye birer hatt daha resm edilir. Üç dört santimetro kutrunda on beş metro tûlünde olan halat bu hatları tansîf edecek sûretde yere uzatılır. Halatın tam ortasına kırmızı kurdela veya mendil bağlanır. Her iki takım efrâdı mendilden 1,50 : 2 metre uzakdan başlayarak birer metre ara ile halatı tutarlar ve hakemin: halatı ger! Kumandası ile vaz'iyet alub dururlar. Hakem mendilin ortadaki çizginin tam hizâsında olduğuna kesb-i kanâ'at etdikden sonra hazır mı? Su'âlîni îrâd eder. En önde bulunan takım başların her ikisi de hazır olduklarını haber verince Arş! Kumandasını verir.

İki tarafda hem çekmeğe hem de ellerini değışdire değışdire hafif hafif ilerülemeğe başlar. Takımlar yekdiğerine 30 : 35 santimetreye kadar yaklaşabilirler. Yalnız efrâdın arasındaki bir metre mesâfeyi muhâfaza eylemeleri lâzımdır.

Mağlûb olacağını hiss eden tarafın takım kumandanı hasımlara sırtını döner fakat bunun usûlü vardır. Şöyle ki kendisi halatın solunda bulunduğunu farz edersek sol eli ilerüde sağ geride, halatda sağ koltuğu altında bulunur. Sağ eliyle çekmekte devam ettiği hâlde sol elini bırakub vücûdunu halatın üzerinde geri çevirerek sol eliyle omuzu karşısından tutar, diğeri de aynı vechle birer birer dönerler. Gerek önden çekerken gerek geri dönüldüğü vakit vücûdun hey'et-i umûmiyyesi kütle-i vâhide gibi bir sath-ı

mâ'il teşkîl etmelidir, yoksa kuvvet derhâl inkisâma uğrar. Halatı dâima doğru çekmeli ve sağa sola oynatmaktan sakınmalıdır. Adalât-ı batniyye ve zahriyyeleri bir anda takallüs etdirmelidir. Ve dâima nefes almalıdır.

Ayaklar bir hizâda, ökçeler yekdiğerinden az açık, vücûd düzgün, kısım-ı ulyâsı iyice geri atılmış olmalı, her zorlayışda dirsekleri ve bacakları germeli.

Kolları vücûddan çok ayırub ileri uzatmamalı o vakit tabî'atıyla baş ilerü uzanır sırt muhaddebit peydâ eder.

Ba'zen devamlı ba'zen kısa şedîd sarsıntılarla çekmeli. Mütemâdiyen sarsıntılı çekişler çok yorucu olduğu gibi kuvvânın âhengini bozduğundan mümkün mertebe az yapılmalı ve mukâbil taraf yapıyorsa o zaman bacakları ve kolları iyice gerüb bütün adalâtı takallüs etdirerek hasmın bu mükerrer savletleri geçinceye kadar halata yaslanmalıdır.

#### **AÇIKDA HALAT ÇEKİŞME:**

Açıkdaki mübârezelerde ayaklar daha muhkem bir nokta-i istinâd bulabildiğinden çekişmeler daha muntazam daha sürekli olur. Hasma sırtını dönmeğe de müsâ'ade edilmez. Bu mübârezelerde kullanılan halatın tûlü lâ-ekall otuz metre olmalıdır.

#### **GALEBE NASIL TA'AYYÜN EDER?**

En önde halat tutan takım kumandanı merkez hattına muvâzî olan mukâbil cihetdeki 1,75 metre hattına ayak basdığı gibi oyunu gâ'ib eder.

Beş dakîka fâsıla ile yerler değışdirilerek ikinci def'a çekilir. Her iki taraf birer def'a kazanırsa kur'a ile yerler ta'yîn edilmek üzere bir üçüncü müsâbaka daha olur. Müsâbakadan evvel ve sonra temrînât-ı nefesiyye yapmak ve halat çekişdikden sonra duş yapmak usûldendir.



(Boy Squadlık) hayâtından: Arkadaşlık ve kardaşlık

### MÜKAFÂTLAR:

Bu sporda dahî sâirlerinde olduğu gibi diploma, gümüşden, bronzdan, bakırdan madalya veya bir kıymet-i mâddiyesi olmayan hediyeler verilir.

### BOY SQUADLIK

Dört sene mukaddem Stokoholm'da iken paskalya yortuları münâsebetiyle arkadaşlarımla yaptığımız büyük getizintilerde sinnleri 13 ile 18 arasında mekteb çocuklarına kırlarda, ormanlarda müsâdif olmuşduk. Mini mini çadırlar kurmuşlar sereserpile oturmuşlardı. Doğrusu o vakit bu gençleri nazar-ı ehemmiyetle görmemişdim. Ve bu kır âlemlerini ta'tillerden bi'l-istifâde dağlarda, ovalarda temîz hava ve sıhhat aramağa koşmağı i'tiyâd edinen şimâl milletlerinin mahsûsâtından zann etmişdim. Bir sene sonra Danimarka terbiye-i bedeniyye kongresine azîmetimde Harbiye Nâzırı nutuk iftitâhında "misâfirlerime boy squadlarımızı da göstereceğim endâht cem'iyetleri kadar anların da mevcûdiyeti Danimarka'ya şeref verdi." Demişdi. Fî'l-hakîka "Odense" şehrinde bizi istikbâl eden bin kadar mektebli gencin ta'lîm ve terbiyesi, bilgisi bütün kongre murahhaslarını hayretde bıraktı. Büyük bir meydâna takım takım gelüb dizildiler fevka'l-âde bir mükemmelliyetle İsveç usûlü temrînât-ı bedeniyye yaptılar (Danimarka yirmi seneden beri ordu ve donanmasında ve bütün mekteblerinde İsveç usûlünü tatbîk etmektedir.) yere yatub mükerrer ateşli tüfenkle iki yüz metreden nişân atdılar. Yüksek bir mahallden denize atlayub yüzdüler. İçlerinden bir kısmı elli metre kadar açıldıktan sonra boğuluyor gibi yaptılar diğerk arkadaşları elbise ile atlayub onları kurtardılar, sâhile çıkardıkları vakit ba'zıları bayılmış gibi vaz'iyet aldı, derhâl müdâvât-ı lâzımede

bulundular (bi't-tabi' bacaklarından asmadılar!) halat çekişdiler bayraklarla muhâvere etdiler, burkulma, çıkık, kırıkların tedâvisini bi'l-amel gösterdiler. Orada bizim ile birlikde bulunan başvekîl boy squad tesmiye edilen bu genclere dâir tam bir sâat söz söyledi. Kaya parçası gibi bir adam, ne de gümrâh sesi vardı nutkunda bu gençlerin birçok fazîletlerini söyledi. Dahâ muhtelif şeyler bildiklerini fakat orada hepsini göstermek mümkün olmadığını ve bu gençlerin kendi kendisine kifâyet eder birer şahsiyyet-i müstakille olduğunu anlattı.

Dresten'de in'ikâd eden hıfz-ı sıhhat kongresinde Doktor Maloviç'in delâletiyle Alman boy squadlarını da gördüm. Civâr şehirlerden ta'tîl münâsebetiyle kız erkek beş altı yüz mektebli mu'allimleriyle birlikde gelmişler, bir kısmı mekteblere misâfir edilmiş,



Boy squadlığda mu'avenet-i mütেকâbile



İngiliz keşşâflarının kaynayan tenceresi

Kısm-ı diğeri de kendi çadırlarını kurmuşlardı. Hemen patatesle çorbadan ibâret olan yemeklerini kendileri pişiriyor ve beraberlerinde getirdikleri sucuk ve peksimetleri

iyorlardı. Şehremi bu çocuk alaylarının şerefine kırdı büyük bir ziyâfet vermişdi. Dikkat etdim, o kadar biraya düşkün olan Almanlar sofrada yalnız süd içiyorlardı.

Bundan altı ay mukaddem Paris’de in’ikâd eden terbiye-i bedeniyye kongresine azîmetim esnâsında bu mu‘azzam teşkîlâtın mehd-i zuhûru olan İngiltere’ye kadar geçüb orada tedkîkât-ı lâzîmede bulunmayı bir vazîfe-i vataniyye bildim. Ve iki seneden beri Londra’da Tenpil’de (Temple) avukatlık tahsîli etmekte bulunan Sadi bey kardeşime bir mektûb yazdım. (Sadi Bey, tütün ticâretiyle meşgûl olan Sadi Bey değildir. Bana her dürlü mu‘âvenetde bulunacağını va’d etdi. Ben de soluğu Londra’da aldım. O yâr-ı vefâkarın, o çalışkan, gayûr vatanperver gencin himmet ve mu‘âveneti sâyesinde İngiliz boy squadlarını ve nâm-ı bülendi dünyanın her tarafında tebcîl ve tekrîm ile yâd edilen Cenerâl Baden-Powell’i tanımak saâdetine mazhar oldum.

Otele indiğimin ikinci günü Sadi Bey Cenerâle bir mektûb yazdı. Londra’ya gelmekdeki maksadımı bildirdi. Bir gün sonra sabahleyin Cenerâl kâtibini bizim otele gönderdi. Gâyet halûk, sıcakkanlı olan bu İngiliz centilmeni (Hâtırında iken söyleyim İngilizler için soğukkanlı derler. Ben o memleketin kadını, erkeğini pek sıcak buldum. Bu sût’-i zann mutlakâ serinkanlı olduklarından kinâyeye olmalı) cenerâl bizi öğleden sonra sâat ikide kabul edeceğini söyledi.

Sadi ile bindiğimiz otomobil Londra’nın genişçe sokaklarından birinde kışla kadar cesîm bir apartmanın kapısında durdu. Boy squad olduğu kıyâfetinden anlaşılan on yedi yaşında sevimli, terbiyeli açkgöz bir genc yanımıza tekarrüb etdi ve bir nefer gibi karşımızda vaz’iyyet aldı. Elini şakâğı hizâsına kaldırarak sert bir ifâde ile: “Efendiler size ne sûtretle müfid olabilirim?” dedi. Cenerâl Baden-Powell’i göreceğiz dedik. Bu def’a çocuk daha mütehâlikâne : “Türkiye’den gelen Selim Sırrı ve Sadi Beylerle mi müşerref oluyorum!” dedi. Sadi’nin evet! Biziz demesi üzerine biraz ilerüdeki asansörün kapusunu açdı birlikde yukarı çıktık. Cenerâl fevka’l-âde bir nezâket-i asîlâne ile bizi karşıladı ve Fransızca konuştu. Yarım sâat kadar bize bu çocuk ordusunu nasıl teşkîle muvaffak olduğunu, kulüblerde gençlerin nasıl çalışdıklarını, ne öğrendiklerini bi’l-etrâf anlattı. Yalnız dört sene zarfında Britanya adaları dâhilinde te’sîsine muvaffak olduğu bin kulübün Sekiz yüz bin çocuk a’zâsı olduğunu söylediği zaman ben kemâl-i hayretle:



Danimarka Keşşâflarının Kızlar Şu‘besi

- Fakat efendim böyle mu‘azzam bir teşkîlatı vücûda getirmek için kimbilir ne büyük sermâyeniz vardı? Dedim.
- Sermâye, evet, sermâye nakid i‘tibâriyle bir para sermâyem yokdu. Yalnız maksad ve gâyemi Tayms (Times) Gazetesinde uzun bir makâle ile şerh etdim ve memleketimiz için pek hayırlı olacağı kaviyyen bildiğim bu emr-i hayra zenginlerin iştirâk etmesi lâzım geldiğini söyledim. Bir hafta içinde otuz bin lira gönderdiler. O i‘âne bu mü’essesâtı vücûda getirdi.

Cenerâl muhâvereyi birazda bizim Balkan Harbi’ne intikâl etirerek bu mağlûbiyyet hiç şübhe yok size büyük bir ders-i intibâh olmuşdur. Noksanlarınızı daha iyi anlamışsınızdır. Harbden sonra her işe gâyet ciddî başlamalısınız. Sizin cesûr, çalışkan, disipline ri‘âyet eder adamlara ihtiyâcınız var. Bu fazâ’il boy squadlığın hemen hemen esâsını teşkîl eder. Bir boy squad ordusu vücûda getirebilerseniz memleketinize pek büyük hizmet etmiş olursunuz. Ben pek az Türk tanıdım. Fakat tanıdıklarım ben de pek güzel te’sîr bıraktılar.

Daha ba‘zı hayırhâhâne nasîhatler verdikten sonra kâtibini çağırdı ve boy squadlığa dâir öğrenilmesi, bilinmesi lâzım gelen şeyleri göstermesini emr etdi. Cenerâl vedâ‘ ederken “çalışınız, sebât ile çalışınız!” Dedi.

## NASIL ATLAMALI?

Fıtratda meknûz havâss-ı beşeriyeden biri de atlamaktır. Çocuklar yüzmede peydâ-yı meleke etdikden sonra atlamağa heveskâr olurlar. Peder ve vâlidelerin ihtârât-ı mütemâdiyesine rağmen ilk fırsatta minderlerden atlarlar. Hele çocuk biraz ateşin ve yaramaz olursa merdivenden atlayarak iner, iskemleden aşağı atlar. Bu meyl ve arzunun önüne geçmek kâbil olamaz. Zâten buna mümâna‘at etmek de ma‘kûl değildir. Binâen aleyh çocuklara pek küçük yaşda atlamanın usûlünü ta‘lîm etmelidir. Çünkü yanlış bir hareket elim neticeler verebilir. Ayak burkulur veya kasık çıkar hele bu sonraki hakîkaten bir felâketdir.

Çocuklar husûsiyle kızlar altı yedi yaşından i‘tibâren ip atlamaya heves ederler. Muntazan atlayabilmek için bidâyetde epeyce müşkilât çekerler. İp ayaklarına dolaşır, fenâ sıçrarlar fakat bir müddet sonra mümârese hâsıl edince ip büyük bir sür‘at ve suhûletle ayaklarının altından geçer. Dizleri, ayak mufassalları bir çelik yay gibi işler durur. Kâh ayakları bitişik,



فرانسہ نك چليك ياي تعبير ايندكاري اك  
مشهور اتلامه آماتورلر نندن (غريزل Grisel)

Fransa'nın çelik yay ta'bîr etdikleri en meşhûr atlama amatörlerinden (Grizel/Grisel)

Gâh ayrı ayrı münâvebeten ba'zen koşarken atladıkları gibi ba'zı kerrede iki çocuk ipi çevirir bir üçüncüsü atlar. Bütün bu fa'âliyyet-i bedeniyeye sâyesinde yanakları kızarır, yüzleri güler, eğlenirler, neşeyâb olurlar. Yoruldukları hâlde bile oturmak istemezler. Çocuklar için en nâfi' bu oyuna mekteblerde müsâ'ade etmeli hattâ

atlamayanları teşvîk etmelidir. Her sıçrayışta dizleri esnetmeyi, ayakların ucuna basmayı vücûdu dik tutmayı ihtâr etmelidir.

Hayât-ı şebâbımıza âid eğlenceler içinde hepimizin az çok tecrübe ettiğimiz oyunlardan biri de adım atlamadır. Kiremitle zemine bir hat çizer, ökçelerimizi hattın kenârına temâs etdirir, birkaç kerre sallandıktan sonra atlardık; kaç ayak atladığımızı kemâl-i dikkâtle ölçerdik. Üç adım atladığımız zaman içimizden en güzel atlayan mütemâdiyen artdırır biz ona yetişmeğe savaşırdık. Ba‘zen handak veya mâni‘ atladığımızda olurdu. Şimdi Avrupa’da pek moda olan sırkla atlamayı (Saut a la perche) bilmezdik. Bütün bu muhtelif atlamalarda hiçbir usûl ve kâ‘ide ta‘kîb etmeyerek görenek sûretiyle ne belledik ise onu yapardık herkes isti‘dâdı nisbetinde ibrâz-ı mahâret ederdi. Fakat Avrupalılar herşeyi fenne ve usûle rabt ettiklerinden bu sâyede tasavvurun fevkinde hâriku’l-âdelikler göstermeğe muvaffak olmuşlardır. Bu kavâ‘idden muhtasaran bahs edeceğiz.

Gerek düz bir mahalle kat‘-ı mesâfe etmek gerek bir handakı veya mâni‘i aşmak için ayak, diz, kalça mefâsılının yaylanmasından istifâde edilir. Maa hazâ unutmamalıdır ki bel kemiği ile kollarında büyük yardımcı olur. Binâen aleyh kolları bir âhenk ile sallayarak vücûdu ileri atmayı öğrenmelidir.

Atlamalarda dört ân meşhûd olur.

- 1- Hareket-i İstihzâriye
- 2- Hareket-i İndifâ‘iyye
- 3- Mu‘allakda
- 4- Sukût

**Hareket-i İstihzâriyye** – Ökçeleri bitişik vücûdun sıkleti tabanlar üzerinde, dizleri arkadan bir zâviye-i kâ‘ime teşkîl edecek sûrette bükerek, kollar gergin olarak geri götürülür.

**Hareket-i İndifâ‘iyye** – Dizleri şiddetle gererek kolları da sür‘atle ileri çekerek tabanlarla zemin itilir.

**Mu‘allakda** – Kat‘ olunan mesâfeye veya atılan mâni‘a göre vücûdun mu‘allakda bulunması.

**Sukût** – Ökçeleri bitişik olduğu hâlde tabanların yere temâs etmesidir.

Hareket-i İstihzâriyyede kolların geri götürülmesi dizlerin bükülmesi gibi âheste olarak yapılır.

Hareket-i indifâ'iyeye esnâsında kollar âni bir sûretde bacakların gerilmesiyle beraber öne uzatılır. Bu hareket vücûdun ilerülemesine yardım ettiğiinden ba'zen kollar vücûd havada iken geri çekilerek daha ziyâde mesâfe kat' edilir.

Sukût esnâsında dizler esnetilerek kollar sür'atle aşağı çekilir ve kolların hareketi vücûdun müvâzenetini tanzîme hizmet eder.

Hız almadan atlamalarda peydâ-yı mümârese etdikden sonra gerilerek hız alub atlanır. Atlamalar yumuşak toprak üzerinde ta'lîm edilir. Sukût mahalli ise sûret-i mahsûsada kabartılır ve her atlayışta tarakla tesviye edilir.

Mâni' atlamalara başlamadan evvel sehpa üzerine mevzû' uclarına kum torbası ta'lîk edilmiş ipden atlanır.

Atlamalarda altı yaylı tahta (trampelen) isti'mâlinden kat'iyyen tevakkî etmelidir.

### **ATLAMALARIN BAŞLICALARI ŞUNLARDIR:**

- 1- Tûlâni Atlama
- 2- Yan Atlama
- 3- Aşağıdan Yukarı Atlama
- 4- Yukarıdan Aşağı Atlama
- 5- İpden Atlama
- 6- Mâni'den Atlama
- 7- Tahta Beygirden Atlama
- 8- Pelinetden Atlama
- 9- Ufkî Ağacdan Atlama
- 10- Hız Alarak Bir Adım Atlama
- 11- Hız Alarak Üç Adım Atlama
- 12- Hız Alarak Handak Atlama
- 13- Hız Alarak Çifte Sırıkla Atlama
- 14- Hız Alarak Tek Sırıkla Atlama
- 15- Sıkletle Atlama

Bu atlamalardan başka bir de "soperillo"(Sout perilluex) ta'bîr edilen perende atarak atmala vardır. Oldukca bir cesâret, i'tidâl-i dem ve çevikliğe vâbeste olan bu hüner ve ma'rifetler canbazlıktan ma'dûddur. (Sırası gelmiş iken tekrar edelim ba'zı kimselerin zann ettiği gibi biz canbazlığın aleyhinde değiliz yalnız canbazlığı mekteblere tatbikin sûret-i kat'iyyede aleyhindeyiz yoksa her sınıfın şâheserlerini takdîr ederiz. İyi

güreşenleri de nitekim aynı hisle alkışlarız.) bu husûsda en ziyâde ibrâz-ı mahâret edenler İtalyanlar ve Fransızlardır. Meşhûr Canbaz Higgins sıra ile dizilmiş on iskemleden perende atarak atlardı.



Fransızların en meşhûr atlama amatörlerinden Grisel

Yine bir gün Paris’de (yeni sırk(?))da mûmâ-ileyhi evvelâ bir dört ayaklı masaya oradan da bir sıçrayışta bir kupa arabasının üzerinden aşdığını seyr etmişdik. Fakat Higgins bütün bu hâriku’l-âde atlama hünerlerini yaparken her elinde altışar kilo sıklende birer gülle tutar ve tam yere düşeceği zaman onları yan tarafa atardı. Bütün o hâriku’l-âde hünerlerin miftâhı o mini mini halterler idi.

Resimde görülen Mi‘mâr Grisel Paris Raken Kulüb a‘zâsından bir atlama amatörüdür. O bi’t-tabi’ öyle sıklent filan kullanmıyor. Fakat onun ka‘bında bir atlayıcı cihânda hemen görülmemiş gibidir.

## BİZCE MECHÛL HAYÂTLARDAN

### (Kar Kızağı, Şidor)

Fransa’nın “Turing Kulüb” re’isi muharrer Mösyö Balif diyor ki;

“En mübrem bir ihtiyâc-ı cem‘iyyet olan ihtilât ve münâsebâtı te’min için insanlar esbâb ve vesâ’it-i mürâselâtı günden güne mükemmelleştirmeğe mecbûrdurlar. Pek tabi’îdir ki bugün hiçbir medenî kavim hâl-i inzivâ ve infirâdda yaşayamaz. Hattâ değil

büyük şehirler, en âdî bir köy halkı bile temâs-ı hâriciden âzâde olamıyor. “her ne kadar şehir ve kasabalarımızın münâkalât ve mürâselâtı ihtiyâc nisbetinde tezyîde sa’y olunuyorsa da Fransa’nın havâli-i şimâliyyesinde kışın kesretle nüzûl eden kar civâr köylerin tekmîl yollarını kapayarak yine birçok halkımızı aylarca seyr ü hareketden mahrûm ediyor. Gelek Alp, gerek Pirene cihetlerinde nice köyler vardır ki bütün kış muhâsarada gibi hâricle münâsebetleri kesilir. Ne kendilerinin dünyadan ne dünyanın kendilerinden haberi olur.

“İşte bu insanları, düşman bî-amânları olan kara galebe edecek bir aletle techîz eylemek beşeriyete büyük bir hizmet etmek demektir.

“Böyle bir alet bugün mevcûd İsveç’de, Norveç’de, Laponya’da asırlardan beri kullanılıyor. Çamdan, cevizden veya kayın ağacından ma’mûl on santimetre genişliğinde, iki ilâ dört metro tûlünde, ayaklara rabt edilen ve şidor tesmiye olunan bir kar kızağıdır. Vücûdun sıkleti uzun bir sath-ı müstevînin nikât-ı muhtelifesine taksîm edildiğinden şidor kara gömülmüyor, piyâde ve suvârinin hareketi kâbil olmayan karlar üstünde suhûlet ve sür’atle kat’-ı mesâfe ediyor. Şidor iniş ve yokuşlarda dahî kullanıldığı gibi onlarla on, on beş, hattâ yirmi metrodan aşağı atlamak da mümkündür. Atlamak keyfiyeti oldukça bir mümâreseye lüzûm gösterirse de dört beş karış; hattâ bir metre kar üstünde en mübtedîler bile pek kolaylıkla sâatde yedi kilometre kat’ edebilirler.

“Bugün şidor bütün kışı çok olan köylerimizde havâyic-i zarûriyyeden ma’dûddur. Velospidin lüzûmu ve ehemmiyeti hakkında şimdiye kadar ne söylenmişse şidor hakkında aynen cârîdir. Ya’ni hem güzel bir spor, hem de kara gömülmez bir vâsita-i mürâseledir.

“Birkaç seneden beri Turing Kulüb tarafından şidorun Fransa’da ta’mîmi için ihtiyâr edilen fedâkârlıklar pek nâfi’ semereler vermekte olduğunu nazar-ı şükranla görüyoruz. Mıntıka-i şimâliyye sekinesine bu kış dahî sâbıkı vechle dört yüz çift şidor hediye ediyoruz.

“Muhterem vatandaşlarım, şidorun isti’mâlini ta’mîme çalışalım. Gençleri bu fâ’ideli spora teşvîk edelim. Herkes evinde müte’addid şidorlar bulundurmağa gayret etsün. Köylülerimizin şimdiye kadar altında gömülüb kaldıkları kar yığınlarının, ba’demâ üstünde bir kuş hafifliğiyle geçüb izler bıraktıklarını görelim.”

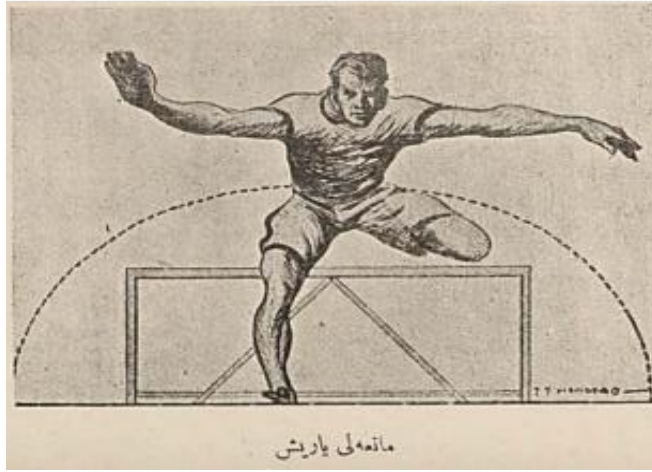
Mösyö Balif’in makâlesi de gösteriyor ki şidor levâzım-ı zarûriyye sırasında en nâfi’ bir kış sporudur. Futbol kriket polo gibi bunun da İsveç’de, Norvec’de, Danimarka’da, Finlandiya’da Almanya’da ilh (ilâ ahiri)... kulüpleri ve yüzlerce a’zaları

vardır. Her kış müsâbakalar tertîb edilir. Ondan mâ'adâ ordularda dahî bu aletin isti'mâline ihtiyâc görülmüş. Fransa Alp mıntıkası dâhilindeki askerine ta'lîm ettirdiği gibi, burada piyâde alâyları her kış şidorlarla manovralara(manoeuvre) iştirâk ederler.

Şidorları kışın münâkalâtda en çok isti'mâl eden İsveç ve Norvec hükûmetleridir. Almanya'da dahî bu son senelerde âdeta moda hâlini almışdır. Her nedense Almanya birçok zaman bu fâ'ideli spora rağbet göstermemişdir. Fakat meşhûr Seyyâh Nansen Grönland kıt'asını başdan başa şidorla dolaşdıktan sonra "En Ski a travers Gronland" nâmındaki eserini neşr etmesiyle bütün Alman genlerinde bu yeni spora karşı bir heves uyandı.

Doktor Hansen'in ifâdesine nazaran şidorun da menşeî Altay Dağlarıdır. Bi't-tabi' o havâlide pek ibtidâî bir hâlde isti'mâl ediliyormuş. Münâsebât-ı kavmiyyeleriyle Rusya'ya, oradan da İskandinavya'ya geçmiştir. İklimin souk(soğuk), karın mebzûl olmasından az zaman zarfında şidor bu memleketlerde "treno(?)"lar gibi çabuk ta'ammüm etmiştir. Ve sonraları ihtiyâc-ı arâziye göre muhtelif şekil ve cesâmetde i'mâl etmişlerdir.

Şidorla buz üstünde kaymak mümkün değildir. Buzda ayrıca "paten" ta'bîr edilen kızaklar isti'mâl edilir.



Mâni'alı yarış

Seyyâh Nansen eserinde şidor hakkında hayli nâfi' ma'lûmât veriyor. Ez-cümle yarışlara dâir yazdığı şeylerin ba'zı yerlerini tercüme ediyorum.

"1884 senesi Mârtında İsveç'in cenûbunda Cokmon(Jönköping)(?) şehrinde tertîb edilen imtidâd müsâbakasında birinciliği otuz yedi yaşında "Teordora" isminde bir Laponyalı kazanmıştır. Mûmâ-ileyh ârızasız bir ovada yirmi bir sâat yirmi iki dakıkada

iki yüz yirmi kilometre kat' etmiştir. Yarışa iştirâk eden diğer altı kişiden en geri kalan kırk sekiz dakîka sonra gelmiştir.

“Cüz'î ârızalı bir arâzide 1901'de Stokoholm'da icrâ edilen bir yarışta Finlandiyalı “Hepokar” altmış kilometreyi dört sâat kırk üç dakîka on bir sâniyede kat' etmiştir. Otuz kilometrelik diğer bir yarışı yine bir Finlandiyalı kazanmıştır ki iki sâat dokuz dakîka on üç sâniyede birinci gelmiştir. Yarışa otuz kişi iştirâk etmiştir.

“1888 senesi Şubatında Kristiyanya'da (Christiania) ârızalı bir yarış tertîb edilmiş, Norveçli biri elli kilometreyi dört sâat yirmi altı dakîkada kat' etmiştir.

Şidorla bir de atlama müsâbakaları tertîb ederler. Ekseriya yüksek bir bayırdan sür'atle gelüb bir sedden bir sath-ı mâ'ile geçerek aynı sür'atle müretteb müte'addid sedlerden atlanır. Oldukca tehlikeli olan bu atlamalarda en çok muvaffakiyyet gösteren Norveçlilerdir. 1902 senesi Şubatında icrâ edilen beyne'l-milel şidor müsâbakasında Norveçli Stensrod yirmi dört metreden aşağı atlamıştır.

Şu son on sene zarfında Avrupa'nın her tarafında spora verilen ehemmiyet tabi'î İsveç'de dahî his olunacak bir terakkî göstermiştir. Miralây Balk (Balch)'ın himmetiyle te'essüs ve teşekkül eden “şimâl oyunları komîtesi” her iki senede bir def'a sırf şimâl sporlarına âid olmak üzere beyne'l-milel müsâbakalar tertîb etmektedir. Buz ve kar üstünde yapılan bu yarışlarda kral bi'l-cümle efrâd ve hanedânıyla hâzır bulunur.

Geçen sene tertîb edilen müsâbakaya iki bin kişi iştirâk etmiş ve müsâbaka meydânına yirmi beş bin seyirci toplanmıştır. O gün bütün mektebler, bütün mü'essesât ta'til ediliyor. On ikinci Şarl'ın Hâssa türâbân askerî kıyâfetinde bir müfreze daha sabahleyin erkenden muzîka ile şehrin bütün sokaklarını dolaşıyor ve müfreze kumandânı her köşede durub ber-vech-i zîr bir i'lân okuyor.

Bu gün Kral Beşinci Gustav hazretlerinin himâyesinde şimâl sporları icrâ edileceğinden muhtere[m] Stokoholm ahâlisi bu kahramanlara çespan olan sporları seyre da'vet olunur.”

Bu ahâlinin fevc fevc, kâfile kâfile yarış meydânına azîmeti ile Isparityatların/Spartiyatların(?) lasadömonda(?) şandimarislere(?) gidişleri arasında büyük bir müşâbehet vardır. Burada görülen şidor hünerleri hakîkaten hayret-efzâdır. 150 : 200 metre irtifâ'ında dik bir bayırın tepesinden yaydan kurtulmuş ok gibi bir kırlangic hafifliği ile süzülüb gelen “sportmen” birden bire uçurumdan âni bir hızla kendisini fezâya atıyor ve yirmi, hattâ otuz metre aşağıda bir sath-ı mâ'ile düştüğü zaman insan onun o şiddet-i sukûtuyla sağ kalacağını tahmîn edemezken lem'a-i basarda şidetli

alkışlar arasında süzülüb giden bu hayâlin arkasından baka kalıyor. Bu müsâbakalar yalnız Stokoholm'da değil, bütün İskandinavya şehirlerinde tertîb eylemektedir. Fakat nasıl oluyorda bu zor-âver hüner ve ma'rifetleri yapan gençler düşübde bacıklarını kırmıyorlar? Bunun sebebi âşikâr; daha hengâm-ı sabâvetlerinde, onlar, i'tinâlı bir terbiye ile vücûdlarını hâzırlıyorlar. Çevik, çâlâk, kavî olmak için nasıl idmân etmek lâzım olduğunu öğreniyorlar.

Bu gün Kânûn-i sâninin on ikisi. Karın ardı arası kesilmeyor, lâyenkatı' yağıyor. Termometre tahte's-sıfır 14 derece. Belediyenin bütün mesâ'î-i tâkat-fersâsına rağmen bütün caddeler, yollar bembeyaz, göller, nehirler, hattâ körfezler kâmilen dondu. Stokoholm civârında Cersholm(Djusholm)'da, Haga'da, Salçobaden'de Bronzovik'de vâsi' buz sahrâları hâsıl oldu. Noel yortuları münâsebetiyle mektebler ta'til edildiğinden kız ve erkek şehrin bütün ateşîn gençleri kış sporlarına germî verdiler. Ben de bir çift şidor tedârik etdim; düşe kalka birkaç acı tecrübeden sonra göz karartıcı bir sür'atle insanı bilâ-ihiyâr kar üstünde sürüb götüren şidor üstünde muvâzeneyi gâ'ib etmeden durmayı öğrendim. Bunda da bisikletde olduğu gibi dikkat olunması lâzım gelen ba'zı kavâ'id-i nazariyye var; vücûdun sıkletini öne vermeli ayakların kara temâsını dâima muhâfaza ederek kayarak yürümeli sol istinâd değneği ile sağ ayağı ileri sevk etmeli, şidorlar arasındaki on santimetrelilik mesâfeyi muhâfaza etmeli, dizleri germemeli inişlerde diz ve ayak mufassallarını gevşek bulundurmağa dikkat etmelidir.

Birkaç aydan beri icrâ eylediğim tecârib-i şidorun gerek spor nokta-i nazarından, gerek kar üstünde bir vâsıta-i münâkale gibi isti'mâlinde ki fevâ'id ve muhassenâtı hakkında bana pek kat'î bir fikir verdi. Kışın Memâlik-i Osmâniyye'nin birçok şehir ve kasabalarında kar altında aylarca gömülüb kalan ahâlimize bir tuhfe-i nâçiz olarak şidorun isti'mâlini öğretmek isterim. Bakalım bu fâ'ideli aletin bizde de neşr ve ta'mîmine muvaffak olabilir miyim?



İsveç’de kış sporu (Şidor-Ski)

## TENİS

On yedi, on sekiz yaşında iken Moda çayırına birkaç arkadaş top oynamaya giderdik hiçbir gâye ve maksad ta’kîb etmeyerek yalnız ayağımızın bir çelik yay şiddetiyle indirdiği darbe te’sîriyle meşin topun havalanmasından zevkiyâb olur on beş ve yirmi metre irtifâ’a yükselen bir cismin semâdan gülle gibi sukûtunu başımızla karşılayarak güler, haykırır, eğlenirdik. Modaburnu yakınındaki çayırdaki etrâfı üç dört metre yükseklikde tel ile tahdîd edilmiş, ortasındaki düzlüğe bir takım beyaz hatlarla mustatîli çizikler çekilmiş bir mahall vardı. Oraya yaşları on beş ile kırk arasında beş on İngiliz akşamları gelir şabkalarını, ceketlerini çıkarır; karşılıklı iki taraf olurlar ellerindeki ortasına tanbura telleri gerili saplı bir kasnakla, üstü beyaz fanile kaplı lastikden ma’mûl küçük topları çelerek birbirlerine atarlardı. O zaman Moda’da oturan muta’assıb bir arkadaşına bu oyunun ne olduğunu sormuşdum. O da bana şu izâhâtı vermişti: “Azîzim, orası düzcesi mu’âşaka tezgâhıdır. O gördüğün küçük toplarda muhabbet mekîkleridir. Senin anlayacağın buradaki İngilizler, genc kız ve erkeklerin mercimeği furuna verebilmesi için bir kolaylık. Oyunun ismine tenis deniliyor.

O zamandan beri bende bu oyuna karşı bir hiss-i nefret hâsıl olmuşdu. Ba’zı frenk dostlarımın ziyâretine giderdim. Benim spor meraklısı olduğumu bildiklerinden “nasıl tenis de oynar mısınız?” diye sordukları vakit istihzâlî bir tebessümle yüzlerine bakar “kadın oyunlarını sevmem: bana boksdan, eskrimden, zor sporlardan bahs ediniz” dedim.

Tabi'î herkesin zevki bir olmadığından kimse ses çıkarmazdı. (Fakat garîbdir, bir vakitler dans etmek husûsunda da fikr-i ta'assuba mâlik idim, pekiyi hatırlarım, on beş on altı yaşında iken; Fenerbahçesi'ne giderdik, cumartesi akşamları "Belvü"de bir takım genc kızları, delikanlıların kolları arasında sıçrarken gördüğüm zaman "Ne ahlaksızlık! [ne] rezâlet!" derdim. Büyüyüb fikrim tenevvür etdikden ve dünyayı gezüb tozdukdan sonra gördüm ki cihân medeniyetin her noktasında erkekler kadınlarla dans ediyor ve bu danslara kral [da](?) imparatorlar da iştirâk ediyor o zaman kendi kendime dedim: "Ya kâ'inât ahlaksız, ya ben idrâksizim." Ben o zaman her kavmin kendine hâs ba'zı usûl-i âdâtı olduğunu takdîr edememiş idim.)

Seneler geçtikçe İngilizlerce pek makbûl olan bu oyunun her memleketde tarafdârları çoğalmağa, kulüpleri te'sîs olunmağa başlamışdı. Hatta bundan sekiz sene mukaddem Büyükkada'da otururken kulübün (ihtiyâr-ı ikâmet etdiğim zaman orada Hükûmet-i Hamîdiyye tarafından aforoz edilmiş bir kulüb vardı. Onun bağçesinin) önünden gelüb geçdikce yerli frenklerin tenis oynadıklarını görür (ve aynı nağamâtı içimden tekrar ile) "muhabbet mekiği işleyor!" der idim. Ada'da bir İngiliz İtalyan ailesinin bağçelerinde de tenis yeri vardı. Bir gün komşumuz Mösyö Kastelli'yi ziyârete gitmişdim, beni akşamları bağçesinde tenise da'vet etdi. İmtinâ' etdiğimi görünce "fakat niçün?" dedi "bilmiyorsanız, öğreniniz sizin gibi bir sportmen için tenis oynamamak bir nakisadır. Haydî yarından tezi yok bir raket alınız. Benim çocuklarım size oyunu öğretir. Eminim ki çok seveceksiniz pek eğlenceli ve meraklı bir oyundur. Yalnız iyi oynamak pek gücdür. Hatta pek küçük yaşda başlamak lâzımdır. Ma'mâfih yine öğrenebilirsiniz" dedi. Birkaç gün sonra beyaz pabuc, keten pantolon, sadakor gömlekle ben de onlara benzemişdim. Kastelli'nin büyük kızı oyunun kâ'idelerini bana bir kerre ta'rîf etdi, vazîfemi söyledi, yerimi de ta'yîn etdikden sonra oyun başladı. Bütün atikliğim, çevikliğim hiç kâr etmiyordu.

Topu bir dürlü (matlûb-ı vechle) karşılayamıyordum, onlar urunca doğru gidiyor, (ve nokta-i matlûbeye vâsıl oluyor,) ben urunca değil fileden, tel ile tahdîd edilen oyun mahallinden bile dışarı aşıyordu. Bir sağa bir sola, bir ileri bir geri koşarak tam bir sâat kan ter içinde kaldım. Oyunun sonunda onların yalnız biraz yüzü kızarmışdı, benim ise gömleğim sırsıklam idi.

(Gâyet güzîde bir terbiye görmüş olan) Kastelli ailesine o yaz devamım benim hayli fikrimi tashîhe medâr oldu. Bir kerre tenisdeki maksadın benim tasavvurum gibi (bir takım âmâl-i mefsedet cûyâneye ma'tûf olmadığını bi'l-akis terbiye-i ahlâkiyye

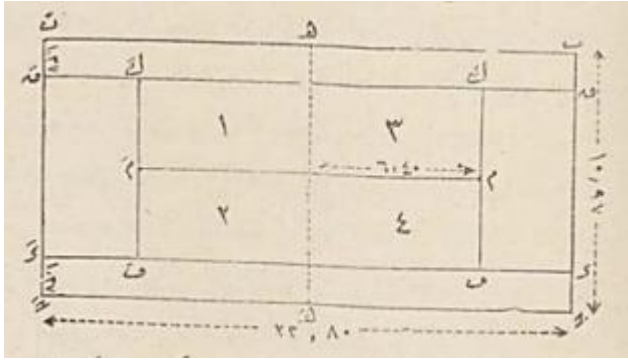
fikriyye ve bedeniyye nokta-i nazarından) olmadığını bi'l-âkis fikren ve ahlâken pek istifâdeli bir oyun olduğunu öğrendim. Avrupa'ya vâkı' olan seyâhatlerimde (memâlik-i mütemeddeninin kasabalarına varıncaya kadar) bu oyuna ne büyük bir ehemmiyet verdiklerini gördüm. (ziyâret ettiğim mekteblerin hemen hepsinin bağçesinde bir tenis mahallî vardır.) Bu oyunun bizim hayat-i husûsiyye ve ictimâ'iyemizde ne kadar rağbet bulacağını bilemezsem de Beyoğlu Mekteb-i (Sultasînin jimnastikhânesi dâhiline bir tenis mahalli te'sîsine muvaffak olduğum gibi İstanbul Sultanîsi ile Vefa Sultanîsine dahi bir tenis mahalli yaptırmak üzereyim. Bu medenî oyunun bizim "hamam kızdı" ve "gügercin taklağı" gibi ba'zı muzır oyunlarımızın yerine kâ'im olmasını) temennî ederim.

Tenis ale'l-ekser dört kişi ile oynandığından bir müşâreket oyunudur. Oyunu kazanmak için birbirine lüzûmu ânında yardım etmek lâzımdır. Zafer ve gâlibiyyete iştirâk iki kişi arasında fikr-i te'âvünü takviye eder. Oyunda gâyet atik ve çevik olmak lâzımdır. Muhtelif istikâmetlerden gelen topu karşılamak ve cihet-i matlûba isâl edebilmek için büyük bir meleke ve mümârese lâzım olduğu gibi, sür'at-i intikâle de mâlik olmak iktizâ eder, ba'zen yüksekten ve ba'zen de pek alçakdan atılan topu kaçırmamak için kol ve bileklerin gâyet işlek olması matlûbdur. Teniste a'sâb-ı hissiye ve muharrekenin pek mühimm vazîfeleri vardır. Mahdûd bir saha dâhilinde yana, ileriye sıçrayarak, ba'zen koşarak vücûdun dâimi hareketde bulunması pek fâideli ve nâfi' bir idmândır.

Tabi'î her oyunda olduğu gibi bunda da kavâ'id-i hıfz-ı sıhhate ri'âyet şarttır. Terli iken su içmemeli, souğa(soğuğa) ma'rûz bulunmamalı, pek sıcakda oynamamalı, oyunu müte'âkib banyo etmeli veya bir havlu ile vücûdun terini silmeli, hem sağ hem sol el ile oynamayı i'tiyâd edinmeli... ilh(ilâ ahir)

Tenis Mahalli: zemîn gâyet düz olmalı. Avrupa'da yere çakıl ve kum ferş etdikden sonra üzerinden silindir geçirirler, daha üstüne kiremid tozu döküb yine silindir ile tesviye ederler. Ve sonrada beyaz boya veya kireç suyu ile beş altı santim kalınlığında çizgiler çizerler. Tülü 23,8 arzı 10,97 metre olmak üzere evvelâ bir müstatîl resm edilir. Müstatîlin uzun dıl'larının muntasıf noktası olan "H H" noktalarından 1,06 metre irtifâ'ında bir ağ (file) gerilir. Eb'âd-ı sâire şeklin üzerine vaz' edilmiştir. Oyuncular iki kişi ise her biri filenin bir tarafında durur. Dört ise ikisi bir tarafa, diğer ikisi karşı tarafa geçer. Oyuna başlayacak olan sağ eline raketi sol eline de iki beyaz top alub bulunduğu cihetin sağ başında "B Ka"ın gerisinde ve esâs hattı olan "B E(?)"in hâricinde durur. Ve "B E(?)"

hattına basmamağa dikkat eder. Elindeki raketle topa o vechle ururki topu filenin diğer cihette bulunan 2 numarolu küçük müstatîl içine düşürmeğe gayret eder; aksi takdîrde elindeki ikinci topu da çeler, eğer onu da müstatîlin dâhiline düşüremez ise 15 sayı gâ'ib eder. “B Ka” hattı hâricinden çelinen topu karşılamak üzere cihet-i mukâbilde bulunan oyuncularından biri 1 diğeri 2 numarolu küçük müstatîllerin dâhilinde “Ke” ve “F” noktaları civârında topun vürûduna muntazır olurlar. Top 2 numarolu müstatîlin içine düşüncene ikisinden topa en yakın olan raketi ile çeler ve topu geri gönderir, fakat bu def'a top filenin öbür cihetine düşmek üzere büyük müstatîlin dâhilinde hangi noktaya düşse makbûldür. İlk oynandığı vakit topu yere temâs etmeden çelmek câ'iz değildir. Şâyed “F” civârında duran oyuncu karşıdan “B” noktasından atılan topu çelmeğe muvaffak olamaz veya çeler de filenin öbür tarafında “H B E H” dâhilinde düşüremezse 15 sayı gâ'ib eder.



İkinci def'a “B” ve “E” noktasındaki oyuncular tebdîl-i mevki' ederek oyuna başlanır. Oyuncu “E” noktasından 1 numarolu müstatîlde bekleyen oyuncuya bir top çeler, aynı vechle 1 numarolu müstatîlin dâhiline düşürmeye muvaffak olursa

“Ke” civârında bulunan oyuncu mukâbele eder. Topu mukâbil tarafda dilediği noktaya düşürür ve ilh (ilâ ahir). Oyuna devam eder. Yalnız her oyuna başlarken ilk topu çelen müstatîlin dış kenârında bulunmağa mecbûrdur, oyuna başladıktan sonra müstatîlin her noktasında durur her kazandıkça veya aksi hâlde arkadaşlarıyla yerini değiştir.

**Sayılar:** - Birincide 15 ikincide 30 üçüncüde 40 i'tibâr edilir. Kırkı ikmâli müte'âkib bir kerre daha kazanan oyunu alır sonra toplar kâmilen karşıki tarafa geçirilir ve onlardan biri oyun mahallinin sağ köşesinden ya'ni “E” noktasından oyuna başlar, bu oyunda iki taraftan birinin gâlibiyetiyle neticelenir. Toplarına karşıya geçirilir ve ilk başlayan tarafın ikinci oyuncusu “B” noktasından oyuna başlar. O da oyunu ikmâl edince

mukâbil cihetin ikinci oyuncusu oyuna başlar, dört oyuncu da birer kerre topu çeldikten sonra yerler tebdîl edilir. Altı oyun kazanan taraf partiye ikmâl eder.

Topu çelen taraf ber-vech-i âti hâlâtdan sayı gâ'ib eder:

- 1- İlk oyuncu iki topu birer def'a çeldiği hâlde 2 numarolu müstatîlin içine düşüremese 15 sayı gâ'ib eder. (Top filenin üst kenârına çarparsa bir üçüncü def'a çelme hakkına mâlikdir.)
- 2- Mukâbeleten çelinen topu karşılayub çelmeğe muvaffak olmazsa gâ'ib ettiği sayı 30 olur.
- 3- Mukâbeleten çelinen topu karşıladığı hâlde dış hatların hâricine düşürürse ziyân 40 olur. Bir hata daha yapınca oyunu gâ'ib eder.
- 4- Mukâbil taraf ber-vech-i âti ahvâlde partiyi gâ'ib eder:
  - 1- 2 numarolu mustatîle düşen topu karşılayub çelemez ise 15
  - 2- Karşılayub çeldiği hâlde dış hatların hâricine düşürürse 30 sayı
  - 3- İki def'a daha bu kabîlden bir hata yaparsa oyunu gâ'ib eder.

Hak-ı rüchân: - Bir taraf kırk sayı yaptığı hâlde mukâbil tarafda kırkı ikmâl ederse, ilk kırkı ikmâl edenin bir def'a daha kazanması kendisine bir hak-ı rüchân verir ki ikinci bir muvaffakiyetle oyunu ikmâl eder. Buna muvaffak olamaz da kırkı ikmâl eden karşıki taraf kırkdan sonra bir def'a kazanırsa hak-ı rüchân bi't-tabi' o tarafa geçer.

Bu nazariyyât gâyet basit olmağla beraber oyunu bir def'a seyr etmek ve kavâ'id-i ameliyyesini bir bilenden ta'allüm etmek lâzımdır. Yoksa hangi şey'i de olursa olsun görmeden eline geçirdiği bir nazariyyât kitâbını hemen tatbîke kalkışanlar az çok hatalara düşmekden kurtulamazlar.

**Oyunun Levâzımı:** - Şekilde görülen müstatîl için lâzom olan mahallin biraz daha küçük yapılmasında pek be'is yok ise de daha büyük yapılamaz. Bağçede bu oyuna bir mahall tahsîs edilmiş ise de müstatîlin bir veya iki metre mesâfe ile etrâfına üç hattâ dört metre irtifâ'ında bir tel çevirmek lâzımdır.

Ortadaki ağ gâyet güzel gerili olmalı, bunun için ağın iki müntehâsında zemîne rezk edilen kazıklar muhkem olmalıdır. Ayağa behemehâl altı düz bir terlik giymeli.

Zemîn gâyet iyi tesviye edilmiş, çizgiler de muntazam ve uzakdan iyice görülecek bir hâlde olmalı. Raketler 13.1/2 (13 buçuk) veya 14 numarolu olmalı. Çocuklar için 13 numarolu raket kullanılabilir. Kırk gurûşa bir raket tedârik mümkündür. Parası olanlar bir liralık raket tedârik etmelidirler.

Toplar mutlaka tenis topu olmalı. Bu topların danesi beş gurûşdur. Bir oyun en az altı topla oynanır, fakat bir düzîne top tedâriki daha muvâffıkdır.

Bağçeleri müsâ'id olan mekâtib-i i'dâdiyye ve sultâniyye müdürleri bu oyunu te'sîs etmek fedâkârlığında bulunurlarsa behemehâl yekdiğerinden ikişer metre fâsıla ile üç tenis mahalî yaptırılmalıdırlar ki her def'a on iki talebe oyuna iştirâk edebilsin.

Tenis pek güzel bir aile oyunudur. Serveti müsâ'id olan kimseler dört beş lirâ fedâkârlık edüb bağçelerinde bir oyun mahalî yaptırırlarsa atâlete mahkûm olan hânımlarımızı da fâ'ideli sûrette işgâle muvaffak olurlar. Bu sûretle kadınları en büyük düşmanları olan can sıkıntısından kurtarmış olurlar.

## 5. SONUÇ

Selim Sırrı Tarcan, Türkiye’de beden terbiyesi ve sporun kurumsallaşmasında öncü bir rol üstlenmiş, bu alanların gelişim sürecine çok yönlü katkılar sunmuştur. Özellikle İsveç’te aldığı eğitim, onun beden eğitimi anlayışını derinleştirmiş ve bu alanda köklü bir zihinsel dönüşüm geçirmesine neden olmuştur. Tarcan’ın İsveç’te edindiği bilgi ve deneyim, yalnızca bireysel düşünsel gelişimini değil, aynı zamanda Türkiye’de beden terbiyesinin yönünü de belirleyici biçimde etkilemiştir. Maarif Vekâleti’ndeki görevleri vasıtasıyla beden terbiyesi derslerinin eğitim sistemi içinde yaygınlaşmasını sağlayarak, bu alandaki dönüşümün kurumsal bir zemine oturmasına önayak olmuştur.

Tarcan, beden terbiyesini yalnızca fiziksel gelişimle sınırlı görmemiş, onu sağlıklı, dengeli ve uzun ömürlü bir yaşamın temel aracı olarak değerlendirmiştir. Ona göre, fiziksel güç ancak sağlıklı bir bedenle mümkündür ve bu nedenle beden terbiyesi, bireyin yaşam kalitesini artırma hedefiyle bütünleşmelidir. Sahip olduğu bilgi birikimi, ortaya koyduğu teorik yaklaşımlar ve bunları pratiğe aktarmadaki kararlılığı sayesinde Türkiye’de modern beden eğitimi ve spor kültürünün oluşumunda kalıcı etkiler bırakmıştır. Bu bağlamda Tarcan, Türkiye spor tarihinin en önemli figürlerinden biri olarak değerlendirilmektedir.

Tarcan’ın Arap alfabesiyle Türkçe yazdığı “Spor” isimli bu eseri, sporun teorik ve pratik yönlerine dair kapsamlı bilgiler sunmuştur. Kitapta amatörlük ve profesyonellik kavramları ayrıntılı şekilde ele alınmış; spor, bedensel, zihinsel ve ahlaki gelişimi bütünleştiren, kontrollü rekabet yoluyla sağlıklı bireyler yetiştiren bir eğitim alanı olarak tanımlanmıştır. Tarcan, amatör sporun desteklenmesi gerektiğini vurgulayarak, profesyonelliğin maddi kazanç amacı taşıdığını ve amatör sporunun bu anlamda farklı bir statüye sahip olduğunu belirtmiştir. Bu ayırım, sağlıklı ve sürdürülebilir bir spor kültürünün gelişimi açısından önem taşımaktadır.

Çocukların sağlıklı gelişiminde oyunun rolüne büyük önem veren Tarcan, oyunun disiplin, iş birliği, adalet ve cesaret gibi sosyal ve ahlaki değerlerin kazandırılmasında kritik olduğunu savunmuştur. Ancak oyunların kontrollü ve eğitimcilerin gözetiminde olması gerektiği, aşırı zorlayıcı ya da zararlı oyunların çocuk sağlığına olumsuz etkileri olabileceği uyarısını da yapmıştır.

Tarcan, insanların fiziksel gücünün mitolojik anlatımlarla abartıldığını, gerçek gücün bilimsel araştırmalarla ölçülüp anlaşılması gerektiğini ifade etmiş, spor ve beden

eğitimi sayesinde bireylerin kapasitesini en iyi şekilde geliştirebileceğini savunmuştur. Hareketin en temel biçimi olarak yürüyüşü tanımlayan Tarcan, yürüyüşün fizyolojisine dair gözlemler yapmış, ayak sağlığının ve uygun ayakkabı kullanımının önemine dikkat çekmiştir. Modern toplumda hareketsizliğin sağlık açasından zararlı olduğunu vurgularken, düzenli yürüyüşün ruh ve beden sağlığı için faydalarını ağıklamıştır.

Tarcan'ın eskrim, Japon güreşi (Jiu-Jitsu), boks, yüzme, halat çekme, atlama ve tenis gibi çeşitli spor dallarına ilişkin ayrıntılı değerlendirmeleri, sporun hem fiziksel gelişim hem de sosyal, kültürel boyutlarını kavradığını göstermektedir. Eskrimin dövüş ve eğlence amacıyla öğrenilmesi gerektiğini; Japon güreşinin teknik ve dayanıklı yapısını, boksun disiplin ve teknik gerektiren, ruhu ve bedeni güçlendiren bir spor olduğunu; yüzmenin doğru tekniklerle sağlık ve güç kazandırdığını; halat çekmenin sadece kaba kuvvet değil, teknik ve sabır gerektirdiğini; atlamanın usulüne uygun yapılmasının sakatlanmaları önlediğini ve tenis sporunun başlangıçta küçümsense de ilerleyen dönemde sevilip yaygınlaşması gerektiğini belirtmiştir.

Olimpiyatlara özel bir önem veren Tarcan, eski ve yeni olimpiyatların sadece sportif müsabakalar olmadığını, aynı zamanda milletlerin uluslararası arenadaki varlıklarını gösterdikleri, gençlerin fiziksel ve ahlaki gelişimlerinin desteklendiği kültürel etkinlikler olduğunu ifade etmiştir. Osmanlı döneminde sporun ve gençliğin yeterince desteklenmemesinden dolayı Türkiye'nin olimpiyatlarda geri kaldığını vurgulamış, ancak Stockholm Olimpiyatları hazırlıklarını özenli bulmuştur.

Ayrıca, Avrupa'da gözlemlendiği izcilik ve gençlik teşkilatı uygulamalarını örnek göstererek, Balkan Savaşları deneyimlerinden yola çıkarak Türkiye'nin benzer gençlik organizasyonlarına ihtiyacı olduğunu belirtmiştir. Bu teşkilatların gençlerde disiplin, cesaret, çalışkanlık gibi erdemleri geliştirdiğini ve fiziksel eğitimle birlikte hayat becerileri kazandırdığını savunmuştur.

Sonuç olarak, Selim Sırrı Tarcan'ın "Spor" adlı eseri ve genel spor anlayışı, Türkiye'de modern beden terbiyesi ve spor kültürünün oluşumuna sağlam bir temel oluşturmuş, sporun yalnızca fiziksel değil zihinsel ve ahlaki gelişimin de ayrılmaz bir parçası olduğunu ortaya koymuştur. Tarcan, bilimsel yaklaşımı, disiplinli spor anlayışı ve geniş perspektifi ile Türkiye spor tarihinin en önemli öncülerinden biri olarak kabul edilmektedir.

## KAYNAKLAR

- Ançel, F. G. (2005). *18. ve 19. Yüzyıllarda Avrupa'da Beden Eğitimi Akımlarının Türkiye'deki Görünümleri ve Selim Sırrı Tarcan'ın Çabaları*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Arıkan, R. (1995). *Araştırma Teknikleri ve Rapor Yazma*. Ankara: Tübitay Ltd. Şti.
- Arlı, M., Nazik, M. H. (2004). *Bilimsel Araştırmaya Giriş*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Cumhuriyet
- Çapan, M. Ş. (1996). *Selim Sırrı Tarcan'ın Beden Eğitimi ve Spor Analizi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
- Çapan, M. Ş. (1999). *Türk Sporunda Selim Sırrı Tarcan*, Muğla: Ünyay Yayıncılık.
- Çapan, M. Ş. (2021). *Selim Sırrı Tarcan (1874-1957)*. Atatürk Ansiklopedisi.
- Develioğlu, F. (2017). *Osmanlıca Türkçe Ansiklopedik Lügat*, Ankara: Aydın Kitabevi.
- Ergin, O. N. (1977). *Türkiye Maarif Tarihi*, Cilt 1-2, İstanbul: Eser Matbaası.
- Gençay, A., Acet, M., & Kılınç, F. (2002). Selim Sırrı Tarcan'ın Jimnastik ve Spor Anlayışı. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*,(6).
- Geri, S., Sarıyar, S.C. (2021). "Spor Tarihinde Öncü Bir İsim: Selim Sırrı Tarcan'ın Kadın Gazetesindeki Yazıları". *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(1), 141-153.
- Güven, Ö. (1997). Selim Sırrı Tarcan'ın Yaşamı ve Hizmetlerine Toplu Bir Bakış. A. F. Oğuzkan (Ed.), *Selim Sırrı Tarcan, yaşamı ve hizmetleri içinde* (s. 12-34). Ankara: Türk Eğitim Derneği.
- Halel, J. (2013). *Selim Sırrı'nın Doğru Sözler Eserinin Latin Harfli Çevirisi ve Tematik Tahlili*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kilis 7 Aralık Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Kilis.
- Korkmaz, V. (2013). *Bir Eğitim Yöneticisi Olan Selim Sırrı Tarcan'ın "İbtidâi Muallimlerine Öğütlerim" Adlı Eseri*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Mutlu M. (2019). *II. Meşrutiyet'ten Cumhuriyet'e Spor ve Eğitimde Öncü Bir İsim: Selim Sırrı Tarcan*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Türk İnkılâp Tarihi Enstitüsü, Ankara.
- Savaşır, V. A. (1950). *Selim Sırrı Tarcan, Dost Gözile 75 Yaşında Genç Selim Sırrı Tarcan*, Ülkü Basımevi.

Sezan, S. C. (2022). *Selim Sırrı Tarcan'ın "Sporcu Neler Bilmeli" Adlı Eseri*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mardin Artuklu Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Mardin.

Sezan, S. C. (2023). *Selim Sırrı Tarcan'ın "Sporcu Neler Bilmeli" Adlı Eseri*, Ankara: Gece Kitaplığı.

Şehbal

Şemseddin Sami (1315). "Kamus-ı Türkî ve Kamus-ı Arabî". *Servet-i Fünun*,

Şinoforoğlu, O.T. (2015). *Selim Sırrı Tarcan ve İsveç jimnastiği: Beden Eğitiminde İsveç Modelinin II. Meşrutiyet Dönemi Türk Eğitim Sistemine Entegrasyonu*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Tarcan, S. S. (1954). "Ömrümün kitabı, tefrika no: 13", *Yeni İstanbul*, Haziran 6,s. 2.

Tarcan, S. S. (1954). "Ömrümün kitabı, tefrika no: 32", *Yeni İstanbul*, Haziran 25, s. 2.

Tarcan, S.S. (1325). "İsveç Hatıraları-İbtidai Mektepleri", *Şehbal*, Sayı 17, Cilt 1. s. 334-336.

Tarcan, S.S. (1326). "Spor-Bir Milleti İhya Eden Mektep Terbiye-i Bedeniye Darü'l-Muallimini", *Şehbal*, Sayı 21, Cilt 1. s. 438-439.

Tarcan, S.S. (1922). "İdman Aleminde Kırk Sene 4", *Terbiye ve Oyun*, Cilt 2, Sayı 4. s. 63-64.

Tarcan, S.S. (1922). "İdman Aleminde Kırk Sene 5", *Terbiye ve Oyun*, Cilt 2, Sayı 5. s. 79-80.

Tarcan, S.S. (1922). "İdman Âleminde Kırk Sene 6", *Terbiye ve Oyun*, Cilt 2, Sayı 6. s. 91-93.

Tarcan, S.S. (1923). "İdman Âleminde Kırk Sene 11", *Terbiye ve Oyun*, Cilt 2, Sayı 11. s.171.

Tarcan, S.S. (1923). "İdman Âleminde Kırk Sene 8", *Terbiye ve Oyun*, Cilt 2, Sayı 8. s. 121.

Tarcan, S.S. (1939). "Muhasebe, Flüt Çalmasını Nasıl Öğrendim", *Cumhuriyet*, Temmuz 18. s.5.

Tarcan, S.S. (1946). *Hatıralarım*. İstanbul: Canlı Tarihler XVI. Türkiye Yayınevi.

Terbiye ve Oyun

Yamak A. S. (2012). *Asker Evlatlar Yetiştirmek: II. Meşrutiyet Dönemi'nde Beden Terbiyesi, Askeri Talim ve Paramiliter Gençlik Örgütleri*. İstanbul: İletişim Yayınları.

Yeni İstanbul

Yıldıran, İ. (2008). "Meşrutiyetten Cumhuriyete Bir İdealistin Yaşam Serüveni: Selim Sırrı Tarcan". *10. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Selim Sırrı Tarcan Paneli'nde Yapılmış Konuşma*, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.

## EKLER

EK-1 Selim Sırrı Tarcan



EK-2 Selim Sırrı Tarcan'ın "Spor" İsimli Kitabının Kapağı

