ÇILDIRMADAN

ÖNCE SON ÇIKIŞ

Adnan Çevikel, Ahmet Taha Alper, Akagu Cenk Sertdemir, Anette Inselberg, Anjelika Akbar, Ayşe Tolga, Bircan Yıldırım Bülent Gardiyanoğlu, Berrak Yurdakul, Billur Aktürk, Buket Harıkçı, Burak Öge, Cem Kınay, Cenk Yüksel, Duygu Özkan Kılıç Ece Üner, Ebru Şinik, Eddi Anter, Elif Dağdeviren, Erhan Altunay, Erkan Sarıyıldız, Esra Ezmeci, Esra Harmanda Farsak, Ferhat Atik Fevziye Anjel Sürmeli, Fırat Çakır, Gülşah Elikbank, Hakan Urgancı, Hale Caneroğlu, Hasan Gümen, Hasan İnsel, Hicran Tülüce İlknur Pekşen, Işık Menderes, Korkut Ulucan, M. Kutlukhan Perker, Mahir Yeşildal, Mehmet Zihni Sungur, Mercan Dede Mustafa Atasoy, Müthiş Psikoloji, Nadia Salur, Nevşah Fidan Karamehmet, Osman Balcıgil, Özgür Bacaksız, Özlem Esmergül Özlem Küskü, Pelin Gülşen, Sesil Aktürk, Şule Arslan, Tuna Kamhi, Ufuk Tarhan, Uğur Batı, Uğur Koşar, Ümit Şanlav, Ünal Güner Yelda Cumalıoğlu, Zaza Yurtsever, Zuhal Gürçimen

DESTEK
yayınları

DESTEK YAYINLARI: 1439
DERGİ: 1

ÇILDIRMADAN ÖNCE SON ÇIKIŞ

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

Bu sayının telif gelirleri Darüşşafaka'ya bağışlanacaktır.

İmtiyaz Sahibi: Yelda Cumalıoğlu
Genel Yayın Yönetmeni: Selda Terek
Yayın Koordinatörü: Özlem Esmergül
Editör: Selda Terek
Son Okuma: Devrim Yalkut
Kapak Tasarım: Melike Doğan
Sayfa Düzeni: Işıl Ilgıt Şimşek-Melike Doğan
Sosyal Medya-Grafik: Tuğçe Budak - Mesud Topal

Destek Yayınları: Nisan 2021
Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN 978-625-441-212-7

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

Destek Dukkan

Deniz Matbaa Mücellit - Çetin Koçak
Maltepe Mahallesi Hastane Yolu Sok No. 1/6
Zeytinburnu / İstanbul
Sertifika No. 48625

1. Sayı (Nisan-Mayıs-Haziran 2021)

ÇILDIRMADAN

ÖNCE SON ÇIKIŞ

ÇILDIRMADAN
ÖNCE SON ÇIKIŞ

Sadece Normal Değilim

Duygular & Değerler

Adnan Çevikel, Ahmet Taha Alper, Akagu Cenk Sertdemir, Anette Inselberg, Anjelika Akbar, Ayşe Tolga, Bircan Yıldırım Bülent Gardiyanoğlu, Berrak Yurdakul, Billur Aktürk, Buket Harıkçı, Burak Öge, Cem Kınay, Cenk Yüksel, Duygu Özkan Kılıç Ece Üner, Ebru Şinik, Eddi Anter, Elif Dağdeviren, Erhan Altunay, Erkan Sarıyıldız, Esra Ezmeci, Esra Harmanda Farsak, Ferhat Atik Fevziye Anjel Sürmeli, Fırat Çakır, Gülşah Elikbank, Hakan Urgancı, Hale Caneroğlu, Hasan Gümen, Hasan İnsel, Hicran Tülüce İlknur Pekşen, Işık Menderes, Korkut Ulucan, M. Kutlukhan Perker, Mahir Yeşildal, Mehmet Zihni Sungur, Mercan Dede Mustafa Atasoy, Müthiş Psikoloji, Nadia Salur, Nevşah Fidan Karamehmet, Osman Balcıgil, Özgür Bacaksız, Özlem Esmergül Özlem Küskü, Pelin Gülşen, Sesil Aktürk, Şule Arslan, Tuna Kamhi, Ufuk Tarhan, Uğur Batı, Uğur Koşar, Ümit Şanlav, Ünal Güner Yelda Cumalıoğlu, Zaza Yurtsever, Zuhal Gürçimen

İÇİNDEKİLER

Sunuş 11
Selda Terek

Büyüklere Masallar-M. Kutlukhan Perker.....13
ÇILDIRMADAN ÖNCE SON PARTİ

Bu Sayının Özel Röportajı-MAYE MUSK 15
Bir Kadın Plan Yaparsa

Tema: Duygular & Değerler

Zihni Meseleler-Prof. Dr. Mehmet Zihni Sungur 21
Değerlerle Bezenmiş Bir Hayat Amaçlarla Yaşanan Bir Hayata Tercih Edilebilir mi?

Uyandırmaya Kıyamadım-Hakan Urgancı 24
Bir Kitle İmha Silahı Olarak Değerler

Emraz-ı Akliye Mütehassısı-Dr. Mahir Yeşildal 27
Midyat, Seyfo! Gülün!

Baş Aşağı-Zaza Yurtsever 30
Azınlığın Libidosu Olmaz

Bilge Kalp-Prof. Dr. Ahmet Taha Alper 33
Hakikat Sonrası Çağda Anlam Arayışının Bitmesi,Duygunun Sembolü Olan Kalbi Vuruyor

Fonksiyonel Tıbbın Işığında-Dr. Mustafa Atasoy 35
Tabular ve Hormonlar

Biyolojik Olarak Mümkün mü?-Prof. Dr. Korkut Ulucan 38
Sinapslarınızı Geliştirin, Aktifleştirin!

Genleriniz Kaderiniz Değildir-Ebru Şinik 41
Aşırı Yeme İsteğinizi Nasıl Kontrol Edebilirsiniz?

Yanılgı-Uğur Batı 45
Duygunun 50 Tonu

Duyguların Efendisi-Burak Öge 48
Duygularına Kapıldın mı Yoksa Onların Efendisi misin?

Masalcı-Erhan Altunay 51
Şehrin Hafızası

T-İnsan-Ufuk Tarhan 53
Gelin Geleceği Güzeltelim!

Saatleri Geriye Alalım-Dr. Hasan İnsel 56
Garsonu Çağırıp Sor

Fildişi Kule-Hasan Gümen 59
İçbükey Adamın Üzgün Düşleri

Temel Parçacıklar-Özlem Küskü 62
Mitolojisini Arayan Kahraman

FaLaRe-Sesil Aktürk 66
Müzik Dinlerken Başıma Pek Çok Şey Gelir Benim

Başıma Bir İş Geldi-Zuhal Gürçimen 70
İş'te Puzzle

Rengiâlem-Pelin Gülşen 73
Erkekse Pembe Giyer?

Filin Ayak İzi-Berrak Yurdakul 76
Evrensel Sevginin İlahisi

Kusur Arayan Huzur Bulamaz-Ferhat Atik 79
Küçük Kırmızı Karanfil

Seyyahın Gör Dediği-Dr. Erkan Sarıyıldız 81
Ne Kadar Çok, O Kadar Az

Ezber Bozan Bilgiler-Nevşah Fidan Karamehmet 84
Telepati/Anlık Mesaj

Dün de Yarın Demiştin-Fevziye Anjel Sürmeli 86
Öz Şefkat ve Duygu Düzenleme Güçlüğü

Hayat Tasarlama Sanatı-Gülşah Elikbank 88
Hayat Tasarlama Sanatı

Her Romanın Bir Macerası Var-Osman Balcıgil 90
Ters Kanatlı Şahin

Edebi Şahıs-Özlem Esmergül 94
Ben Romana Roman Demem, İçinden İnsanı Söküp Atmışlarsa...

Kristal-name-Tuna Kamhi 97
MER-KA-BA

Mercanistan-Mercan Dede 102
Farklı Cevaplar İçin Farklı Sorular Sormak Lazım

Sakin, Sade, Sessiz-Özgür Bacaksız 105
Bir Anlık Sakinlik, Dünya Telaşından Yeğdir

Allah De Ötesini Bırak-Uğur Koşar 107
Bizi Yoran İçseslerimiz!

Derin Mevzular-Işık Menderes 108
Tanrı'yı Arıyorum, Çünkü...

Ardıç Dumanı-Akagu C. Sertdemir 111
İnsan Geleceğinin Geleceğidir

İşte Böyle-Adnan Çevikel 114
Evlenilecek Adam/Kadın mı Var Sanki?

Düştüğünde Kalkarsan Hayat Güzeldir-Esra Ezmeci 117
Erkek Neden Soğuk, Kadın Neden Sıcak Sever?

Özümüzaydın-Ünal Güner 120
Başlangıç

Matris-Ümit Şanlav 124
Sosyal Mesafeyi Öğrendik, Peki ya #sibermesafe?

İçsesini Aç-Nadia Salur 127
İçimdeki Çocuk Kim?

Hayat Ustalığı-Fırat Çakır 130
Hayat ve İnsan

Umut Dedektifi-Dr. Hicran Tülüce 132
Mumla Nezaket Aramak!

Her Şey Değişir-Anette Inselberg 135
Tekne Batarken Ne Yapmalı?

Deli Güllabicisi-Cenk Yüksel 138
Tanrısal mı, Sanrısal mı?

Sana Buradan Yer Tuttum-Buket Harıkçı 141
Sen Kendine Bak

Aş Kendini-Ayşe Tolga 144
Duygudan Bedene

Hayat Düş'müş-Billur Aktürk 147
Bir Islık Ömürlü Hayat...

Hayat Cesurlara Torpil Geçer-Bircan Yıldırım 149
Kimi Tanıdıktan Sonra Hayatın Kolaylaştı?

Evrenin İlahi Dili-Bülent Gardiyanoğlu 152
Affetmek ile Hazmetmenin Farkı Var mı?

Sübjektif-Elif Dağdeviren 155
Boşluğun Kadar Varsın Sen

Huysuz Bilge-Cem Kınay 157
Kaz Dağları'ndan Bildiriyorum

Eğitim 360°-Duygu Özkan Kılıç 159
Eğitim İnsanı Dönüştürürken Neden İnsan Eğitimi Dönüştürmüyor?

Dumrul-İlknur Pekşen 162
Değer mi, Eder mi?

Çıldırma Çıldırt-Eddi Anter 164
Mezar Taşı

Çikolata Tadında Bir Şey-Şule Arslan 165
Şükretmenin Hafifliği

Dış Kapının Mandalı-Esra Harmanda Farsak 167
Bu Koşullar Altında Çıldırmamak Normal mi?

Hale-Ti Ruhiye-Hale Caneroğlu 169
Hayat Bir Gökdelense, Sen Kaçıncı Katındasın?

Hayır Diyebilme Sanatı-Müthiş Psikoloji 172
Hayır!

Bu Sayı İçin Seçilen Kitap-Ece Üner 175
HAYSİYET

Çıldırmadan Önce Yapmanız Gerekenler Listesi

Çıldırmadan önce illa ki dinlemeniz önerilen 10 klasik eser 178
Ahmet Taha Alper'in Listesi

Çıldırmadan önce bilmeniz gereken 10 crossover eser 179
Erhan Altunay'ın Listesi

Çıldırmadan önce duymanız önerilen, pek de bilinmeyen 10 eser 180
Anjelika Akbar

Çıldırmadan önce en az bir kere büyüsüne kapılacağınız 10 eser 181
Sesil Aktürk'ün Listesi

Çıldırmadan önce seyredilecek 10 çılgın film 182
Mahir Yeşildal'ın Listesi

Çıldırmadan önce seyredilecek 15 dizi film 183
Sesil Aktürk'ün Listesi

Çıldırmadan önce yapmakta olduğumuz 10 beslenme ve kilo verme yanlışı 185
Fevziye Anjel Sürmeli'nin Listesi

Çıldırmadan önce yapmakta olduğumuz 10 bambaşka beslenme yanlışı 186
Buket Harıkçı'nın Listesi

Çıldırmadan önce kurulması gereken 15 cümle 187
Adnan Çevikel & Selda Terek'in Listesi

Çıldırmadan önce atılacak 10 adım 188
İlknur Pekşen'in Listesi

Çıldırmadan önce okunması gereken 10 kitap 189
Hakan Urgancı'nın Listesi

Çıldırsanız bile vazgeçmemeniz beklenen 10 değer 190
Mehmet Zihni Sungur'un Listesi

Çıldırmadan önce tadılması gereken 10 deli lezzet 192
Yelda Cumalıoğlu'nun Listesi

Sunuş

Selda Terek

Genel Yayın Yönetmeni

Köyün birinde, neyin nesi belirsiz bir çukur varmış. Gelen geçen içine düşüp yaralanırmış. Eşraftan bazıları bir hal çaresi bulabilmek için toplanmışlar çukurun başına. Aralarından yaşça büyük, tecrübelilerden biri durumu sessizce incelemiş, düşünceli ve kendinden emin bir sesle, "Çukurun yanında bir ambulans beklesin, düşenleri hastaneye yetiştirsin" demiş.

Alaycı gözlerle bakmışlar birbirlerine, bıyık altından gülmüşler. Sonra başka biri almış sözü ve daha iyi olduğunu düşündüğü önerisini sunmuş:

"Böyle saçma fikir duymadım. Bence çukurun yanına bir hastane kuralım, böylece düşenleri hastaneye yetiştirmek için vakit kaybetmeyiz."

Yine müstehzi bakışanlar, fikri beğenmeyip alay edenler olmuş. Sonunda, içlerinden en bilge görüntülü olanı sakalını sıvazlamış ve duruma son noktayı koymuş:

"Hakikaten kafanız hiç çalışmıyor, siz koca koca adamlar pratik düşünemiyorsunuz" demiş ve duyduklarının hayal kırıklığını gizlemeye gerek duymadan başını iki yana sallayarak sözlerine devam etmiş. "Bu çukuru kapatalım, gidip hastanenin yanında bir çukur açalım..."

***

E ne demişler, fikir fikirden üstündür... Bilirsiniz, akla nazar değmez. Kimse kimsenin aklını kıskanmaz da ondan. Aklı kendine yetmeyenler bile, bunu başkasına dağıtmaktan kaçınmazlar. İşte bu misal, çukurun başına toplanmış, hatta çukuruna sahip çıkmaya çalışan, bir grup insanız. Dikkatlice bakıyoruz içine ve elimizdeki davul tozlarını, minare gölgelerini sepeliyoruz. Kimimiz bir tümevarım, kimimiz tümdengelim edası içinde bildiğimizi, çözdüğümüzü, keşfettiğimizi sandığımızı paylaşıyoruz dostlarımızla. Hayran, endişeli, kuşkulu bakmaya devam ediyoruz çukura. Fıkradaki köy eşrafından farkımız, birbirimizi gülümseyerek dinliyor olmamız...☺

Ortak kaygılarımız var; pek çoğumuz aynı dertten mustarip. Gerçek sorun *çıldırmak* değil, *mutsuzluk*, *umutsuzluk*... Hayatın bahşettiği endişeler, bizleri uykumuzun en derin, en tatlı anında kulağımızın dibinde zırlayan bir çalar saat misali günden güne delirtmekte. O bağıran şeyi duvara fırlatıp kurtulma şansımız da yok maalesef. "Dünya" dediğimiz sırça geminin içinde, varış noktası şaibeli seyrüseferimiz bitmeden bir çıkış yolu arayıp duruyoruz...

İşte bunun için dergimizin adı ***Çıldırmadan Önce Son Çıkış*** oldu. Hepimiz sevdik bu ismi, yakın ve sıcak bulduk kendimize. Sanırım istisnasız her birimiz, o çıldırma sınırının yakınından öyle ya da böyle geçtiğimiz için... Üstelik dikkat ettiyseniz, bu isim içinde bir parça da "umut" barındırıyor; yani sevgiden sonra en çok ihtiyacımız olan şeyi... Sınırı çoktan geçmiş olanlarımız bile sanki geri dönüp direksiyonu o son çıkışa kırabilirlermiş gibi duruyor, öyle değil mi?

Bilerek ya da bilmeyerek, zaman zaman hem kendimize hem de birbirimize dar ettiğimiz bu âlemde "çıldırmak", fena bir seçenek de olmayabilir aslında. Evet, bunu da hesaba katmak lazım. Bu hakkınızı elinizden almak istemeyiz ama isterseniz gelin, biz bu hoş alternatifi şimdilik rafta tutalım ve akıl sağlığını koruduğunu iddia eden kişilere, birbirimize, kulak verelim.

Sevgili Okurumuz,

Kişisel dönüşüm, bütüncül sağlık ve psikoloji kapsamlı dergimizin bahar sayısına hoş geldiniz, sefalar getirdiniz. Üç ayda bir yenileneceğiz ve bu süre zarfında başucunuzda beklemek istiyoruz. Elinizde tutmakta olduğunuz dergiye "bookazine" diyor yayın dünyası. İngilizce "book" ve "magazine"den mürekkep bir kelime bu. Periyodik çıksa da kitap formatında ve beşinci sayısı çıksa bile birinci sayısına da hâlâ erişebiliyor olacağınız bir derleme kitap... Kütüphanenizde bu seriye yer açın.

Zengin bir yazar kadromuz var. Ortak noktaları, her birinin konularında uzman olmalarının yanı sıra, hayata olumlu gözlüklerle bakabiliyor olmaları. Her şeye rağmen güzellikleri algılamamızı kolaylaştıran böyle insanlara hep ihtiyacımız oldu ve olacak.

Dergimizin telif gelirleri
altı ayda bir
belirlenecek bir kuruma aktarılacak.
Yani bir sosyal sorumluluğu
yazarlarımızla
ve siz değerli okurlarımızla beraber
icra ediyor olacağız.

Bu yolculuğumuzda da yanımızda yer alan tüm dostlarımıza sevgi ve şükranlarımızı sunuyoruz. Bizim için çok kıymetliler, çok kıymetlisiniz.

Ayrıca yazıların ön plana çıkmasında önemli katkıları bulunan çizimlerin sahiplerine, başta bize arşivini açan değerli usta **Kutlukhan Perker**'e ve hemen sonra genç çizerlerimiz **Ahmet Çevikel** ve **Sude Terek**'e, dizgi, kapak ve iç tasarım için **Işıl Ilgıt Şimşe**k'e ve **Melike Doğan**'a ve yayınevimizin her bir çalışanına özverili çalışmalarından dolayı teşekkür ediyoruz.

İlk sayımızın teması Duygular ve Değerler... Yazarlarımız kendi uzmanlık konularında yazdılar ve bu sayı için verdiğimiz temaya dokundular. "İlk" sayımızı gururla sunar, bir sonraki sefer "Söyleyemediklerimiz, İtiraf Edemediklerimiz, Arka Bahçelerimiz" temalı ikinci sayımızda buluşmayı dileriz.

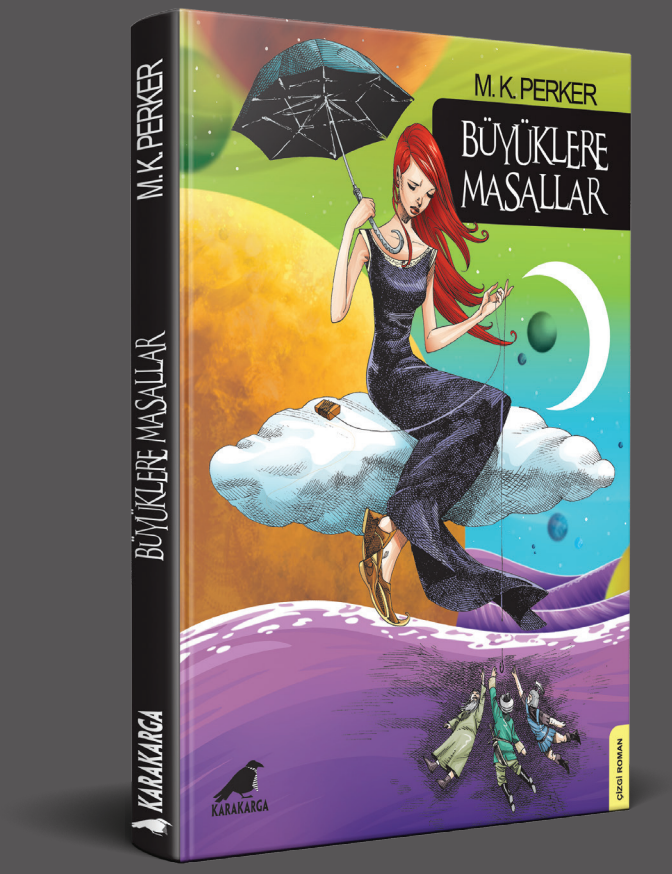
Umutla ve sevgiyle,

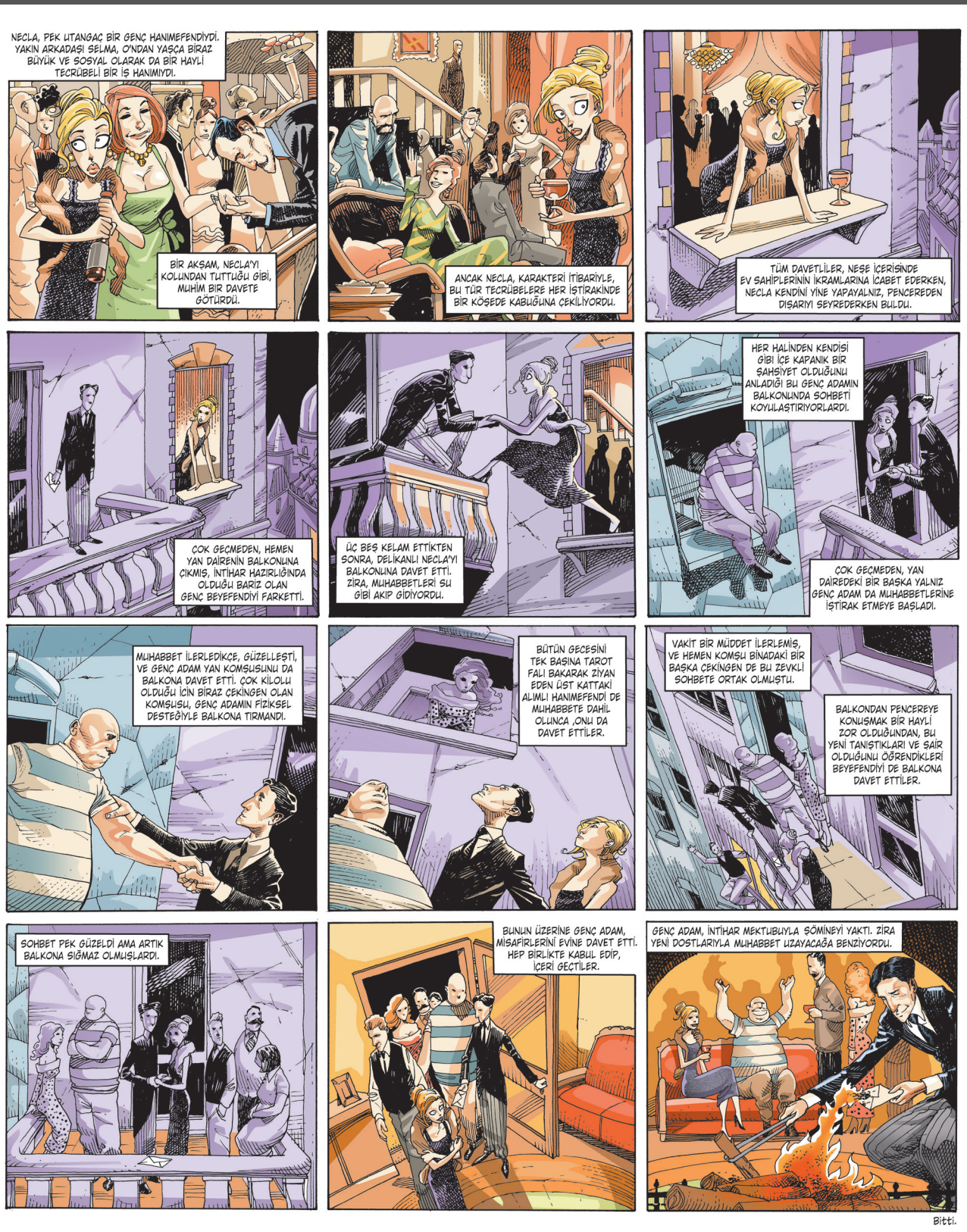
Selda Terek

ÇILDIRMADAN ÖNCE SON PARTİ

M. Kutlukhan Perker

İllüstratör




NECLA, PEK UTANGAÇ BİR GENÇ HANIMEFENDİYDİ. YAKIN ARKADAŞI SELMA, O'NDAN YAŞÇA BİRAZ BÜYÜK VE SOSYAL OLARAK DA BİR HAYLİ TECRÜBELİ BİR İŞ HANIMIYDI.
BİR AKŞAM, NECLA'YI KOLUNDAN TUTTUĞU GİBİ, MUHİM BİR DAVETE GÖTÜRDÜ.
ANCAK NECLA, KARAKTERİ İTİBARİYLE, BU TÜR TECRÜBELERE HER İŞTİRAKİNDE BİR KÖŞEDE KABUĞUNA ÇEKİLİYORDU.
TÜM DAVETLİLER, NEŞE İÇERİSİNDE EV SAHİPLERİNİN İKRAMLARINA İCABET EDERKEN, NECLA KENDİNİ YİNE YAPAYALNIZ, PENCEREDEN DIŞARIYI SEYREDERKEN BULDU.
ÇOK GEÇMEDEN, HEMEN YAN DAİRENİN BALKONUNA ÇIKMIŞ, İNTİHAR HAZIRLIĞINDA OLDUĞU BARİZ OLAN GENÇ BEYEFENDİYİ FARKETTİ.
ÜÇ BEŞ KELAM ETTİKTEN SONRA, DELİKANLI NECLA'YI BALKONUNA DAVET ETTİ. ZİRA, MUHABBETLERİ SU GİBİ AKIP GİDİYORDU.
HER HALİNDEN KENDİSİ GİBİ İÇE KAPANIK BİR ŞAHSİYET OLDUĞUNU ANLADIĞI BU GENÇ ADAMIN BALKONUNDA SOHBETİ KOYULAŞTIRIYORLARDI.
ÇOK GEÇMEDEN, YAN DAİREDEKİ BİR BAŞKA YALNIZ GENÇ ADAM DA MUHABBETLERİNE İŞTİRAK ETMEYE BAŞLADI.
MUHABBET İLERLEDİKÇE, GÜZELLEŞTİ, VE GENÇ ADAM YAN KOMŞUSUNU DA BALKONA DAVET ETTİ. ÇOK KİLOLU OLDUĞU İÇİN BİRAZ ÇEKİNGEN OLAN KOMŞUSU, GENÇ ADAMIN FİZİKSEL DESTEĞİYLE BALKONA TIRMANDI.
BÜTÜN GECESİNİ TEK BAŞINA TAROT FALI BAKARAK ZİYAN EDEN ÜST KATTAKİ ALIMLI HANIMEFENDİ DE MUHABBETE DAHİL OLUNCA ,ONU DA DAVET ETTİLER.
VAKİT BİR MÜDDET İLERLEMİŞ, VE HEMEN KOMŞU BİNADAKİ BİR BAŞKA ÇEKİNGEN DE BU ZEVKLİ SOHBETE ORTAK OLMUŞTU.
BALKONDAN PENCEREYE KONUŞMAK BİR HAYLİ ZOR OLDUĞUNDAN, BU YENİ TANIŞTIKLARI VE SAİR OLDUĞUNU ÖĞRENDİKLERİ BEYEFENDİYİ DE BALKONA DAVET ETTİLER.
SOHBET PEK GÜZELDİ AMA ARTIK BALKONA SIĞMAZ OLMUŞLARDI.
BUNUN ÜZERİNE GENÇ ADAM, MİSAFİRLERİNİ EVİNE DAVET ETTİ. HEP BİRLİKTE KABUL EDİP, İÇERİ GEÇTİLER.
GENÇ ADAM, İNTİHAR MEKTUBUYLA SÖMİNEYİ YAKTI. ZİRA YENİ DOSTLARIYLA MUHABBET UZAYACAĞA BENZİYORDU.
Bitti.

Bu Sayının Özel Röportajı

Bir Kadın Plan Yaparsa

MAYE MUSK

Röportaj: Kaan Cumalıoğlu

Destek Yayınları'ndan çıkan kitabı ***Bir Kadın Plan Yaparsa*** kitabevi raflarında çok satanlar arasında yerini aldı. Maye Musk Türkiye'deki okurlarla buluşmasının heyecanını taşıdığı bu yayında yaşamıyla ilgili çok özel bilgiler verdi.

O, dünyaca ünlü bir süper model ve yine dünyaca ünlü bir girişimci... Endüstriyel tasarımcı, dünyanın en meşhur teknoloji girişimcisi Elon Musk'ın annesi... 72 yaşında olmasına rağmen modellik kariyeri bitmeyen Maye Musk, aynı zamanda bir diyetisyen. Şimdilerde ***Bir Kadın Plan Yaparsa*** adlı kitabıyla kendisini daha da yakından tanıyoruz. Maye Musk, Destek Medya Grubu'nun Youtube kanalında bizlerle birlikte

oldu ve kendisiyle kitabıyla ilgili söyleşide bulunduk. Yayında yazma süreci ve yaşamıyla ilgili birbirinden ilginç anekdotlar aktardı. Yaşadığı zorluklarla ilgili samimi açıklamalarda bulunan Maye Musk, çocuklarını alıp kaçmak zorunda kaldığı eski evliliği ve boşanma süreci konusunda samimi açıklamalarda bulundu. Dergimizin bu sayısının teması olan DUYGULAR ve DEĞERLER için onun yaşadıklarının da baz teşkil edeceğini düşünüyoruz.

"(...) boşanabileceğim bir kanun yoktu. Sonra şiddetli geçimsizlik kanunu geldi. Çocuklarımı aldım ve kaçtım. Boşanmak için bunu kullanacağım dedim. Zordu ve aynı zamanda korkunçtu. Öyle birinden kaçmak çok korkunçtu. Şanslıydım. Kısıtlayıcılık kuralı koydular. Çok uyduğunu söyleyemem ama yine de... Korkunç bir dönemdi ama her

gün değil. Öyle biriyle yaşayınca her gün korkuyorsunuz. Ama kaçınca ve her şeye baştan başlayınca korktuğum şey yeteri kadar para kazanamayıp çocuklarımı doyuramayacak olmaktı. Maddi anlamda biraz rahat hissetmeye başlamam bir yılı buldu."

Sohbetin tamamını aşağıdaki linkte bulabilirsiniz:

https://www.youtube.com/watch?v=dM8z4EfCzgg&t=1233s

Maye Musk'ın Kaan Cumalıoğlu'nun sorularını yanıtladığı röportajın ayrıntılı metni ise şöyle:

Kaan: Merhaba, hoş geldiniz. Bugün çok özel bir konuğum var. Maye Musk. Kim olduğunu bilmeyenler için; o bir model, diyetisyen, sosyal medya etkileşimcisi, anne... 3 çocuğu var, Elon, Kimbal, Tosca. 11 torunun büyükannesi. Ve hepsinden öte tüm dünyada çok satan *Bir Kadın Plan Yaparsa* kitabının yazarı. Türkiye'de Destek Yayınları tarafından basıldı.

İlk soruma geçiyorum o halde, kitabı okuduğumda herkes için bir rehber gibi geldi bana. Özellikle deneyimleriniz tüm yaştan kadınlar için yol gösterici olmuş. Ama merak ettiğim bir şey var. Bu kitabı yazmanıza ne sebep oldu?

Maye: *Olan şey şu: Sosyal medyada çok paylaşım yaptım. Twitter'da, Facebook'ta, Instagram'da... Sonra tüyolar ve o tarz bilgiler vermeye başladım. Herkes kitap yazmamı söyledi. Bir yandan modellik yapıyordum. Modeller tavsiye istiyordu. Tabii ki çok da direkt bir şekilde konuşuyordum. Onlara "Hayır bunu değiştirmelisin, bunu düzeltmelisin" şeklinde konuşuyordum. Diyetisyen olarak da danışanlarım bana geliyorlardı. Stresten yediklerinden bahsediyorlardı. Onlara stres veren işi ya da ilişkilerini bırakmalarını söylüyordum. Çünkü mutlu olmadıkça düzgün beslenemezsiniz. Yani resmen insanlara ne yapmaları gerektiğini söylüyordum. Sonra bir yayıncı kitap yazmamı istedi. Bahsedecek bir şeyimin olmadığını söyledim. Bana hayatımdan bahsetmemi söyledi. Deneyimlerimden ve aldığım hayat derslerinden bahsetmemi söyledi. Tamam dedim ama bilmiyorum kim okuyacak ki? Ve haklısın dünya çapında oldu. Türkiye'de çok satanlar arasına girdi. Beni çok mutlu etti.*

Kaan: Çok enteresan, Instagram hesabınızda çok fazla Türk okurundan yorum alıyorsunuz. Dünyada çok popüler oldu.

Maye: *Evet, evet Türkiye'den çok yorum alıyorum. Ve tabii Türkiye'yi ziyaret ettiğimde harika deneyimler yaşadım. Kim bilebilirdi bir kitabım olacağını? Bu müthiş bir şey...*

Kaan: İsim seçimi çok ilginç. Kitapta sürekli bahsetmişsiniz. Plan yapmak, plan yapmak, plan yapmak... Hayati öneme sahip, sizin için çok önemli. Biraz ayrıntı verebilir misiniz? Ne zaman ve nasıl plan yapılmalı?

Maye: *Olay şu, ben bir diyetisyen ve bilim kadınıyım. Hayatımı çok dikkatle planlarım. Ama her zaman yanlış gider. Kitabımda gördüğünüz gibi. İşte o zaman hemen başka bir plan yapmak gerekir. 8 şehir 3 ülkede kendi işimi kurdum. Hiç tavsiye etmiyorum çok zor. Planım da yoktu. Ama olay şu, kötü bir şeyden kaçmak için mi şehrini ya da ülkeni değiştiriyorsun yoksa şansa bırakmaya değecek daha güzel bir gelecek mi bekliyor orada? Her taşınma çok zor oldu. İş kurmak da öyle. Doktorlara hastalarına bakmak istediğimi söyledim. Daha sağlıklı olmaları için sağlıklı yemelerine yardım edebileceğimi... Bir de modellik var. Orada da en tuhaf şey, yaşlandıkça daha çok talep aldım. Çünkü daha yaşlı modellere ihtiyaçları vardı. Şimdi 72 yaşındayım. Ve her hafta farklı şehirde olmam gerekiyordu. Tüm rezervasyonlar tamamdı. Sonra mart ayında karantina çıktı. Tüm işlerimi sanal yapmaya başladım. Modelliği bile.*

Kaan: Çok ilginç çünkü her şeye yeni baştan başladığınızı söylüyorsunuz. Yeni plan yapma zamanı. Bahsettiğiniz gibi planlar işe yaramıyor. Bu hayatın gerçeği. Ama bu planla zorlukları aşamayacağımız anlamına gelmez. Doğru mu?

Maye: *Evet, şunu bilin zorluklarla mücadele eden tek insan siz değilsiniz. Aslında Elon, Kimbal ve Tosca mücadelelerimden bahsetmemi söylediler. Çünkü tabii onlar da o zaman benimlelerdi. Neler yaşadığımızı biliyorlar. Sosyal medyada herkes harika gözüküyor. Ve kimse geçirdiğimiz zor zamanları bilmiyor. Kitabı bitirip de editöre verdiğimde insanları üzecek bazı bölümleri atalım dedim. Hayır o bölümler kalacak dedi. Ben de silmedim. Ve birçok kadın o bölümlerde kendisinden bir şeyler buldu. Ebeveynlerimle Kalahari Çölü'ndeki maceralarıma geldiğinde –ki o çölü geçen tek aileydik– tamamen yalnız, üç haftadır hiç insan görmemiştik. Bunu da göstermek istediler. Hiçliğin içinde hayatta kalabildiğimizi...*

Kaan: Çok ilişkilendirilebilir...

Maye: *Evet ama pandeminin geleceğini bilmiyorduk. Asıl şimdi ilgili oldu.*

Kaan: Pandemi yüzünden yeni bir plan yapıyorsunuz diye düşünüyorum? İşler yanlış gidebilir, önümüzdeki zorluklarla başa çıkmak için yeni planlarınız olduğundan emin olmalısınız. 70 yaşını geçmenize rağmen çok yönlü bir kişiliğiniz var. Hayatınızın iplerini elinize almışsınız.