

kinsun

YOL SENİN İÇİNDE



DESTEK YAYINLARI: 1091
KİŞİSEL GELİŞİM: 183

KİNSUN / YOL SENİN İÇİNDE

Her hakkı saklıdır. Bu eserin aynen ya da özet olarak hiçbir bölümü, yayınevinin yazılı izni alınmadan kullanılamaz.

İmtiyaz Sahibi: Yelda Cumalıoğlu
Genel Yayın Yönetmeni: Ertürk Akşun
Yayın Koordinatörü: Özlem Esmergül
Editör: Özlem Küskü
Son Okuma: Devrim Yalkut
Kapak Tasarım: İlknur Muştu
Sayfa Düzeni: Cansu Poroy
Sosyal Medya-Grafik: Tuğçe Budak - Mesud Topal

Destek Yayınları: Nisan 2019 (10.000 Adet)
11.-44. Baskı: 2019
45. Baskı: Kasım 2020
46.-49. Baskı: Ocak 2021
50.-52. Baskı: Şubat 2021
53.-55. Baskı: Mart 2021
56.-58. Baskı: Haziran 2021
Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN 978-605-311-572-4

© Destek Yayınları
Abdi İpekçi Caddesi No. 31/5 Nişantaşı/İstanbul
Tel. (0) 212 252 22 42
Faks: (0) 212 252 22 43
www.destekdukkani.com
info@destekyayinlari.com
[facebook.com/DestekYayinevi](https://www.facebook.com/DestekYayinevi)
twitter.com/destekyayinlari
[instagram.com/destekyayinlari](https://www.instagram.com/destekyayinlari)
www.destekmedyagrubu.com



Deniz Ofset – Çetin Koçak
Sertifika No. 48625
Maltepe Mahallesi
Hastane Yolu Sokak No. 1/6
Zeytinburnu / İstanbul



kinsun



YOL SENİN İÇİNDE



Naz Eva'ma...

İÇİNDEKİLER

Önsöz.....	11
Huzur, Bir Tutam Huzur.....	13
Yüzleşebilmek.....	14
Kendini Bulabilmek.....	17
Mutluluk Nerede Saklı?	19
Aşk Biter mi?.....	22
Konuşmak Üzerine.....	24
Peki, Nasıl Konuşmalı?.....	26
En Kısa Anayasa.....	29
İkili İlişkiler Üzerine	33
Üç Soru	35
İki Kalp Arası Mesafe	38
Kendini Unutabilmek	40
Allah Yeter.....	41
Stres Üzerine.....	43
İçinizdeki Aslamı Ortaya Çıkarın	46
Öğretilmiş Mutsuzluk.....	49
Kibir ve Gurur Üzerine	50
Hayatın Anlamı.....	53
Büyük Balık Her Zaman Küçük Balığı Yemez	56
Üç Büyük Adım	59
Başarı Üzerine	63
Özgüven ve İnanç Üzerine	68
Her Zaman Bir Çıkış Yolu Vardır	72

Sabır da Yorulur.....	74
Parttaym Yaşamak.....	77
Ne Olduğuna Aldırmıyorum.....	79
Akışına Bırak.....	83
Sakın Uçağa Binmeyin!.....	85
Kasa Her Zaman Kazanır.....	88
Kadınlar Üzerine.....	91
Kadın Susar, Çünkü:.....	93
Detaylarda Kaybolmak mı Ayrıntılarda Gezinmek mi?	96
Bütünü Görmek.....	100
Kültürel Farklar Üzerine.....	105
Aşk Nedir?.....	109
Yolunda Gitmeyen Evlilikler Üzerine.....	112
Teknolojinin Darbesi: Unutkanlık.....	117
Hepiniz Yalancısınız!.....	121
Genelleme Yapmak Üzerine.....	124
Karar Vermek Üzerine.....	131
Kimse İzlemiyormuş Gibi Dans Edin.....	133
İlgi Üzerine	135
Uzak Durmanız Gereken İnsan Tipleri.....	139
Dünyanın En Zor Mesleği	142
Cahil Cesareti	146
Bırakmayı Öğren.....	151
Kelimelerin Gücü Adına.....	154
Evvela Samimiyet	158

Olmaz dediğim
imkânsız kılıfı biçtiğim her şeyin
üstesinden birer birer geliyorum.
Her şey çok güzel olacak...

Önsöz

Uzun zamandır, insanları memnun etme çabasından uzak, sadece kendimi arıyorum. Kafam da oldukça rahat.

Birazdan kendime bir fincan kahve koyacağım. Dünya ile aramdaki fişi çekip her şey yolundaymış gibi davranacağım. Kalemi elime alıp, kâğıt ile tanıştıracacağım. Bu andan itibaren yazılanlardan ve okurken anladıklarından ben sorumlu değilim...

Okumaya başla.
Yola koyul.
Ama unutmadan:
“Yol senin içinde.”

*“Biliniz ki, kalpler ancak
Allah’ı anmakla huzur bulur.”*

Rad 28

Huzur, Bir Tutam Huzur

Huzur mu istiyorsun azizim?

Öncelikle şükretmeyi alışkanlık haline getir.

Kabullenmeyi öğren. Senin de bazen hata yapabileceğini kabullen mesela. İnsanları değiştiremeyeceğini, onları olduğu gibi sevmen gerektiğini kabullen.

Hakkında konuşulanlara asla kulak asma. Ağzı olan konuşmuyor mu zaten, uğraşma.

Nazik ol. İnsana, böceğe, kuşa... Çok değil. Yol kenarında uyuyan kediye uyandırmamak için yolunu ya da bir karıncayı ezmek için adımlarını değiştirecek kadar nazik mesela.

Herkesi sözünü tutacak sanma. Bu belki de en büyük hatan. Çünkü önüne gelen söz veriyor. Sözünün eri olmayan insanın sözünün ömrü, menfaati bitene kadar olur, unutma.

Herkesle tanış. Her kişi karşısındakini kendi gibi bilir. Bunu yapma. Bırak burnu havada desinler.

İnsanları sev, zaman ayır, değer ver. Ama herkese hak ettiği kadar.

Zengin edenin değil, sana mutluluk verenin peşine takıl.

Ve tüm söylenenlerin üstünde, şunu her daim hatırla:

“Kalpler ancak Allah’ı anmakla huzur bulur.”

Yüzleşebilmek

Çokça düşündüm, kendime şunu söyleyebilmek için:

“Sende olanı anlatmak zor olmasa gerek Kinsun. Sahip olduklarını okuyucuyla paylaşmak en kolayı. Dürüst ol ve yaşadığın ana kadar sana gurbette kalan ne varsa onu anlat da görelim bakalım.”

Bu yüzleşme bana çoğumuzun bildiği bir anekdotu hatırlattı:

Tarih ile arası olsun olmasın, herkes az çok Fransız asker ve devlet adamı Napolyon Bonapart hakkında bir şeyler duymuştur. Fransa’ya önderlik ettiği gibi tüm Avrupa’yı da etkilemiş bir komutan olan Napolyon, İspanya’ya karşı savaştığı Yarımada Savaşları (İspanyol Bağımsızlık Savaşı) sırasında esir olarak aldığı bir generale efsane niteliğinde bir cevap verir.

“Siz para için savaşıyorsunuz, biz ise şerefimiz için savaşıyoruz!” der esir İspanyol general.

Napolyon gülerek cevaplar:

“Doğru, herkes kendisinde olmayan şeyler için savaşır.”

Hayatı bir ıstırap olarak gören Alman filozof Arthur Schopenhauer aynı durumu farklı bir açıdan değerlendiriyor:

“Herkes, kendinde eksik olan şeyi sever.”

Bu yüzden başlangıcı bana en uzak olanlarla; sahip olamadıklarımın ya da uygulamasını bir türlü beceremediklerimle yapmak istedim. Bunları bulmak, kendimi tamamlamak için savaşmaya karar verdim.

Sayfanın başında okuduğunuz satırlar aslında özeleştiri kendime. Napolyon'a göre kendimde eksik olduğu için savaştığım, Schopenhauer'a göre sevdiğim hususlar; yani *huzur*.

Siz de üzerinde biraz düşünüp kendinize pay çıkarın.

Neyin eksik?

Neyi seviyorsunuz?



Yavru deve bir gün annesine sormuş:

“Anne, bizim ne diye hörgücümüz var?”

“Yavrum!” demiş annesi:

“Çöl sıcağında susuzluğa katlanabilelim diye.”

“Peki, anne...” demiş.

“Bizim toynaklarımız neden bu kadar büyük?”

“Yavrum!” demiş. “Çölde ayaklarımız kuma gömülmesin diye.”

“Anne, bizim boynumuz neden bu kadar uzun?”

“Yavrum!” demiş.

“Çölde uzaktan gelen tehlikeleri erken fark edebilelim diye.”

*“Peki anne, Allah aşkına bizim hayvanat bahçesinde
ne işimiz var?”*

*İnsanın kendinden başka gideceği neresi kaldı?
Nereye alıp başımızı, kaçacağız?*

Kendini Bulabilmek

İnsanın bu dünyadaki en önemli ve en zor görevi “kendini bulmak”tır.

En büyük sorundur bu, en büyük sorudur zihnimizin en ücra köşesinde yosun bağlayan.

“İnsan kendine bir cevap olmak için yaşar” der Sezai Karakoç. Ve ekler: “Ama cevap için önce soruyu, alın yazısının tahtasına yazacak güç ve cesareti kendinde bulabilecek midir insan?”

Bulabilmelidir. İnsan hep sığ kıyılarda dolaşma durumunu riske atıp okyanuslara açılmadıkça, derinliklerinde gizlenmiş kendisine de rastlayamaz.

Bazen kendinden gitmek istersin. Kendine gelmenin mümkün olmadığı durumlar vardır çünkü. Bilirsin, ama tek adım atamazsın. Gidemezsin. Kalmak da istemezsin.

Araftasındır. Gitmek de zordur, kalmak da. En zoru da arada kalmaktır ama.

Bu nokta dönüm noktasıdır işte, kendini aramak, kendine rastlamak için.

“Zorunlu bir şey vardır. Yalnızlık, büyük iç yalnızlık. Kendine gitmek ve saatlerce kimseyi görmemek...” diyor Rilke. “Yapılması gereken işte budur.”

Yalnızsındır. Ne anlamak, ne anlaşılmaq için çaba sarf etmek istersin. Arafta kalan kişinin önlenemez yazgısıdır bu. Hayat hem siyahtır, hem beyaz. Hem buradasındır, hem olmak istediğın yerde. Bazen her yerdesindir, bazen hiçbir yerde.

Bu durumda yaşamı adımlarla ölçmek gerekebilir.

Kaç adım attın kendinden dışarı? Hiç düşündün mü? Hayatla arandaki mesafeyi belirler bu soru. Meraktan sormaz bunu insan kendine hiçbir zaman, telaştan sorar. Kendinden kaynaklandığını bildiğın, çevrende dönüp dolaşan tüm acabalara ve soru işaretlerine birkaç adım daha yakın bakabilirsen çok daha farklı olacak belki hayat.

Ve daha önemli bir soru var kendine sorman gereken: Kaç adım attın kendinden içeri? Bu soru da kendine ne kadar yabancı ve uzak olduğunu belirler.

Kendine rastlayan insan hayatın anlamını kavrar. Kendine ulaşamamış her insan yalnızdır, en kalabalık ortamlarda bile. İnsanın kendinden uzaklaşma isteğı, ruhun kendisine yabancılaşması, toplumun dayattığı bir zorunluluktur biraz da. Kişinin kalabalıklar içinde sürüklendiğı bir algı yanılsamasından başka bir şey değildir.

Yola çık ve adımlamaya başla hayatı, içe ve dışa doğru.

Hiç ummadığın yerde kendine rastlayacaksın, hazırlıklı ol.

*İnsanı asıl üzen şey
mutlu olmayı hak ettiği düşüncesi belki de...*

Mutluluk Nerede Saklı?

Sanırım benim mutsuzluğumun kökeninde depresif bir ruh haline sahip olmam yatıyor. Bu dünyaya bir İkizler burcu olarak gelmekle zaten mutluluk arayışında 1-0 hayata yenik başlamış gibi hissediyorum. Üstelik mutlu olmak bir çaba gerektirir ve ben çok üşengecim. Mutsuzluk ise kendiliğinden çat kapı gelir. Mutluluğum için çaba göstermeyi beceremediğim gibi, mutsuzluk sıfatıyla her içeri geleni de buyur etmek gibi kusursuz bir kusurum var.

Neyse, siz bana bakmayın. Olması gerekenlerden bahsedelim mi biraz?

Yunan mitolojisinde mutluluğu nerede aramak gerektiğini özetleyen çok güzel bir hikâye vardır.

Mitoloji ile alakalı olanlar bilir. Zeus da dahil olmak üzere, 12 baş tanrının evi ve birçok efsanenin merkezi olan Olympos Dağı'nda geçen bir hikâye bu. Ve hikâye bu ya, tanrılar Olympos Dağı'nda toplanmış, mutluluğun sırrını saklama kararı almışlar. İnsanlar bulduğu zaman onu, kıymetini bilsin istemişler.

Tanrılardan biri onu yüksek bir dağın tepesine saklayalım demiş.

Diğeri yerin yedi kat dibine gömelim ki erişemesinler diye önermiş.

Bir diğeri okyanusun en derinini göstermiş.

Nihayet bir tanrı en ilginç fikri sunmuş: Mutluluğun sırrını insanların yüreklerine gömelim. Nasıl olsa oraya bakmayı akıl etmezler!

Zihnimiz mutluluğu her yerde aramaya odaklanmışken, yüreğimiz ona sesini nasıl duyurabilir ki? Mutluluk bize altın tepside sunulan bir armağan değildir, insanın içdünyasında yaşanan bir şeydir.

O hissedilebilir bir durum olmaktan ziyade, bir yaşam tarzıdır.

Mutluluğun sırrı birçok şekilde gösterir kendini. Mutluluğun kaynağı sağlıktır kimine göre. Ailedir. “Özgürlüktür asıl mutluluk” der bazılarıysa. Mutluluk yakın çevredir bazen, bazense sevgidir. O, durmadan kahkahalar atarak yaşanan bir ömür değildir. Aksine girilen savaşlarda, çatışmalarda sağ kalıp yaralarını sarmayı öğrenmektir, hayata yine kendin olarak devam edebilmektir her seferinde.

Dünyaca ünlü Amerikalı kişisel gelişim yazarı Wayne Dyer Walter, “Yanlı yöne bakıyorsunuz” diyor mutluluğu arayanlara. Çok uzaklara bakma. Belki de o, tam göz hizanda.

Sen onu içinde ara okuyucu. Mutluluğa giden birçok yol var. Kendine özgü olanı seç ve yola koyul hemen. Yol senin içinde. Unutma.

Mutluluğu yaşamın kendisi olarak göremeyen insanlar kapalı bir kutu içerisinde yaşamaya mecburdur. Onlar aslında daha doğmamıştır bile. Fiziksel olarak anne rahmini terk etmiş olsalar bile zihinlerinde hep bir hapisane ile yaşarlar. Hapishaneden kurtul.

Ve unutma, herkes kendine layık gördüğü kadar mutluluğa sahip olur.

Sen kendine neyi layık görüyorsun?