Ruhsal Uyanış®



SHİVA SAMHİTA SÖZLÜK

INSTAGRAM

TELEGRAM

YOUTUBE

FACEBOOK

TANUH ACADEMY®

SHİVA SAMHİTA SÖZLÜK

A

- **Abhinivesa:** Hayata tutunmak/yapışmak, ölüm korkusu.
- **Abhyasa:** Uygulama, çalışma.
- **Acarya:** Öğretmen.
- **Adhãra:** Platform, baz, temel, destek.
- **Adharma:** Doğruluktan uzaklaşmak.
- **Advaita**: "İkilik olmayan"
- **Agamã:** Kutsal metinlerle beyan.
- **Agni:** Ateş, Ateşte saklı olan değişim-dönüşümden sorumlu Kozmik Güç.
- **Ahamkãra:** Ayrıksı, göreceli benlik.
- **Ahimsã:** Zarar vermemek, incitmemek.
- **Ajña Cakra:** 3. Göz diye de bilinen iki kaş arasındaki enerji kavşağı, 6.Çakra.
- **Ajña:** "Emir veren, komut veren".
- **Akasa:** 5 Elementin beşincisi. "Eter, uzay, boşluk" gibi çevrilmektedir.
- **Amrta:** Ölümsüzlük nektarı. Bindu isimli kafadaki bir enerji noktasından döküldüğü söylenir.
- **Anãhata:** "Çarpmamış" (ses). 4. Çakranın ismi.
- **Ananda:** Sonsuz saadet, koşulsuz mutluluk.

A

- **Ananta:** Sonsuzluk.
- **Angam:** Uzuv. Basamaklar, yöntemler.
- **Antahkarana:** İç enstrümanlar. Vedânta terimidir, manas, ile "zihin", bud- dhi ile "zeka" ve ahamkāra ile "ayrıksı benliği" kapsar.
- **Anumana:** Çıkarsama.
- **Apãna:** Üreme ve boşaltımdan sorumlu aşağıya doğru akan enerji akımı.
- **Aparigraha:** Biriktirmemek, istiflememek. Gereğinden fazlasını almamak.
- **Asamprajñata Samadhi:** Biliş-Ötesi Farkındalık Boyutu.
- **Asana:** Oturuş. Meditasyonda bedenin aldığı oturma formu.
- **Asmita:** Ayrıksı Benlik Algısı.
- **Asteya:** Çalmamak.
- **Atman:** "Özben, Öz, kişinin varlığının saf sebebi, kendine içkin olan, kişide mevcut olan Bilinç" olarak da çevrilebilir.
- Atman, kişisel kimlik olarak ortaya çıkan etiketler ve sıfatlar ile tanımlanan ben kavramından, yani bireysel ve ayrıksı benlikten (ego), kendine özgülükten ve şahsiyetten farklı olarak, Benliğin en üstün ve öncül biçimidir.
- Upanişadlar'a göre Atman evrenin nihai mevcudiyeti Evrensel Bilinç olarak da çevrilen Brahman yani Mutlak ile özdeş ve eştir.
- **Avastha**: Aşama, evre
- **Avidyã:** Cehalet.
- **Avyakta:** Tezahür etmemiş madde.

B

- **Bhagavad:** Tanrı'nın. Bhagavan'a ait olan.
- **Bhagavan:** Tanrı. Mutlak'ın kendisi. Efendi. Yüce.
- **Bhairava:** Şiva'nin sert sureti, veçhesi, celal.
- **Bhakti Yoga:** "Teslimiyet, adanmışlık yolu". Trimarga olarak veya "Yoga'nın Üç Yolu" olarak bilinen klasik yoganın Karma Yoga ve Jñana Yoga'yı da içeren üç türünden birisidir.
- **Bheda, vedha:** Kesen, yaran, delen geçen.
- **Bija:** Tohum, samskara, bilinçaltı izi. Bazen bindu'nun eş anlamlısı olarak da kullanılır. Yaratılış Enerjisinin öncül maddi formu.
- **Brahmã (Brahmaji):** Hint mitolojisinde Mutlak'nın üç sureti olarak kendini gösteren ilk kuvvet. Bu üç suret, Brahmã (yaratıcı), Visnu (sürdürücü) ve Şiva'da (yok edici). Temsil ettikleri üç evrensel ilke, yaratmak, yaşatmak ve yok etmektir. Her biri aynı Yüce Güç'ün, Mutlak'ın farklı çehreleri, suretlerdir.
- **Brahmaçarya:** Cinsel Enerji Kontrolü.
- **Brahman:** "Genişlemek" anlamına gelen brh kökünden türemiştir. Brah-man, Nihai Gerçeklik, Mutlak, varoluşun evrensel ilkesi, mükemmelden daha mükemmel olan, Yüce, Mutlak, her şeyi kapsayan anlamlarına gelir. Mevcudiyeti kendinde saklı olan, sebebi başka bir yerde olmayandır.
- **Brahmana:** 4 farklı mizaçtan, manevi liderler, ruhban sınıf, felsefeciler, öğretmenleri kast eden ilk sınıf.
- **Brahmanda:** Makro Kozmos, Kozmik Yumurta. Evren.
- **Brahmarandhra:** Başın tepe noktasında bulunan boşluk, açıklık. Brahman'ın kapısı.
- **Buddhi:** Zeka, ayırt etme yetisi.

C

- **Çakra:** Enerji kavşağı, merkezi.
- **Çandra:** Ay, Ida Nadi
- **Çitrã:** Suşumna içerisindeki en ince enerji kanalı.
- **Çitta:** Zihinsel Alan. İçerisinde Manas, Buddhi, Ahamkara'yı barındırır. (Yoga Sutralar diliyle).

D

- **Dana:** Hayır işleri, zekat vermek, maddi yardımda bulunmak.
- **Darsana:** Felsefi görüş, okul.
- **Deha:** Beden (diğer kavramlar: kaya, sarira, pinda)
- **Devi:** Dişil Güç. Yaratıcı Güç. Şakti.
- **Dhãranã:** Odaklanma.
- **Dharma:** Erdem. Görev, dürüstlük, ilahi düzen, mükemmel işleyiş, "tutmak, yerleşik kılmak, desteklemek" anlamlarına gelen dhr kökünden türemiştir. Kelime anlamı "bir arada tutan" demektir. Kişinin Dharma'sını veya görevini izlemesi bütünsel anlamda mükemmel düzenin kendini ortaya sunmasına vesile olacağı için özgürlüğe giden yoldur.
- **Dhauti:** Üst sindirim yolu temizleme yöntemleri.
- **Dhyana:** Yoğunlaşma, meditasyon.
- **Dosa:** Farklı beden türleri, mizaçları.

D

- **Drastr:** Gören, gözlemci.
- **Duhkha:** Acı.
- **Dvesa:** Nefret, istememek, hoşlanmamak

E

- **Ekãgra:** Tek nokta odaklılık.

G

- **Ghata:** Çömlek, testi, Hatha Yoga dilinde "bedeni" temsil eder.
- **Ghatik:** Bir zaman dilimi (24 dakika)
- **Goraksa (-natha):** "inekleri koruyan" demek olup, Hatha Yoga geleneğinin ilk efsanevi öğretmenlerindendir.
- **Granthi:** Enerjisel düğümler.
- **Guna:** Nitelik.
- **Guru:** "Ağır olan", "karanlığı ortadan kaldıran", manevi yol gösterici.

H

- **Hrd/Hrdaya:** Kalp, duyguların merkezi.

H

- **Hatha:** Çaba, güç, efor, "güneş" ve "ay"ın birleşimi ile idã ve pingala ya da prana ve apãna'nın birleşimi.
- **Hara:** Siva'nin bir diğer ismi.
- **Hari:** Visnu'nun bir diğer ismi.

I

- **ida-nadi:** "Soğutucu kanal", bedenin sol tarafında akan enerji kanalı
- **Isvara-pranidhana:** Mutlak'a adanmak
- **Isvara:** Tanrı, en yüce, efendi. Brahman'in zihin ile idrak edilebilir olan formu. Brahman ise Mutlak olarak dil ve zihin ötesinde olan.

J

- **Jalandhara:** Boyun kilidi.
- **Japa:** Tekrar, bir mantra'nın düzenli tekrarı.
- **Jiva:** Yaşayan ve kendini beden, nefes, zihinsel alan ile özdeşleştiren kişi.
- **Jivanmukta:** Yaşarken fizik beden-nefes-zihin özdeşliğini kıran kişi, özgürleşmiş can.
- **Jñana Yoga:** "Nyana Yoga" olarak telaffuz edilir. Bilgi yoluyla birleşmeye, yani Yoga haline ulaşmaya verilen isimdir. Yöntem olarak zekâ ile sorgulamak, felsefe ile araştırmak ve tefekkür etmeyi kapsar. Bhakti Yoga ve Karma Yoga ile birlikte Trimarga' dan yani Yoganın Üç Yolu'ndan biridir.

J

- **Jnana:** Bilgi. Hikmet. İrfan.
- **Janendriya:** Duyu organlar (Görme, işitme, tat alma, koklama, hissetme). Sırasıyla göz, kulak, dil, burun, deri.

K

- **Kaivalya:** Nihai Teklik/Birlik.
- **Karma Yoga:** Karma "eylem", Yoga "birleşmek" sözcüklerinden oluşarak eylem ile birliği, birleşmeyi araştıran yoldur. "Eylem yogası", "göreve adanmak" gibi çevirilerde yapılabilir. Bhakti Yoga ve Jñana loga ile birlikte Trimarga' dan yani Yoga'nın Üç Yolundan biridir.
- **Karma:**"Yapmak, etmek, eylemek" anlamlarına gelen KR kökünden türemiştir. Şu anlamları kapsar: "Eylem, yöntem, hareket, sebep-sonuç".
- **Karmendriya:** Eylem organları (Hareket etme, yakalama, konuşma, üreme, dışkılama). Sırasıyla ayaklar, eller, dil, üreme organları, anüs.
- **Karunä:** Şefkat, merhamet.
- **Kaya-sadhana:** Bedende mükemmelleşme.
- **Kha:** Gökyüzü, sema, atmosfer, eter, uzay.
- **Kheçari:** "Uzayda hareket eden". Dili ile icra edilen bir çeşit mudrã.
- **Klesa:** Acıya sebep beş engel.
- **Kriya:** Eylem Yolu. Tapas, Svadhyaya, Isvara Pranidhana uygulamalarını kasteder.

K

- **Kşatriya:** 4 farklı sınıftan, savaşçı ve yönetici sınıfı.
- **Kumbhaka:** Nefes tutmak.
- **Kundalini (sakti):**"Sarılmış olan", uyuyan bir yılana benzetilen potansiyel yaşam gücü.

L

- **Laya, pralaya:** Geri çözünme, kapanma.
- **Linga:** İşaret, Şiva'nın işareti.

M

- **Mahat:** "Büyük olan", kozmik zeka.
- **Mahã-vrata:** Büyük yeminler. Yama'ları kasteder.
- **Mahäbhuta:** Kaba elementler. (toprak, su, ateş, hava, uzay)
- **Maitri:** Arkadaşça, sevecenlik.
- **Manas:** Zihin. Duyulardan gelen verileri toplayan, organize eden ve işleyen meleke.
- **Manipüra:** "Mücevherle dolu olan", karın bölgesindeki enerji merkezi.
- **Mantra:** Manas ve Trana kelimelerinden oluşur, "zihni özgürleştiren araç" anlamına gelir. Bu uğurda kullanılan ses titreşimleri.
- **Matsyendra (-natha):** "Balıkların Kralı". Gorakşa'nın öğretmeni, efsanevi Yogi.

M

- **Maya:** Brahman'a ait hakikati "örten" güç.
- **Megha:** Bulut, sağanak yağış.
- **Moha:** Yanılgı.
- **Mokşa:** Özgürleşme. Kurtuluş. Samsara'dan çıkmak.
- **Mudita:** Memnuniyetle, tatminle.
- **Mudra:** Mühür, jest. Enerjiyi kapatan bedenin belli bölümleri ile icra edilen işaretler.
- **Mula bandha:** Kök kilidi.
- **Muladhãra:** Omurganın sonundaki bulunan enerjisel merkez, kök çakra.

N

- **Nada:** İçsel özel sesler.
- **Nadi:** Enerji kanalı.
- **Nataraja:** Şiva'nın bir formu, sürekli yaratılış ve yıkılışa dair döngü, değişimin kaçınılmazlığı.
- **Natha:** Hatha Yoga'nın bir ekol olarak yayılmasını ve korunmasını sağlayan bir silsile.
- **Nidrã:** Uyku.
- **Nirbija:** Tohumsuz. Karma tohumunun kalmadığı hal.
- **Nirodha:** Dindirmek, kontrol altına almak.

N

- **Nirvicãra:** Soyut-ötesi meditasyon.
- **Nirvitarkã:** Fiziksel-farkındalık ötesi meditasyon.
- **Niyama:** Kişisel kurallar. Yapılması gerekenler.

O

- **Ojas:** Yaşam enerjisinin özü.

P

- **Padma:** Lotus, nilüfer çiçeği.
- **Papa:** Erdemsiz davranış.
- **Parama:** En yüce, yüksek.
- **Paramätman:** En Yüce Benlik, Evrensel Benlik, Brahman.
- **Parvati:** "Dağların Kızı" anlamına gelir. Doğa Ana, Şakti, Yaratılış'ı temsil eder.
- **Patanjala-Yoga-Darsana:** Patañjali Usta'ya ithafen gelen Yoga Sutralar temel kitabı olan ekol.
- **Phala:** Meyve. Eylemlerin sonuçları.
- **Pinda:** Beden.
- **Pingala-nadi:** "Sıcak kanal". Bedenin sağ kısmındaki enerji kanalı.
- **Pradhana:** Öncül madde, prakrti.

P

- **Praja:** Bilgelik, idrak edilmiş bilgi. Ayırt etme yetisi ile gelen bilgi. İrfan.
- **Prakrti:** Saf Madde, Doğa; öncül madde, tüm görüntülerin, formların, tezahürün ardındaki madde.
- **Pramãna:** Doğru bilgi.
- **Prana:** Yaşam enerjisi.
- **Pranava:** Om sesi.
- **Pranayama:** Nefes kontrolü çalışmaları. Prana genişlemesi.
- **Pranidhana:** Teslimiyet, adanma.
- **Prasada:** Lütuf, ikram, hediye.
- **Pratyahãra:** Duyuların içe çekilmesi, soyutlanma.
- **Pratyaksa:** Doğrudan, dolaysız algı. Beş duyu ile direkt elde edinilen bilgi.
- **Prthivi:** Toprak elementi.
- **Punya:** Erdemli davranış ve erdemsiz davranış.
- **Puraka:** Nefes almak.
- **Puruşa:** Saf Bilinç. Zat, saf özne.

R

- **Raga:** Tutunma, arzu, istek.

R

- **Raja Yoga:** Patañjala-Yoga-Darsana' ya atıfla "zihin terbiyesi, kontrolünü" hedefleyen Yoga sistemi.
- **Raja:** Kral.
- **Rajas:** Yanılsama. Hareket. Üç Guna'dan biri. Hırs, kıskançlık, öfke, arzu olarak kendini gösteren nitelik.

S

- **Sabija:** Tohumlu. Karma tohumlarına hala sahip olunduğunu ifade eder.
- **Sadhana:** Yol, yöntem. Samadhi'ye taşıyan yol.
- **Sakti:** Yaşam, Madde, Doğa, Evren. Kelime anlamıyla "Güç".
- **Samädhi:** Meditasyon'un nihai, tam aşaması.
- **Samäpatti:** Birleşme, netleşmiş odaklanma.
- **Samhita:** Belli dizelerin bir araya gelişi ile ortaya çıkan eser, "toplama"
- **Sankhya:** Yoga Felsefesi'nin öncülü felsefe sistemi. Madde-Bilinç ekseninde Veda'ları kabul eden 6 felsefi ekolden biri.
- **Samprajñata:** Biliş-İçeren.
- **Samsãra:** "Daima bir arada, bitmeyen döngü, akış" anlamlarına gelir. "İçinden geçmek" anlamına gelen samsri kökünden türemiştir. Sürekli hareketin, dalgalanmanın ve değişimin dünyası, var oluş, süregelmek anlamlarında kullanılır. Aynı zamanda yaşam ve ölüm okyanusu, acı-haz döngüsü, zamanın tekerleği olarak da kullanılmaktadır.

S

- **Samskãra:** Bilinçaltı izlenimleri, karmik tohumlar.
- **Samyama:** Dhãrana, Dhyana ve Samädhi'nin üçünün birden uygulanması.
- **Sannyasin:** "Nyasa", terk etmek, "tamamen" anlamına gelen SAM ön eklerinden türemiştir. Bir sannyasin, belirli bir gurunun veya manevi rehberin öğrencisi, dünya mallarından vazgeçmiş münzevi, zahit veya keşiştir. Tasavvuftaki "ölmeden önce ölmek" mertebesini almış bir kişiyi temsil eder.
- **Santosa:** Hoşnutluk.
- **Sarasvati:** "Akan" demek olup, Suşumna' yı bedende temsil eder. Aynı zamanda antik zamanlarda var olduğu düşünülen bir ırmak. Ayrıca, Bilgelik-Sanat-Yaratıcılık'ı temsil eden kozmik dişil güç.
- **Sastra:** Yazıtlar.
- **Şat-karmãni:** Altı arınma tekniği.
- **Satsanga:** "Hakikat ile birlikte olmak."
- **Sattva:** Saflık, aydınlık. Üç Guna'dan biri. Denge, aydınlık, keskin zeka olarak kendini gösteren nitelik.
- **Satya:** Doğruluk, dürüstlük.
- **Sauça:** Temizlik, arınmak.
- **Saviçãra:** Soyut-Farkındalıklı Meditasyon.
- **Savitarka:** Fiziksel-Farkındalıklı Meditasyon.
- **Sişya:** Öğrenci, çırak, yolda yürüyen.
- **Şiva:** Mutlak'ın bir diğer ismi. Saf bilinci temsil eder.

S

- **Sloka:** Dize.
- **Smrti:** Hafıza.
- **Sodhana:** Temizlenme, arınma.
- **Soma:** Ay, Ay ile temsil edilen kozmik güç. Ölümsüzlük nektarı.
- **Spanda:** Titreşim.
- **Sraddha:** İnanç.
- **Sri:** Bolluk, bereket, "duyulmuş olan demektir". Lakşmi'yi temsil eder.
- **Sthiram:** Sabitlik.
- **Sudra:** Dört farklı mizaçtan en alt sınıf, hizmetkar sınıf.
- **Sukha:** Mutluluk, keyifli hissetme.
- **Sukşma:** Latif, soyut, beş duyu ile temasa geçilemeyen.
- **Sunya:** Biçimi olmayan uzay, boşluk.
- **Surya:** Güneş, Işık ve Bilgelikle eşleşen kozmik güç. Pingala enerji kanalı.
- **Sutra:** Özdeyiş, aforizma. Kısa, anlamı en net şekilde ifade eden dizeler.
- **Svadharma:** Kişinin kendi görevi.
- **Svadhisthana:** Üreme organlar evresinde var olan enerji merkezi.
- **Svadhyaya:** Çalışmak. Gerçek Benlik'i anlatan yazıtları çalışmak; yazıtları, mantraları çalışmak.

S

- **Svätmãrma (Yogi):** Hatha Yoga Pradipika'nın yazarı.

T

- **Tamas:** Karanlık. Atalet. Üç Guna'dan biri. Uyku, tembellik, kör inanç, zarar verme olarak kendini gösteren nitelik.
- **Tanmatra:** İnce/Latif Özellikler.
- **Tantra:** 1) Öğreti, 2) Şakta'ların yazıtları, metinleri. 3) Ritüel, eylem ile Mikro Kozmosta Makro Kozmosun keşfi, araştırması ve fiziki eylemlerle özgürleşme yolu
- **Tapas:** Nefis terbiyesi. Kişinin kendine meydan okuduğu, sınırlarını aşmaya götüren çalışmalar. Riyazet.
- **Tattva:** İlke, prensip, hakikat.
- **Tejas:** Ateş.
- **Triguna:** Sattva, rajas, tamas ile Madde'nin üç niteliği.
- **Trimürti:** Mutlak'ın üç sureti, formu, Brahma, Vişnu ve Şiva. Yaratım, devam ettirme ve yıkım/dönüşüm.

U

- **Udana:** Beş Prana'dan bir tanesi, boyun bölgesinde bulunur, hafiflik, iletişim ve ölüm anında bedenin Bilinç'ten ayrılmasına vesile olur.
- **Uddiyana/Udyana:** "Yukarı uçan, kalkan, yükselen" anlamlarına gelir. Üç Bandha, kilitten bir tanesidir. Karın bölgesinde icra edilir.
- **Upadhi:** Sınır, ek, örtü.

U

- **Upanişad:** Veda'ların son bölümünü içeren, Benlik'e dair felsefi sorular içeren metinler bütünü. Vedänta, Teklik Felsefesinin ana metinleridir.
- **Upeksana:** Anlayış, hoşgörü. Kayıtsız kalmak.

V

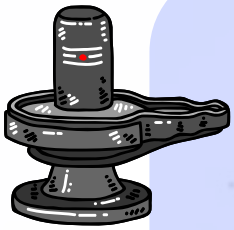
- **Vairagya:** Tutunmama/bağlanmama, arzudan azade olmak.
- **Vaisya:** Dört farklı mizaçtan ticaret, tarım, hayvancılıkla uğraşan tüccar sınıfı.
- **Văk:** Söz, kelime.
- **Vata:** Hava, akım, rüzgar, üç Doşa'dan bir tanesi.
- **Vayu:** Rüzgar, kozmik düzlemde hareketin, akımın, enerjinin ilkesi. (Prana ve nefes olarak da kendini kullanımda gösterir.)
- **Veda'lar:** "Bilmek" anlamına gelen vid kökünden türemiştir, anlamı "bilgelik, bilgi, kutsal yazıt, törensel bilgi" anlamlarına gelir.
- Vedalar; sruti yani "sözlü aktarımla gelen yazıtlar" olarak bilinir.
- 4 adettir:
- 1. Rig Veda: Bilgeliğin ilahileri, insanların varoluşunun anlamını ve dünya ile iş birliklerini konu edinir.
- 2. Yajur Veda: Kutsal Ayinler, törenlerin en çok rituelistik yönüne önem verir ve anlatır.
- 3. Sama Veda: Ayinsel ilahiler, dualar, kutsal şarkılardan oluşur. Müziğin, kişinin farkındalığını saadet ve Mutlak Bilinç mertebelerine yükseltmesinde nasıl yardım etiğini anlatır.
- 4 Atharta Veda: Kötülüğün, hastalıkların vb. yok edilmesini sağlayan formüllerdir. Alternatif tıp sistemi olan Ayurveda gibi...

- **Vedanta:** Veda'ların son kısmına verilen felsefi öğretinin adı. Kitapları Upanişad'lar olarak bilinir. Teklik ya da Birlik Felsefesi olarak tanımlanan, kişinin Mutlak ile aynı ve özdeş olduğunu söyleyen öğreti.
- **Vibhuti:** Özel yetiler, kerametler, doğaüstü mistik güçler.
- **Vijñana:** Zeka, "kesin bilgi", muhakeme gücü.
- **Vikalpa:** Sözel yanılsama, karşılığında bir nesne olmayan kavram.
- **Viparyaya:** Yanlış bilgi.
- **Virya:** Yaşam gücü.
- **Vişnu:** Mutlak'ın "sürdüren devam ettiren sureti, ismi".
- **Visuddha:** Boğaz Çakrası. İfade, iletişimden sorumlu.
- **Visvarupa:** Evrensel Form.
- **Viveka-Khyater:** Nihai ayırt etme yetisi.
- **Vrtti:** Zihinsel alandaki fonksiyonlar, hareketler.
- **Vyakta:** Tezahür etmiş olan.
- **Vyana:** Beş Prana'dan tüm bedende dolasan kısmı. Dolaşımdan sorumlu.
- **Vyasa:** Mahabhãrata'yı kaleme alan ve aynı zamanda Veda'ları dört kategoride toparlayan, düzenleyen efsanevi bilge.

- **Yajña:** İbadet, kurban, adak, sunuş. Vedik zamanlarda özellikle ateşle yapılan ritüeller, ibadetler. Genellikle dünyaya dair arzular, bolluk, bereket vs. tüm amaçlar adına yapılabilir.
- **Yama:** Yapılmaması gerekenler, toplumsal kurallar.
- **Yantra:** Araç, teknoloji, sembol.
- **Yoga:** Yoga Sutra'lar özelindeki tanımı ile "Samadhi" hali. Zihnin Asamprajnata Samadhi haline ermesi. Ardından ise Viveka Khyatir (ayırt etme yetisi) ile Puruşa'nın Prakriti'den ayrılması, saflığında ve tekliğinde kalması ile Kaivalya (Nihal Teklik, özgürleşme) gelir.
- **Yoni:** Kaynak, merkez. Rahim, perineum bölgesini temsil eder.
- **Yuga:** Çağ.
- **Yukta:** Birleşmek, bağlanmak, bir araya gelmek.



SOSYAL MEDYA LİNKLERİMİZ



TELEGRAM

YOUTUBE

YOUTUBE 2

INSTAGRAM

FACEBOOK

FACEBOOK 2

