Aileden kalan,
kalpte biriken
ve nesilden nesile
geçenler...



YUVANIN FISILTISI

Şengül Yiğit

ŞENGÜL YİĞİT İnsanı anlamayı, sözcüklerin insan ruhunda bıraktığı izleri görünür kılmayı ve iletişimi hayatı dönüştüren bir güç hâline getirmeyi çalışmalarının merkezine alan bir davranış bilimleri uzmanı, yazar ve motivasyon konuşmacısıdır. Uzun yıllardır iletişim, insan ilişkileri, duygusal zekâ, aile içi iletişim, motivasyon ve tekamül alanlarında çalışmalar yürüten Yiğit; eğitimlerinde ve konuşmalarında insanın önce kendisiyle, ardından ailesi ve çevresiyle kurduğu ilişkinin yaşamın bütününü şekillendirdiğine dikkat çekmektedir.

İlk kitabı *Sözcüklerin Gücü* ile kelimelerin yalnızca bir iletişim aracı olmadığını; bazen bir insanın kalbinde yıllarca taşınan bir yara, bazen de hayatına dokunan bir şifa olabileceğini anlattı. Okurlarını, söyledikleri kadar söyleme biçimleri ve sustukları üzerinde de düşünmeye davet etti. *Yuvanın Fısıltısı* ile ise bakışını insanın ilk ilişkilerinin başladığı yere, aileye ve yuvaya çeviriyor. Çocukluğumuzdan bugüne taşıdığımız cümlelerin, anne-babamızdan öğrendiğimiz ilişki biçimlerinin, evlerin içinde biriken suskunlukların, kırgınlıkların, özlemlerin ve sevginin izini süren Yiğit, bu kitapta okura yalnızca aileyi anlatmıyor; kendi hikâyesine yeniden bakabileceği bir pencere açıyor. Çünkü ona göre insan büyüse de içinde bir yer, hep ilk duyduğu sese; ilk sevildiği, ilk kırıldığı, ilk ait olduğu yere dönüp bakar. Ve bazen hayatın en derin cevapları, çok uzakta değil; yuvanın hâlâ içimizde fısıldayan sesinde saklıdır.

Pınar Yayınları
Bereketzade Mah. Okçu Musa Cad. No: 11/3
Beyoğlu-İstanbul
Tel: 0212 293 90 41
www.pinaryayinlari.com bilgi@pinaryayinlari.com
Yayınevi Sertifika No: 45508

Yuvanın Fısıltısı
Şengül Yiğit

copyright 2026 © pınar yayınları

Pınar Yayınları ♦ 644
Güncel ♦ 31
ISBN 978-625-8675-69-6

Birinci Baskı Ekim 2026

EDİTÖR Hanne Meryem
KAPAK Ömer Faruk Yıldız
SAYFA DÜZENİ kitapmizanpaj.com

BASKI Egem Basım Yayın
Gümüşsuyu Cad. Odin İş Merkezi
B Blok Kat: 2 Topkapı-İstanbul
Sertifika No: 43624

ŞENGÜL YİĞİT

YUVANIN FISILTISI

İçindekiler

BU KİTAP NEDEN YAZILDI? 11

BİRİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN SEVGİDİR 21

İKİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN SAYGIDIR 39

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN GÜVENDİR 45

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN İLETİŞİMDİR 55

BEŞİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN BİRBİRİNİ DİNLEMEKTİR 71

ALTINCI BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN MERHAMETTİR 73

YEDİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN SABIRDIR 91

SEKİZİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN EMEKTİR 97

DOKUZUNCU BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN NEZAKETTİR 107

ONUNCU BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN SINIR KOYMA SANATIDIR 121

ON BİRİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN SORUMLULUKTUR 131

ON İKİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN ADALETTİR 151

ON ÜÇÜNCÜ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN AİDİYETTİR 171

ON DÖRDÜNCÜ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN DAYANIŞMADIR 175

ON BEŞİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN "BEN" DEĞİL, "BİZ" OLABİLMEKTİR ... 197

ON ALTINCI BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN CESARETTİR 199

ON YEDİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN SADAKATTİR 211

ON SEKİZİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN VEFADIR 217

ON DOKUZUNCU BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN FEDAKÂRLIKTIR 229

YİRMİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN İSTİKRARDIR 245

YİRMİ BİRİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN KÜSMEMEKTİR 257

YİRMİ İKİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN AFFETMEKTİR 261

YİRMİ ÜÇÜNCÜ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN GEÇMİŞE TAKILMAMAKTIR 277

YİRMİ DÖRDÜNCÜ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN KOŞULSUZ KABUL ETMEKTİR 281

YİRMİ BEŞİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN İYİLEŞME YERİDİR 289

YİRMİ ALTINCI BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN TRAVMANIN YA BAŞLADIĞI YA DA BİTTİĞİ YERDİR 297

YİRMİ YEDİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN HUZURDUR 305

YİRMİ SEKİZİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN SIĞINAKTIR 317

YİRMİ DOKUZUNCU BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN BİRLİKTE GÜÇLENMEKTİR 323

OTUZUNCU BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN KADER ARKADAŞLIĞIDIR 333

OTUZ BİRİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN AYNI MASADA BULUŞMAKTIR 339

OTUZ İKİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN UMUTTUR 349

OTUZ ÜÇÜNCÜ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN ŞÜKÜRDÜR 355

OTUZ DÖRDÜNCÜ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN DUADIR 363

OTUZ BEŞİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN EMANETTİR 375

OTUZ ALTINCI BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN KÖK VE KANATTIR 383

OTUZ YEDİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN KARAKTERİN İNŞA EDİLDİĞİ YERDİR 393

SONSÖZ 409

Babama...
İçimde hâlâ "yuva" dediğim ilk yere;
yokluğunda bile sığındığım en güvenli yere...

BU KİTAP NEDEN YAZILDI?

Bu kitabı elinize aldıysanız, muhtemelen sizin de kalbinizde aileye dair bir hikâye var. Belki çocukluğunuzdan taşıdığınız güzel hatıralar, hâlâ kapanmamış yaralar, özlediğiniz bir ses… Belki de korumaya çalıştığınız bir yuva… Çünkü aile, insanın hayatındaki ilk kelimedir. Daha konuşmayı öğrenmeden sevgiyi ailede öğreniriz.

Güveni ailede öğreniriz. Kırılmayı da iyileşmeyi de… Hayata dair ilk izlerimizi aile bırakır. Ve çoğu zaman yetişkin olduğumuzda bile çocukluğumuzun ayak sesleri bizimle yürümeye devam eder. Bugün etrafımıza baktığımızda büyük bir çelişki görüyoruz. Evler büyüyor ama sohbetler küçülüyor. İnsanlar birbirine daha kolay ulaşıyor fakat kalpler birbirinden uzaklaşıyor.

Aynı masada oturanlar farklı ekranlara bakıyor. Aynı evde yaşayan insanlar farklı dünyalarda yaşıyor. Ve ne yazık ki birçok aile, büyük bir fırtınayla değil küçük ihmallerle yıkılıyor. Söylenmeyen teşekkürlerle, ertelenen özürlerle, biriktirilen kırgınlıklarla, duyulmayan çığlıklarla…

Peki, bu kitap neden yazıldı?

Yuvanın Fısıltısı masa başında, sadece bilgi vermek için yazılmadı. Bu kitap, bir annenin evladını beklerken gözlerinde biriken özlemden doğdu. Bir babanın ailesi için sessizce taşıdığı yüklerden doğdu. Bir çocuğun fark edilmeyi bekleyen ba-

kışlarından doğdu. Bir eşin duyulmamış cümlelerinden doğdu. Ve belki de en çok, modern hayatın içinde birbirini kaybetmeye başlayan ailelerden doğdu.

Yıllardır eğitim salonlarında binlerce insan dinledim. Kimi eşini anlatırken ağladı. Kimi babasına söyleyemediği cümleleri anlattı. Kimi annesini kaybettikten sonra yaşadığı pişmanlığı… Kimi çocuklarıyla arasına giren görünmez duvarları… Fark ettim ki insanların en derin yaraları da, en büyük mutlulukları da ailelerinde saklıydı. Çünkü insanın ilk hikâyesi ailesinde başlar. İlk sevgi… İlk güven… İlk kırgınlık… İlk umut… İlk hayal kırıklığı… İlk aidiyet… Hepsi ailede filizlenir. Bugün birçok insan başarılı. Birçok insan güçlü. Birçok insan kalabalıkların içinde. Ama ne yazık ki birçok insanın kalbi yalnız. Çünkü evler büyüdü fakat sohbetler küçüldü.

Odalar çoğaldı ancak paylaşımlar azaldı. Mesajlar arttı ama gönüller uzaklaştı. Aynı sofrada oturan insanlar birbirlerinin gözlerine bakmadan kalkar oldu. Ve ben şu soruyu sormaya başladım: İnsanlar birbirine bu kadar yakınken nasıl bu kadar uzaklaşabildi?

İşte *Yuvanın Fısıltısı,* o sorunun ardından doğdu. Bir aileyi ayakta tutan görünmez bağları yeniden hatırlatmak için… Yorulan kalplere nefes olmak için… Kırılan ilişkileri onarmak için… Anne babaların çocuklarını daha iyi anlamasına yardımcı olmak için… Eşlerin birbirini yeniden duymasını sağlamak için… Ve en önemlisi… Henüz geç olmadan… Sevginin ertelenmemesi gerektiğini hatırlatmak için… Çünkü hayat bize acı bir gerçeği defalarca gösteriyor:

Bir gün son kez sarılacağız. Bir gün son kez aynı sofraya oturacağız. Bir gün son kez "Anne!" diyeceğiz. Bir gün son kez "Baba!" diyeceğiz. Bir gün sevdiğimiz bir insanın sesini son kez duyacağız. İşte bu yüzden bu kitap beklemesin diye yazıldı. Özürler ertelenmesin diye… Sevgi içimizde kalmasın diye… Çocuklar büyüyüp gitmeden önce onları duyalım diye… Anne babamız yanımızdayken kıymetlerini bilelim diye… Eşler aynı evde yabancıya dönüşmesin diye…

Yuvanın Fısıltısı size aileyi öğretmek için yazılmadı. Çünkü hepimiz aileyi biliyoruz. Bu kitap size unuttuklarınızı hatırlatmak için yazıldı. Belki bir sayfasında annenizi bulacaksınız. Belki babanızı… Belki eşinizi… Belki çocukluğunuzu… Belki de uzun zamandır ihmal ettiğiniz kendi kalbinizi… Eğer bu kitap bittikten sonra bir kişiyi daha sıkı sarılmanıza vesile olursa… Bir telefonu açıp sevdiğiniz birini aramanızı sağlarsa… Bir kırgınlığı bitirirse… Bir aileyi biraz daha birbirine yaklaştırırsa amacına ulaşmış olacak. Çünkü güçlü toplumlar güçlü ailelerden, güçlü aileler ise sevgiyle kurulan kalplerden doğar. Ve ben bütün kalbimle inanıyorum ki dünyayı değiştirecek en büyük devrimler meydanlarda değil, evlerin içinde başlar. Bu kitap da işte o değişimin küçük ama samimi bir adımıdır.

Yuvanın Fısıltısı'nı yazdım; çünkü bir insanın hayatını değiştiren en güçlü şeyin, doğru zamanda söylenmiş sevgi dolu bir söz ve sımsıkı korunan bir aile olduğuna inanıyorum.

Peki, bu kitap nasıl okunmalı?

Hiç kuşkusuz bu kitap hızlı okunacak bir kitap değildir. Bu kitap üzerinde düşünülecek bir kitaptır. Her bölüm bir davettir. Daha iyi bir aile kurmaya. Daha derin bir bağ kurmaya. Daha güçlü bir sevgi oluşturmaya. Bu yüzden bu kitabı okurken zaman zaman durun. Düşünün. Belki bir sayfada kendinizi bulacaksınız. Belki bir cümle kalbinize dokunacak. Belki bir bölüm ailenizde yeni bir başlangıç olacak.

Yuvanın Fısıltısı'nda şu soruların cevaplarını arayacağız:

Aile dediğin nedir? Aileyi güçlü yapan değerler nelerdir? Bir aile nasıl iyileşir? Aile içinde iletişim nasıl güçlenir? Zor zamanlarda aile nasıl ayakta kalır? Her bölümde bir değeri konuşacağız. Her bölümde bir aile gerçeğini göreceğiz. Ve her bölümde şunu hatırlayacağız:

Aile dediğin sadece aynı evde yaşayan insanlar değildir. Aile dediğin birbirinin kalbini taşıyan insanlardır.

Bu kitap sana şunu hatırlatmak için yazıldı: Aile bir ev değildir. Bir bağdır. Bir emektir. Bir sevgidir. Bir yolculuktur. Ve o

yolculuk her gün yeniden başlar. Ama aslında tek bir sorunun peşinden gittim:

Bir aileyi ayakta tutan nedir?

Neden bazı aileler en zor zamanlarda bile birbirine kenetlenirken, bazıları küçük sorunlarda dağılır? Neden bazı evlerde huzur vardır da bazılarında sessiz bir yalnızlık yaşanır? Bir çocuğun hayatını değiştiren şey nedir? Bir eşin kalbini yeniden umutla dolduran şey nedir? Bir yuvayı yuva yapan şey gerçekten nedir?

Bu kitabın sayfalarında bu soruların cevaplarını birlikte arayacağız. Bazen bir annenin sessiz duasında… Bazen bir babanın görünmeyen fedakârlığında… Bazen sofrada paylaşılan bir çayda… Bazen de yıllardır söylenmeyen bir "Seni seviyorum!" cümlesinde… Belki kendi hikâyenizi bulacaksınız. Belki gözleriniz dolacak.

Belki gülümseyeceksiniz. Belki de kitabı kapatıp uzun zamandır aramadığınız bir yakınınızı aramak isteyeceksiniz. İşte o zaman bu kitap amacına ulaşmış olacak. Çünkü bu kitap sadece aileyi anlatmak için yazılmadı. Bu kitap; kırılan bağları onarmak, unutulan sevgiyi hatırlatmak, yorulan kalplere nefes olmak ve her şeyden önemlisi, aile olmanın yeniden mümkün olduğunu göstermek için yazıldı.

Sonraki sayfalarda okuyacaklarınız, sadece bir kitap olmayabilir. Belki de kendi hayatınızın satır aralarında saklı kalan cevaplar olacaktır. Bu yolculukta kimi zaman kendinizi, kimi zaman sevdiklerinizi, kimi zaman da kaybettiğinizi sandığınız umutları bulacaksınız. Ve belki kitabın son sayfasına geldiğinizde şu gerçeği yeniden hatırlayacaksınız:

İnsan hayatta birçok yere ait olabilir ama kalbin gerçek adresi her zaman ailesidir.

Bu kitabı okumadan önce ailenizi seviyor olabilirsiniz; okuduktan sonra ise sevginizi göstermenin ne kadar önemli olduğunu fark edeceksiniz.

Kalbimde Kalan

Bir Can Eriğinin Hatırlattıkları

Bazı meyvelerin tadı yalnızca damağımızda kalmaz. Bir evin avlusunu, annemizin sesini, babamızın bakışını ve çocukluğumuzun en korunmasız hâlini de taşır. Yıllar geçer, evler değişir, sofralardaki insanlar eksilir… Fakat küçücük bir can eriği, bizi bir anda ait olduğumuz yere götürür. Çünkü aile, yalnızca birlikte yaşadığımız insanlar değil; kokusuyla, sesiyle ve hatırasıyla içimizde yaşamaya devam eden ilk yuvamızdır.

Bir zamanlar mevsimlerin tadı vardı. Beklemenin kıymeti, kavuşmanın heyecanı vardı. Benim çocukluğumda "her şey her zaman" yoktu. Sebze ve meyvenin bir vakti vardı. Turfanda zamanı vardı, mahallemizin küçük çarşısında can eriği kışın bulunmazdı. Baharla birlikte ilk çıktığında herkes bilirdi ki mevsim değişiyor.

Annem eriği çok severdi. Ama asıl sevdiği şey, erikten önce gelen düşünülme duygusuydu. Babam… Ne zaman piyasaya ilk can eriği çıksa, mutlaka alırdı. O zamanlar naylon poşetler yoktu. Kese kâğıdına konur, sonra file torbanın içine yerleştirilirdi. Babam o file torbayı koluna takar, eve öyle gelirdi.

Kapı çalardı. Annem kapıyı açar, "Hoş geldin!" derdi. Babam torbayı uzatırdı. Annem hiç acele etmezdi. Önce kese kâğıdını açardı. İçine bakardı. Ve hiçbir şey söylemeden, gözlerinin içi gülerek şöyle derdi:

"Ben de seni seviyorum Zeki!"

Ben küçük aklımla o cümleyi çözmeye çalışırdım. Babam "Seni seviyorum!" dememişti ki… Ama sonra anlardım. O paketin içinde can eriği varsa, demek ki babam annemi düşünmüş. Demek ki çarşıda görmüş, aklına o gelmiş. Demek ki "Seni seviyorum!" demiş… ama eriğin diliyle. Bizim evde can eriğinin diğer adı şuydu:

"Seni seviyorum!"

Yıllar geçti. Mevsimler değişti. Artık her meyve her zaman var. Ama hiçbir şeyin bekleme heyecanı yok. Şimdi anlıyorum ki sevgi bazen kelime değildir. Bir kese kâğıdıdır. Bir file torbadır. Mevsimi gelince alınan bir can eriğidir. Ve sevgi… En çok da düşünülmüş bir ayrıntıda saklıdır.

Aile: İnsanın İlk Evi, Son Sığınağı

Bir gece yarısı gelen telefon, bazen insanın yıllarca taşıyacağı bir pişmanlığın başlangıcı olabilir. O an cevaplamadığınız bir çağrı, ertesi gün geri dönülemeyecek bir vedaya dönüşebilir. Çoğumuz sevdiklerimizin hep orada kalacağını sanırız; annemizin sesi, babamızın gölgesi, ailemizin varlığı sanki hiç eksilmeyecekmiş gibi yaşarız. Ta ki hayat, bir anda bütün bu yanılsamayı paramparça edene kadar.

Telefon gece yarısına doğru çaldı. Adam o sırada çalışma masasının başındaydı. Önünde dosyalar, yetişmesi gereken işler, cevaplanması gereken mesajlar vardı. Ekranda annesinin adı yazıyordu. Bir an telefona baktı.

"Biraz sonra ararım…" diye düşündü.

Ama arayamadı. Sabah olduğunda yine yoğunluk başladı. Toplantılar… Koşturmalar… Trafik… Hayat… Akşam eve geldiğinde telefonuna baktı. Annesinden cevapsız üç arama vardı. İçini tarif edemediği bir huzursuzluk kapladı. Hemen aradı. Telefona ablası çıktı. Sesi titriyordu.

"Keşke dün gece açsaydın…" dedi.

"O seni merak etmişti."

Adamın elleri titremeye başladı.

"Annem nerede?"

Karşı tarafta birkaç saniyelik sessizlik oldu. Sonra duyduğu cümle hayatı ikiye böldü:

"Annemiz bu sabah Hakk'a yürüdü…"

O an dünya sustu. Saatler durdu. Kalbi boşluğa düştü. Günler sonra annesinin odasına girdi. Yatağı hâlâ toplanmamıştı. Seccadesi köşedeydi. Gözlüğü komodinin üzerinde duruyordu. Sanki biraz sonra kapı açılacak ve annesi içeri girecekti. Ama biliyordu… Bazı gidenler bir daha dönmüyordu. Odasını toplarken çekmecenin içinde küçük bir defter buldu. Merak edip açtı. Sayfaların arasında kendi adı yazıyordu. Annesinin titreyen el yazısıyla…

"Bugün oğlumu aradım. Açamadı. Yoğundur. Allah işlerini rast getirsin."

Bir sonraki sayfada:

"Bugün de konuşamadık. Sesi nasıl acaba? Yoruluyor mudur?"

Sonraki sayfada:

"Rabbim, ben duyamıyorum ama sen onu koru."

Adam artık okuyamıyordu. Gözyaşları sayfaların üzerine düşüyordu. O gün ilk kez anladı. Annesi onu ararken aslında konuşmak istemiyordu. Sadece sesini duymak istiyordu. Sadece iyi olduğunu bilmek istiyordu. Sadece anne olmak istiyordu. Yıllarca dünyanın peşinden koşmuştu. Başarıların, kazançların, hedeflerin… Ama şimdi bütün o başarılarını bir kenara bırakıp annesinin bir kez daha "Oğlum nasılsın?" demesini isterdi.

Bir kez daha… Sadece bir kez daha… O gece çocukluğunu düşündü. Ateşlendiğinde sabaha kadar başında bekleyen annesini… Kış gecelerinde eve dönene kadar uyumayan babasını… Kendisi fark etmeden onun için edilen duaları… Onun için ertelenen ihtiyaçları… Onun için gizlenen yorgunlukları… Ve o an bir gerçeği bütün ağırlığıyla hissetti:

İnsan büyüdüğünü sanıyor. Fakat aslında ömrü boyunca ailesinin sevgisiyle ayakta kalıyor. Biz buna alışıyoruz. Anne duasına alışıyoruz. Baba gölgesine alışıyoruz. Evde yanan ışığa alışıyoruz. Bizi bekleyen insanlara alışıyoruz. Sonsuza kadar

sürecek sanıyoruz. Oysa hiçbir şey sonsuza kadar sürmüyor. İşte bu yüzden aile… Sadece aynı evde yaşadığımız insanlar değildir.

Aile; düştüğümüzde elimizden tutanlardır. Yorulduğumuzda sesimizi duyanlardır. Dünyanın bizi anlamadığı yerde bizi anlayanlardır. Ve gün gelir… Herkes gider… Kalabalıklar dağılır… Hayat sessizleşir… İnsan geriye dönüp baktığında şunu anlar:

Meğer yıllarca peşinden koştuğum şey mutluluk değilmiş… Mutluluk, annemin mutfaktan gelen sesiymiş. Babamın akşam kapıyı açışıymış. Aynı sofrada edilen kahkahalarmış. Birlikte içilen çayın buğusuymuş. İşte bu yüzden aile insanın ilk evidir. Dünyaya gözlerini açtığı ilk sıcaklık… İlk güven… İlk merhamet… Ve yıllar sonra hayat bütün kapıları yüzüne kapattığında dönmek istediği son sığınaktır. Çünkü insanın gerçek evi beton duvarlar değildir. İnsanın gerçek evi… Kendisini koşulsuz seven kalplerin bulunduğu yerdir. Ve ne yazık ki çoğumuz bunun değerini, o kapıyı çalacak kimse kalmadığında anlarız…

Bu kitabı okumaya devam etmeden önce annenizi, babanızı, eşinizi ya da çocuğunuzu arayın.

Çünkü bazen bir telefon, yarın pişman olacağınız bir sessizliği önleyebilir.

Aile neden bu kadar önemlidir?

Çünkü aile sadece kan bağı değildir. Kalpten kurulan bir bağdır. Düştüğümüzde bizi kaldıran, hata yaptığımızda tamamen vazgeçmeyen, kendimiz olabildiğimiz yerdir. Belki de en büyük yalnızlık, etrafında kimsenin olmaması değil; ait hissedebileceğin bir yuvanın olmamasıdır. Çünkü insan sadece bedenini değil, ruhunu da beslemek zorundadır.

Ruhun en büyük ihtiyacı ise sevgidir. Ve sevginin ilk adresi ailedir. Bu yüzden aileyi korumak, yalnızca bir ilişkiyi korumak değildir. Bir insanın ruhunu, bir çocuğun geleceğini ve bir toplumun yarınını korumaktır. Çünkü günün sonunda insan şunu anlar:

Hayatta en değerli olan, sahip olduklarımız değil... Geri dönebildiğimiz insanlardır. Ve insanın dönebildiği en güzel yer ailesidir. Bir gün çocukluğunuzun evine son kez bakacağınızı, annenizin sesini son kez duyacağınızı, babanızın elini son kez tutacağınızı bilseydiniz, bugün onlara nasıl davranırdınız?

İşte aile bu kadar önemlidir; çünkü değeri çoğu zaman eksildiğinde anlaşılır. Bugün dünya çok hızlı değişiyor. Teknoloji gelişiyor, şehirler büyüyor. Hayat hızlanıyor ancak bir şey küçülüyor. Aynı evde yaşayan insanlar bazen birbirini gerçekten tanımıyor. Aynı sofrada oturan insanlar bazen birbirini dinlemiyor. Aynı evde yaşayan insanlar bazen birbirinin kalbine dokunamıyor. Bugün birçok insanın evi var fakat birçok insanın aile sıcaklığı yok.

BİRİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN SEVGİDİR

Bir çocuğa dünyanın en güzel evini verebilirsiniz. Kocaman odalar, pahalı oyuncaklar… En iyi okullar, en güzel kıyafetler… Ama o evin içinde sevgi yoksa o çocuk yine de eksik büyür. Çünkü insanın asıl ihtiyacı duvarlar değil, sevgidir. Aileyi aile yapan sadece aynı çatı altında yaşamak değildir. Aynı soyadını taşımak da değildir.

Aileyi aile yapan sevgidir. Çünkü sevgi yoksa ev, sadece bir binadır. Sofra, sadece yemek yenilen bir masadır. İnsanlar ise aynı mekânda yaşayan yabancılardır. Sevgi varsa en küçük ev saraya dönüşür. En mütevazı sofra bereketlenir. En zor günler bile birlikte aşılabilir. Sevgi, aileyi görünmez iplerle birbirine bağlayan en güçlü kuvvettir.

Bir annenin sabaha kadar hasta çocuğunun başında beklemesidir sevgi. Bir babanın yorgunluğunu içine gömüp ailesi için mücadele etmesidir. Bir eşin "Ben buradayım!" diyebilmesidir. Bir kardeşin düştüğünde seni kaldırmasıdır. Sevgi çoğu zaman büyük cümlelerde saklı değildir. Bazen sofraya bırakılan son lokmadır.

Bazen üşümeyesin diye üzerine örtülen bir battaniyedir. Bazen "Eve varınca haber ver!" cümlesidir. Bazen de sessizce edilen bir duadır. Ne gariptir ki insanlar sevgiyi hep büyük gösterilerde ararlar. Oysa ailelerde sevginin dili çok farklıdır.

Annenin tabağına fazladan koyduğu yemekte vardır. Babanın "Dikkatli git!" deyişinde vardır.

Eşin yorgun yüzüne bakıp sessizce çay koymasında vardır. Çocuğun boynuna sarılıp "Seni seviyorum!" demesinde vardır. Sevgi görünmez ama hissedilir. Tıpkı nefes gibi görülmez ama yokluğu hemen fark edilir. Bir evde sevgi azalmaya başladığında önce sohbetler azalır. Sonra gülüşler azalır. Daha sonra paylaşımlar azalır.

Ardından insanlar aynı evde yaşamaya devam eder ama birbirlerinin hayatından çıkmaya başlarlar. İşte bu yüzden aileyi ayakta tutan en büyük güç sevgidir. Çünkü sevgi sadece mutlu günlerin duygusu değildir. Asıl sevgi zor zamanlarda belli olur. Her şey yolundayken yanında olmak kolaydır. Önemli olan fırtına çıktığında da aynı gemide kalabilmektir.

Aile dediğin; hastalıkta sevgidir. Yoksullukta sevgidir. Başarısızlıkta sevgidir. Yaşlılıkta sevgidir. Hata yaptığında vazgeçmeyen sevgidir. Düştüğünde elinden tutan sevgidir. Sessiz kaldığında bile seni anlayan sevgidir. Belki de bu yüzden insan ömrünün sonunda sahip olduğu evleri, arabaları, makamları hatırlamaz. Ancak kendisini seven insanları hatırlar. Çünkü kalbin hafızası sevgiyi unutmaz. Aradan yıllar geçse de unutmaz. Bir annenin sıcaklığını… Bir babanın koruyucu gölgesini… Bir eşin sadakatini… Bir çocuğun sarılışını… Unutmaz. Ve günün sonunda insan şunu anlar:

Hayatta en büyük zenginlik para değilmiş. En büyük güvence makam değilmiş. En büyük başarı alkışlar değilmiş. En büyük zenginlik… Kendisine "İyi ki varsın!" diyen insanların varlığıymış. İşte bu yüzden aile dediğin sevgidir. Çünkü sevgi varsa umut vardır. Sevgi varsa merhamet vardır. Sevgi varsa affetmek vardır. Sevgi varsa yeniden başlamak vardır. Sevgi varsa aile vardır.

Ve unutmayın: Bir evi yuva yapan duvarlar değil, o duvarların arasında yaşayan sevgidir. Sevginin olmadığı yerde insanlar birlikte yaşayabilir. Ama ancak sevginin olduğu yerde gerçek bir aile olabilir. Bir gün çocuklarınız sizin ne kadar kazandı-

ğınızı hatırlamayacak. Hangi arabaya bindiğinizi de… Fakat onları ne kadar sevdiğinizi, sevgiyi nasıl hissettirdiğinizi ömür boyu unutmayacaklar

Sevginin Kavramsal Derinliği

Sevgi… İnsanlık tarihinin en çok konuşulan, en çok yazılan, en çok özlenen ve belki de en az anlaşılan kavramlarından biridir. Çoğu insan sevgiyi bir duygu olarak tanımlar. Oysa sevgi, sadece bir duygu değildir. Duygular gelir ve gider. Bugün çok mutlu hissederiz, yarın üzgün olabiliriz. Bugün heyecan duyarız, yarın sakinleşebiliriz. Ama sevgi, duyguların ötesinde bir tercihtir. Bir bağlılıktır. Bir sorumluluktur. Bir emektir. Bir varoluş biçimidir. Bu nedenle gerçek sevgi, sadece kalpte hissedilen bir sıcaklık değil; davranışlara dönüşen bir bilinç hâlidir. Sevgi, "Seni seviyorum!" demekten çok, "Senin iyiliğini önemsiyorum!" diyebilmektir. Çünkü sevginin özü sahip olmak değil, değer vermektir. Günümüz dünyasında sevgi çoğu zaman romantik bir heyecan olarak sunuluyor. Oysa heyecan sevginin başlangıcı olabilir ama kendisi değildir. Heyecan azalabilir. Tutku değişebilir. Koşullar zorlaşabilir. Fakat gerçek sevgi, bütün bunların ötesinde varlığını sürdürebilen bağdır. İşte bu yüzden sevgi bir his olmaktan çok bir karardır. Her gün yeniden verilen bir karar…

"Bugün de seni anlamaya çalışacağım."

"Bugün de seni incitmemeye özen göstereceğim."

"Bugün de senin iyiliğini kendi iyiliğim kadar önemseyeceğim."

Sevginin kavramsal merkezinde dört temel unsur bulunur:

Görmek…

Kabul etmek…

Değer vermek…

Emek vermek…

Bir insanı gerçekten sevmek, önce onu görmektir. Sadece yüzüne bakmak değil onun duygularını görmek… Yorgunluğunu görmek… Korkularını görmek… Sessizliğini görmek… Çünkü görülmeyen insan zamanla yalnızlaşır. Anlaşılmayan insan zamanla uzaklaşır. Sevgi aynı zamanda kabul etmektir. Karşımızdaki insanı kusursuz olduğu için değil, insan olduğu için sevebilmektir. Çünkü sevgi mükemmelliğe değil, insanlığa dokunur. Hepimiz eksiklerimizle, hatalarımızla ve kırılganlıklarımızla varız. Gerçek sevgi, kusursuz insan aramaz. Kusurlarıyla birlikte insanı kucaklar. Sevginin üçüncü boyutu değer vermektir. Değer vermek, bir insanın varlığını önemsemektir. Onun düşüncelerini dinlemektir.

Duygularını ciddiye almaktır. Onun yanında olduğunu hissettirmektir. Çünkü sevgi hissedilmediğinde eksik kalır. Kalpte saklanan ama davranışa dönüşmeyen sevgi, çoğu zaman karşı tarafa ulaşamaz. Ve son olarak sevgi emektir. Belki de sevginin en derin tanımı budur. Çünkü sevgi sadece güzel günlerin duygusu değildir.

Asıl sevgi zor günlerde ortaya çıkar. Hastalıkta… Yoksullukta… Başarısızlıkta… Yaşlılıkta… Hayatın yükü ağırlaştığında… Sevgi oradaysa gerçek olduğunu gösterir. Bu yüzden sevgi, bir çiçeğe benzer. Sulamazsanız solar. İlgilenmezseniz kurur. Beslemezseniz kaybolur. Aileler de böyledir. Sevgi kendiliğinden devam eden bir süreç değildir.

İlgi ister. Emek ister. Zaman ister. Fedakârlık ister. Ve bütün bunların sonunda sevgi, yalnızca iki insan arasındaki bağ olmaktan çıkar. Bir güven iklimine dönüşür. Bir aidiyet duygusuna dönüşür. Bir yuvaya dönüşür. Çünkü insanın en temel ihtiyacı sevilmekten önce şudur:

Güvende hissetmek. Ve gerçek sevgi insana tam da bunu verir.

"Ne olursa olsun burada bir yerin var."

"Ne yaşarsan yaşa yalnız değilsin."

"Başarsan da başarısız olsan da değerlisin."

İşte sevginin en derin anlamı budur. Sevgi, bir insanın ruhuna verilen en büyük güvencedir. Ve bu güvenceyle büyüyen insanlar; daha güçlü, daha merhametli, daha umutlu, daha sağlıklı ilişkiler kurabilen bireyler hâline gelirler. Çünkü sevgi sadece bir duygu değildir. Sevgi bir insanın hayatını şekillendiren görünmez mimardır. Ve aile dediğimiz yapı, işte bu görünmez mimarın ellerinde yükselir. Sevginin olmadığı yerde ev olabilir. Ama yuva olmaz. Sevginin olduğu yerde ise en küçük ev bile insanın kalbinde sonsuza kadar yaşayacak bir cennete dönüşebilir.

Yuvanın Fısıltısı

Sevgi, bir kalbin başka bir kalpte kendine yer bulmasıdır.

İnsan sevdiği kadar büyür, sevildiği kadar güçlenir ve sevgi verdiği kadar insan olur.

Sevginin Evreleri

Çoğu insan sevgiyi bir duygu sanır. Kalbin hızlı çarpması… Özlemek… Heyecanlanmak… Birini düşündüğünde yüzünde beliren tebessüm… Oysa bunlar sevginin kendisi değil, başlangıç sesleridir. Gerçek sevgi, bir ömür boyunca farklı evrelerden geçerek olgunlaşan canlı bir yolculuktur. Tıpkı bir tohumun toprağa düşmesi, filiz vermesi, büyümesi ve meyveye durması gibi… Sevgi de zamanla değişir. Derinleşir. Olgunlaşır. Ve sonunda insanın karakterine dönüşür.

1. Evre: Hayranlık ve Çekim

Sevginin ilk adımı hayranlıktır. Bir insanın gülüşü dikkatimizi çeker. Konuşması hoşumuza gider. Varlığı bizi heyecanlandırır. Bu evrede insan, karşısındakinin güzel yönlerini görür. Eksikler görünmez. Kusurlar fark edilmez. Kalp daha çok görmek istediğini görür. Bu dönem bahar gibidir. Rengârenk… Canlı… Heyecan dolu… Fakat bu evre sevginin sonu değil, başlangıcıdır. Çünkü sadece hayranlık üzerine kurulan ilişkiler ilk fırtınada sarsılır.

2. Evre: Tanıma ve Gerçeklik

Zaman geçer. Maskeler düşmeye başlar. İnsanlar birbirlerini daha yakından tanırlar. Eksikler ortaya çıkar. Farklılıklar görünür olur. İşte sevginin ilk sınavı burada başlar. Çünkü artık insan sadece güzel taraflarla değil, zor taraflarla da karşılaşır. Gerçek sevgi tam da burada sorar:

"Onun kusurlarını gördüğüm hâlde yanında kalabilecek miyim?"

Birçok ilişki bu evrede sona erer. Çünkü bazı insanlar sevgiye değil, hayallerindeki kişiye âşık olmuştur.

3. Evre: Kabul Etme

Sevginin olgunlaşmaya başladığı dönem budur. Artık insan karşısındakini değiştirmeye çalışmaktan vazgeçer. Onu olduğu gibi görmeye başlar. Kusurlarını inkâr etmez. Ama kusurlarından dolayı sevgisini geri çekmez. İşte gerçek sevginin ilk kökleri burada oluşur. Çünkü kabul edilmeyen yerde sevgi büyüyemez.

İnsan ancak olduğu hâliyle sevildiğinde kendini güvende hisseder. Ailelerin en güçlü olduğu dönem de budur. Kimsenin mükemmel olmaya çalışmadığı… Fakat herkesin birbirini anlamaya çalıştığı dönem…

4. Evre: Emek ve Fedakârlık

Bu evrede sevgi artık bir duygu olmaktan çıkar. Bir davranış biçimine dönüşür. Hasta olduğunda yanında kalmaktır. Yorulduğunda yükünü paylaşmaktır. Üzüldüğünde teselli etmektir. Bazen kendi konforundan vazgeçmektir. Çünkü gerçek sevgi sadece almak değil, verebilmektir. Anne sevgisinin büyüklüğü de buradan gelir. Baba sevgisinin derinliği de… Yıllar boyunca görünmeyen binlerce fedakârlık, sevginin sessiz dilidir.

5. Evre: Sadakat ve Bağlılık

Zaman ilerledikçe sevgi sessizleşir. Heyecan azalabilir. Ama bağ güçlenir. Artık insan karşısındakinin sadece bugününe değil, bütün hikâyesine bağlanmıştır. Birlikte yaşanmış yıllar… Birlikte aşılmış zorluklar… Birlikte dökülen gözyaşları… Birlikte edilen dualar… Sevgi artık hatıralardan örülmüş bir köprüye dönüşür. Bu evrede insanlar birbirlerine sadece eş, anne, baba ya da evlat olarak değil; Hayat arkadaşı olarak bağlanırlar.

6. Evre: Merhamet ve Şefkat

Sevginin en yüksek hâllerinden biri budur. Artık sevgi karşılık beklemez. Hesap yapmaz. Puan tutmaz. "Ben yaptım, o yapmadı!" demez.

Sadece iyilik ister. Tıpkı bir annenin evladına baktığı gibi… Tıpkı yaşlanan eşine sabırla destek olan bir insan gibi… Merhamet, sevginin olgunlaşmış hâlidir. Çünkü sevgi büyüdükçe yumuşar. Derinleştikçe merhamete dönüşür.

7. Evre: Dua

Sevginin en yüksek evresi duadır. Çünkü insan gerçekten sevdiği biri için dua etmeye başlar. Yanında olmasa da iyiliğini ister. Kırgın olsa da mutluluğunu ister. Uzakta olsa da korunmasını ister. Belki de sevginin en saf hâli budur. Karşılık beklemeden iyi dilekte bulunmak… Sessizce Rabbe emanet etmek… Kalbin en derin yerinden gelen bir iyilik arzusu taşımak… İşte sevgi, yolculuğunu burada tamamlar. Çünkü sevgi önce gözde başlar. Sonra kalbe iner. Daha sonra davranışlara dönüşür. Ardından fedakârlık olur, sadakat olur, merhamet olur. Ve nihayetinde dua olur. İnsan sevdiği kadar insan olur. Ama dua ettiği kadar olgunlaşır. Belki de bu yüzden aile dediğin sevgidir. Ve sevginin en güzel hâli, birbirine dua eden insanların kurduğu yuvadır.

Yuvanın Fısıltısı

Sevginin olgunluğu, "Seni seviyorum!" demekte değil; "Senin için dua ediyorum!" diyebilmekte saklıdır.

Hikâye: Sonunda Dua Kaldı

Yaşlı adam her sabah aynı bankta oturuyordu. Elinde eski bir baston… Yüzünde yılların bıraktığı izler… Gözlerinde ise kimsenin tam olarak anlayamayacağı bir özlem vardı. Parka gelenler onu tanıyordu. Ama hikâyesini bilen çok azdı. Bir gün genç bir adam yanına oturdu. Bir süre sessizce sohbet ettiler. Genç adam merak edip sordu:

"Amca, her gün burada neyi bekliyorsun?"

Yaşlı adam hafifçe gülümsedi. Karşıdaki boş banka baktı. Sonra cebinden eski bir fotoğraf çıkardı. Fotoğrafta genç bir kadın vardı. Gözleri ışıl ışıldı. Yaşlı adam fotoğrafı okşadı.

"Elli sekiz yıl…" dedi.

Genç adam anlamadı.

"Ne elli sekiz yılı?"

Yaşlı adamın gözleri doldu.

"Eşimle geçirdiğim elli sekiz yıl…"

Bir süre sustu. Sonra anlatmaya başladı.

"İlk tanıştığımızda ona hayrandım."

"Sonra âşık oldum."

"Sonra evlendik."

"Sonra birlikte hayat kurduk."

"Sonra çocuklarımız oldu."

"Sonra birlikte ağladık."

"Birlikte güldük."

"Birlikte yaşlandık."

Genç adam dikkatle dinliyordu. Yaşlı adam gökyüzüne baktı.

"Gençken sevgiyi sadece heyecan sanıyordum."

"Onu görünce kalbimin çarpması sanıyordum."

"Sesini özlemek sanıyordum."

"Elini tutmak sanıyordum."

Sonra derin bir nefes aldı.

"Meğer sevgi bunlardan çok daha büyükmüş."

"Sevgi bazen gecenin üçünde ateş düşürmeye çalışmakmış."

"Sevgi bazen para yetmediğinde birlikte sabretmekmiş."

"Sevgi bazen hiçbir şey söylemeden aynı acıyı paylaşmakmış."

"Sevgi bazen yıllarca aynı sofraya oturup hâlâ birbirine teşekkür edebilmekmiş."

Yaşlı adamın sesi titremeye başladı.

"Son yıllarında artık beni tanıyamıyordu."

Genç adam şaşırdı.

"Alzheimer mıydı?"

Yaşlı adam başını salladı.

"Evet…"

Sonra gözlerinden yaşlar süzüldü.

"Bazen yüzüme bakıyor ve 'Siz kimsiniz?' diyordu."

"Ben ise her defasında yeniden kendimi tanıtıyordum."

Genç adamın boğazı düğümlendi.

"Canın yanmıyor muydu?"

Yaşlı adam uzaklara baktı.

"Çok yanıyordu."

“Ama o beni unutsa da ben onu unutamazdım.”

“Çünkü sevgi hafızadan daha güçlüdür.”

Bir süre ikisi de sustu. Sonra yaşlı adam yavaşça konuştu:

“Öldüğü gün odamız bomboş kaldı.”

“İlk defa evime dönmek istemedim.”

“İlk defa sofraya oturmak istemedim.”

“İlk defa sessizliğin sesi bu kadar yüksek geldi.”

Genç adam başını önüne eğdi. Yaşlı adam ise gözyaşlarını silip gülümsedi.

“Sonra bir gün fark ettim.”

“Sevgimiz bitmemişti.”

“Sadece şekil değiştirmişti.”

“Eskiden ona çay verirdim.”

“Şimdi onun için dua ediyorum.”

“Eskiden elini tutardım.”

“Şimdi adını dualarımda tutuyorum.”

“Eskiden gözlerine bakardım.”

“Şimdi Rabbimden ona rahmet diliyorum.”

Sonra genç adamın omzuna dokundu. Ve hayatının en güzel cümlesini söyledi:

“Evladım! Sevgi önce gözde başlar.”

“Sonra kalpte büyür.”

“Sonra emek olur.”

“Sonra fedakârlık olur.”

“Sonra sadakat olur.”

“Ama gerçek sevgi en sonunda duaya dönüşür.”

Çünkü sevdiğin insan yanında olmasa bile onun iyiliğini istemeye devam ediyorsan… Sevgi hâlâ yaşıyor demektir. O gün genç adam eve dönerken annesini aradı. Babasını aradı. Eşine sarıldı. Çocuklarını öptü. Çünkü ilk kez anladı:

Hayatın sonunda insanın elinde kalan şey; ne kazandığı paralar, ne sahip olduğu evler, ne de taşıdığı unvanlardır. Hayatın sonunda insanın elinde kalan sevdikleri için ettiği dualardır. Ve belki de bu yüzden aile; sevginin başladığı yer değil, sevginin dua olduğu yerdir.

Bir insanı gerçekten sevip sevmediğinizi anlamak istiyorsanız, onun için dua edip etmediğinize bakın. Çünkü sevginin vardığı son durak, duadır.

Bir Kadının İç Monoloğu

Ben çiçek istemiyorum. Ama bazen "İyi ki varsın!" denildiğini duymak istiyorum. O bana bakınca değerli hissetmek istiyorum. Ben sadece ev arkadaşı olmak istemiyorum. Eş olmak istiyorum.

Bir Erkeğin İç Monoloğu

Ben seviyorum ama bunu söylemeyi bilmiyorum. Babam anneme hiç "Seni seviyorum!" demedi. Ben de diyemiyorum fakat içimde var. Belki de sevgi sadece içte kalmamalı.

Sevgi ve Saygı İlişkisi

Bir aileyi ayakta tutan en önemli iki değer sorulsa, hiç kuşkusuz bunlardan biri sevgi, diğeri ise saygıdır. Çoğu zaman bu iki kavram birlikte anılır. Ancak gerçekte sevgi ve saygı aynı şey değildir. Birbirini tamamlayan, birbirini besleyen ama farklı anlamlar taşıyan iki güçlü değerdir. Sevgi kalbin dilidir.

Saygı ise karakterin dilidir. Sevgi bir insana yakınlaşmayı sağlar. Saygı o yakınlığın zarar vermeden devam etmesini sağlar. Sevgi "Sana değer veriyorum!" der. Saygı ise "Senin varlığı-

na, düşüncelerine, duygularına ve sınırlarına da değer veriyorum!" der. Bu nedenle sevgi olmadan ilişkiler soğuklaşır; saygı olmadan ise ilişkiler yaralanır.

Aile içinde birçok sorun aslında sevgisizlikten değil, saygısızlıktan kaynaklanır. Çünkü insanlar çoğu zaman sevildiklerini bilirler. Fakat anlaşılmadıklarını hissederler. Dinlenmediklerini hissederler. Düşüncelerinin önemsenmediğini hissederler. Ve zamanla kalplerde görünmez kırgınlıklar oluşmaya başlar. Oysa saygı, insanın ruhuna verilen değerin en somut göstergesidir. Bir insanı dinlemek saygıdır. Sözünü kesmemek saygıdır. Hata yaptığında onu aşağılamamak saygıdır. Farklı düşündüğünde onu yok saymamak saygıdır. Özel alanına dikkat etmek saygıdır. Kalbini incitmemeye özen göstermek saygıdır. Bu nedenle saygı sadece görgü kuralı değildir.

Saygı, insan onurunu koruma biçimidir. Aile içinde sevgi kadar saygının da güçlü olması gerekir. Çünkü sevgi insanları birbirine bağlar. Saygı ise o bağın sağlıklı kalmasını sağlar. Sevginin olduğu ama saygının olmadığı ilişkiler zamanla yıpranır. İnsanlar birbirini sevdiklerini söyler fakat birbirlerini kırarlar.

Birbirlerine değer verdiklerini söyler ama birbirlerini küçümserler. Birlikte yaşarlar fakat birbirlerinin ruhuna zarar verirler. Böyle durumlarda sevgi zamanla yorulur. Çünkü saygı, sevginin nefes aldığı alandır. Saygı olmadan sevgi sıkışır. Sevgi olmadan saygı ise mesafeye dönüşür. Sağlıklı ailelerde sevgi ve saygı birlikte yürür.

Eşler birbirlerini sadece sevdikleri için değil, birbirlerine değer verdikleri için dinlerler. Anne babalar çocuklarını sadece korumaz, onların duygu ve düşüncelerine de önem verirler. Çocuklar da anne babalarını sadece sevdikleri için değil, emeklerine saygı duydukları için kıymetli görürler. Çünkü sevgi kalpleri birleştirir.

Saygı ise kalpleri korur. Günümüzde birçok insan sevgiyi ifade etmeyi öğreniyor. Ancak saygıyı yaşatmayı ihmal ediyor. Oysa uzun ömürlü ilişkilerin sırrı yalnızca sevgi değildir. Sevgi zaman zaman azalabilir, yorulabilir, sınanabilir. Fakat saygı

korunduğu sürece ilişki yeniden güçlenebilir. Bu yüzden aile içinde sorulması gereken en önemli sorulardan biri şudur:

"Ben sevdiklerime sevgimi gösterdiğim kadar, onlara saygı da gösterebiliyor muyum?"

Çünkü insan sadece sevilmek istemez. Aynı zamanda anlaşılmak, önemsenmek ve değer görmek ister. İşte sevgi ve saygının buluştuğu yer tam da burasıdır. Aile dediğimiz yapı, sevginin sıcaklığıyla kurulur. Ancak saygının sağlamlığıyla ayakta kalır. Ve unutulmamalıdır ki sevgi bir insanı hayatımıza davet eder, saygı ise onu hayatımızda tutar. Bu nedenle güçlü ailelerin temelinde sadece sevgi değil, sevgiyi koruyan saygı da vardır.

Yuvanın Fısıltısı

Sevgi bir kalbe dokunur; saygı ise o kalpte iz bırakır.

7 Günlük Sevgi Yolculuğu

Bu kısmı bitirdikten sonra sizden bir ricam var:

Kitabı kapatın. Evinizin içinde kısa bir yürüyüş yapın. Sevdiklerinizin yüzüne bakın. Sonra kendinize şu soruyu sorun:

"Onları sevdiğimi biliyorlar mı?"

Çünkü sevgiyi hissetmek güzeldir. Ama sevgiyi hissettirmek çok daha değerlidir. İşte bu yüzden önünüzdeki yedi gün boyunca sevginizi görünür kılmaya davet ediyorum. Belki bu çalışma hayatınızı değiştirmeyecek ancak bir kalbi ısıtacak. Bir kırgınlığı azaltacak. Bir çocuğun hafızasında güzel bir iz bırakacak. Ve belki de bir aileyi biraz daha birbirine yaklaştıracak.

1. Gün: "İyi ki Varsın!" Günü

Bugün aile bireylerinden birine bakın ve sadece şu cümleyi söyleyin:

"İyi ki varsın!"

Açıklayın. Sebebini anlatın. Neden hayatınızda değerli olduğunu söyleyin. Çünkü bazı insanlar yıllarca sevilir ama bunu hiç duymaz.

2. Gün: Sarılma Günü

Bugün sevdiğiniz insanlara daha çok sarılın. Araştırmalar bir sarılmanın bile insanın stresini azalttığını söylüyor. Ama mesele bilim değil… Mesele kalptir. Çünkü bazen kelimelerin anlatamadığını bir sarılış anlatır.

3. Gün: Teşekkür Günü

Bugün uzun zamandır teşekkür etmediğiniz bir aile bireyine teşekkür edin. Belki annenize… Belki eşinize… Belki çocuğunuza… Belki babanıza… Sıradan bir teşekkür değil. Kalbinizden gelen bir teşekkür… Çünkü takdir edilmeyen sevgi zamanla yorulur.

4. Gün: Telefonsuz Sofra Günü

Bugün sofraya telefonları koymayın. Televizyonu kapatın. Birbirinizin yüzüne bakın. Sadece konuşun. Çünkü aileyi ayakta tutan şey aynı evde yaşamak değil, aynı duyguda buluşabilmektir.

5. Gün: Hatıra Günü

Eski bir fotoğraf albümü açın. Birlikte geçmişe gidin. Gülün. Hatırlayın. Çünkü ortak anılar aileyi birbirine bağlayan görünmez köklerdir.

6. Gün: Affetme Günü

Bugün küçük de olsa bir kırgınlığı bırakın. Bir mesaj gönderin. Bir adım atın. Bir özür dileyin. Ya da bir özrü kabul edin. Çünkü sevginin önündeki en büyük engel bazen gururdur.

7. Gün: Dua Günü

Bugün bütün aile bireyleriniz için dua edin. Yanınızda olsunlar ya da olmasınlar… Hayatta olsunlar ya da Rabbin rahmetine kavuşmuş olsunlar… İsimlerini tek tek anın. Çünkü sevginin ulaşabileceği son ve en güzel yer duadır.

Ve şimdi…

Bu yedi günün sonunda tekrar kendinize sorun:

Annemin beni sevdiğini biliyor muyum? Babam bunu biliyor muydu? Eşim sevgimi hissediyor mu? Çocuklarım sevgimden emin mi? Çünkü hayat sandığımız kadar uzun değil. Bir gün son kez aynı sofraya oturacağız. Bir gün son kez sarılacağız. Bir gün son kez "Kendine dikkat et!" diyeceğiz. Ve o gün geldiğinde keşke dememek için… Bugün sevelim. Bugün söyleyelim. Bugün sarılalım. Bugün teşekkür edelim. Bugün affedelim. Çünkü aile dediğin sevgidir. Ve sevgi; yarın gösterilmek için değil, bugün yaşanmak için vardır.

Yuvanın Fısıltısı

"Bir gün geriye dönüp baktığınızda, ailenize verdiğiniz sevgi dışında hiçbir şeyin gerçekten önemli olmadığını fark edeceksiniz.

O gün gelmeden, sevginizi bugünden göstermeye başlayın.

Ailenizde Kumrular Gibi Olun

Pencerenizin önüne, bir ağacın dalına ya da bir çatının kenarına konmuş iki kumruyu hiç dikkatle izlediniz mi? Onlar gürültü yapmazlar. Birbirlerini incitecek sözler söylemezler. Sürekli birbirleriyle yarışmazlar. Birinin diğerine üstünlük kurmaya çalıştığını görmezsiniz. Sessiz, sade ve huzurlu bir birliktelik yaşarlar.

Belki de bu yüzden kumrular, yüzyıllardır sadakatin, sevginin ve aile olmanın sembolü olarak görülmüştür. Mutlu olmak isteyen çiftlerin kumrulardan öğreneceği çok şey vardır. Kum-

rular bize şunu öğretir: Aile, aynı çatı altında yaşamak değil; aynı kalpte yaşamaktır.

Kumrular sürekli yan yana olmak zorunda değildir. Bazen biri yem arar, diğeri yuvada bekler. Ama birbirlerinden uzaklaştıklarında bile kalpleri birbirine bağlıdır. Bugün birçok evde insanlar aynı evin içinde yaşıyor ama birbirlerinden kilometrelerce uzak hissediyor. Aynı masaya oturuyorlar ama farklı dünyalarda yaşıyorlar. Oysa kumrular bize şunu fısıldar: "Yakınlık bedenlerin değil, kalplerin meselesidir."

Kumrular eşlerini kolay kolay değiştirmezler. Onların sadakati yalnızca iyi günlerde değil, zor günlerde de devam eder. İnsan ilişkilerinin en büyük sınavı da budur. Hastalıkta… Maddi sıkıntıda… Hayal kırıklığında… Yaşlanırken… Yan yana kalabilmek… Çünkü gerçek sevgi, her şey yolundayken el ele tutuşmak değil; fırtına çıktığında da elini bırakmamaktır.

Kumrular yuvalarını birlikte kurarlar. Bir dalı biri getirir. Bir otu diğeri taşır. Küçücük bir yuvanın oluşması için ikisi de emek verir. Aile de böyledir. Yuvayı yalnızca bir eş kuramaz. Mutluluğun yükünü yalnızca biri taşıyamaz. Sevginin de, sabrın da, fedakârlığın da paylaşılması gerekir. Bir evi ev yapan şey duvarlar değildir.

O duvarların içine konulan ortak emektir. Kumrular birbirleriyle kavga ederek değil, seslenerek iletişim kurarlar. Onların o huzur veren sesi, aslında birbirlerine verdikleri güven mesajıdır. Günümüzde birçok aileyi yoran şey sevgisizlik değil; yanlış iletişimdir. Birbirini dinlememek… Sürekli eleştirmek… Geçmişi önüne koymak… Haklı çıkmaya çalışmak… Kumrular ise bize başka bir yol gösterir: "Eşini yenmeye çalışma, eşinle birlikte hayatı kazanmaya çalış."

Ve belki de kumruların bize verdiği en büyük ders şudur: Onlar yuvalarına her gün yeniden dönerler. Çünkü bilirler ki dünya ne kadar büyük olursa olsun, insanın gerçek huzuru döndüğü yerdedir. Aile de böyledir. Dışarıda başarılar kazanabilirsiniz. Paralar kazanabilirsiniz. Makamlar elde edebilirsiniz. Ama günün sonunda gönlünüzün dinlendiği, yaralarınızın

sarıldığı ve olduğunuz gibi kabul edildiğiniz bir yuvanız yoksa eksik kalırsınız.

Eğer mutlu bir aile istiyorsanız kumrulara bakın. Onlar size sevginin gösteriş değil sadakat olduğunu, aile olmanın aynı evde bulunmak değil aynı kalpte buluşmak olduğunu, mutluluğun ise büyük mucizelerde değil, her gün yeniden seçilen küçük sevgilerde saklı olduğunu anlatacaktır. Çünkü aile dediğin; kumrular gibi birbirine yaslanmak, birbirine güvenmek ve her şeye rağmen aynı yuvaya dönmeyi bilmektir.

İKİNCİ BÖLÜM
AİLE DEDİĞİN SAYGIDIR

Bir aileyi ayakta tutan yalnızca sevgi değildir. Çünkü sevgi bazen kırılır. Bazen yorulur. Bazen sessizleşir. Ama saygı varsa sevgi yeniden filizlenebilir. Bu yüzden güçlü ailelerin temelinde sadece sevgi değil, saygı da vardır. Çünkü saygı, sevginin koruyucu zırhıdır. Bir evi yıkan şey çoğu zaman sevgisizlik değildir.

Küçümsenmek… Yok sayılmak… Dinlenmemek… Sürekli eleştirilmek… Değersiz hissettirilmek… İşte bunlar bir aileyi içten içe tüketen görünmez yaralardır. İnsan sevmediği birinin sözünden etkilenmeyebilir. Ancak sevdiği birinin küçümseyen bakışı yıllarca kalbinde yaşayabilir. Çünkü aile içinde söylenen her söz, yabancıların sözlerinden daha derine işler. Bu nedenle saygı sadece bir görgü kuralı değildir. Saygı, bir insanın varlığına verilen değerdir.

"Sen önemlisin." "Senin duyguların önemli." "Senin düşüncelerin değerli." "Sen bu evde kıymetlisin." mesajını verebilmektir. İşte saygının özü budur. Aile içinde saygı önce dilde başlar. Birbirimize nasıl hitap ettiğimizde… Ses tonumuzda… Seçtiğimiz kelimelerde… Sonra davranışlara dönüşür. Dinlemekte… Anlamaya çalışmakta… Sınırları korumakta… Ve kalp kırmamaya özen göstermekte kendini gösterir. Çünkü saygı, insanın karşısındakine gösterdiği nezaketten önce, kendi karakterinin kalitesidir.

Ne yazık ki birçok insan dışarıdaki insanlara gösterdiği saygıyı evinin içinde göstermeyi unutuyor. İş yerinde nazik davranan insanlar bazen evlerinde kırıcı olabiliyor. Yabancılara sabır gösterenler, sevdiklerine karşı tahammülsüz olabiliyor. Oysa insanın gerçek karakteri, en çok sevdiği insanlara nasıl davrandığında ortaya çıkar.

Bir eşin eşine gösterdiği saygı… Bir çocuğun anne babasına gösterdiği saygı… Anne babanın çocuğunun duygularına duyduğu saygı… Kardeşlerin birbirine yaklaşımı… Bunların her biri aile iklimini belirler. Çünkü saygının olduğu yerde insanlar kendilerini güvende hissederler. Düşüncelerini korkmadan ifade ederler.

Hata yaptıklarında aşağılanmazlar. Farklı olduklarında dışlanmazlar. Ve zamanla evin içinde görünmeyen bir huzur oluşur. Saygı aynı zamanda farklılıklara alan açmaktır. Her insanın kendine özgü bir dünyası olduğunu kabul etmektir. Herkesin aynı düşünmesini beklememektir. Kendi doğrularımızı zorla kabul ettirmeye çalışmamaktır. Çünkü aile, birbirinin aynısı insanların değil, birbirinin farklılıklarına rağmen birlikte kalabilen insanların yuvasıdır. Saygı kaybolduğunda insanlar birbirlerini duymayı bırakırlar. Dinlemek yerini suçlamaya bırakır. Anlamak yerini yargılamaya bırakır. Yakınlık yerini mesafeye bırakır. Ve zamanla aynı evin içinde yaşayan insanlar birbirlerine yabancılaşırlar. Ama saygı varsa… Bir tartışma bile ilişkiyi güçlendirebilir. Bir fikir ayrılığı bile öğrenmeye dönüşebilir. Bir hata bile gelişimin kapısını açabilir. Çünkü saygı, ilişkiyi koruyan görünmez bir köprüdür. Belki de bu yüzden ailede sevgi kadar saygıya da ihtiyaç vardır. Sevgi kalbi ısıtır. Saygı kalbi korur. Sevgi insanları birbirine yaklaştırır. Saygı onları incitmeden yan yana tutar. Ve insan ömrünün sonunda şunu anlar:

Sevilmek güzeldir. Ama sevildiği kadar değer görmek… Dinlenmek… Anlaşılmak… Ve saygı görmek çok daha derin bir huzur verir. İşte bu yüzden aile dediğin saygıdır. Çünkü saygı olmayan yerde sevgi zamanla yorulur. Ancak saygının olduğu yerde sevgi kök salar, büyür ve nesiller boyu yaşamaya

devam eder. Aile dediğin; birbirinin sesini yükseltmeden duyabildiği, Birbirinin kalbini incitmeden konuşabildiği, farklılıklarına rağmen birbirine değer verebildiği yerdir.

Ve unutmayın: Sevgi bir insanı kalbinize davet eder, saygı ise onun o kalpte güvenle yaşayabilmesini sağlar.

> **Yuvanın Fısıltısı**
> Bir insanı gerçekten seviyorsanız, onun kalbini koruyun. Çünkü saygı, sevginin görünür hâlidir.

Aynı Çatı mı, Aynı Kalp mi?

Bir ev düşünün. Duvarları sağlam. Eşyaları yerli yerinde. Masasında yemek, odalarında yatak var. Ama o evde insanlar birbirine sert konuşuyor. Sözler küçültüyor. Bakışlar yargılıyor. İşte orası evdir ama yuva değildir. Yuvayı yuva yapan sevgi değildir sadece. Sevgi tek başına yeterli olsaydı, en çok sevenler en az kırılanlar olurdu. Oysa gerçeği biliyoruz:

İnsan en çok sevdiklerini kırar. En çok sevdiklerine bağırır. En çok sevdiklerinden beklentiye girer. Çünkü sevgi doğaldır fakat saygı bilinç ister. Aile dediğin saygıdır.

Aile olmak sınırsız müdahale hakkı değildir. Anne olmak, yetişkin çocuğun hayatını yönetmek değildir. Eş olmak, diğerinin kişiliğini değiştirme projesi değildir. Baba olmak, korku üretme makamı değildir. Saygı sınır bilmektir.

"Ben senin hayatına eşlik ederim ama senin yerine yaşamam." diyebilmektir.

Bir ailede sınırlar yoksa sevgi bile yük olur.

"Sınır, sevgiyi azaltmaz; sağlıklı kılar."

Farklılıklara Tahammül

Her ailede farklı karakterler vardır. Bir evde dört kişi varsa, dört ayrı dünya vardır. Birinin sessizliği diğerine soğukluk gibi

Modern hayatın yol açtığı krizler; insanı anlamayı, sözcüklerin insan ruhunda bıraktığı izleri görünür kılmayı ve iletişimi hayatı dönüştüren bir güç hâline getirmeyi merkeze alan çalışmaların değerini ortaya koyuyor. Kelimelerin yalnızca bir iletişim aracı olmadığını; bazen bir insanın kalbinde yıllarca taşınan bir yara, bazen de hayatına dokunan bir şifa olabileceğini bıkmadan usanmadan anlatmak gerekiyor çünkü.

Okurlarını, söyledikleri kadar söyleme biçimleri ve sustukları üzerinde de düşünmeye davet eden Şengül Yiğit, *Yuvanın Fısıltısı* kitabında bakışını insanın ilk ilişkilerinin başladığı yere, aileye ve yuvaya çeviriyor. Çocukluğumuzdan bugüne taşıdığımız cümlelerin, anne-babamızdan öğrendiğimiz ilişki biçimlerinin, evlerin içinde biriken suskunlukların, kırgınlıkların, özlemlerin ve sevginin izini sürüyor. Okura yalnızca aileyi anlatmıyor; kendi hikâyesine yeniden bakabileceği bir pencere açıyor. Zira insan büyüse de içinde bir yer, hep ilk duyduğu sese; ilk sevildiği, ilk kırıldığı, ilk ait olduğu yere dönüp bakar. Ve bazen hayatın en derin cevapları, çok uzakta değil; yuvanın hâlâ içimizde fısıldayan sesinde saklıdır.

Yuvanın Fısıltısı, insanın önce kendisiyle, sonra ailesi ve çevresiyle kurduğu ilişkinin yaşamın bütününü şekillendirdiğini anlamak isteyenler için…

pinaryayincilik
pinaryayincilik
pinaryayinlari

9 786258 675696