

Keyifli Okumalar Dileriz

Binlerce kategoride milyonlarca PDF e-kitap, ders kitapları, dergiler ve romanlara platformumuz üzerinden ücretsiz ulaşabilirsiniz.

RESMİ WEB SİTEMİZ

<https://rantey.org>

Yedek ve Duyuru Kanallarımız

Sitemize erişim engeli gelmesi veya adres değişikliği durumunda aşağıdaki kanallardan güncel giriş adresine erişebilirsiniz:

- Telegram: <https://t.me/birkitapbir>
- WhatsApp Kanalımız : <https://whatsapp.com/channel/0029VbDHv8uE50Us4lvMoc0Y>



Kadınlar dünyaya melek olarak gelmiştir, fakat şeytan olmaları mecbur bırakılmıştır.

Erol Büyükburç – Türk Pop Müziğinin Mimarı

Çok şey bekler kadın, çünkü çoktur kadın, çokluktur, çoğalmaktır. Çoktur, çünkü tek bir bedende çok el, çok ayak, çok akıl, çok yürektir.

Duygu Canbaş – Habertürk Tv-Editör Spikeri

Ben hayatta kadını ve erkeği anlamamın, daha doğrusu anlamaya çalışmamın yolunun biraz belgesel izlemekten geçtiğine inanırım.

Pınar Yılmazazerler - Hürriyet Trendy Dergisi Genel Yayın Yönetmeni

Her kadın kendisi ve toplum için bir şeyler yapabileceğini unutmamalıdır.

Suna Dumankaya - Güzellik Uzmanı

Birlikte oldukları için her fırsatta Tanrı'ya şükreden çiftler tanıyorum...

Yard. Doç. Dr. Şebnem Soygüder – Ege Üniv. İletişim Fakültesi

Kadınlar duygularının dibinde erkekler ise mantıklarının dikinde yaşarlar.

Ayşen Yerşen - Profilo Alışveriş Merkezi Genel Müdür

Kadın ve erkek, bir elmanın iki yarısı mı, iki azal düşman mı yoksa hiç tamamlanmayan oyunun parçaları mı?

Zeynel Özbek – Seven-Hill Yönetim Kurulu Üyesi

Erkekler kadınlara liman olmayı severler. Kadınlar yüklerini boşaltacak limanları iyi seçer çünkü sürekli demir atmaya sevmeyiz. En uzun kaldıkları liman en büyük ve güçlü limandır ama yükü ağır kadınlar ilişkiyi öldürür. Çünkü erkekler arada bir hafif yük gemilerine izin verirler.

Aşkım Kapişmak

9 60

FIYATI 12 TL



www.akiskitap.com



Kitapo

www.kitapo.com

Newton

A
akış

Kadınlar Sağdan Erkekler Soldan
Aşkım Kapişmak



KADINLAR

sagdan

ERKEKLER

soldan

AŞKIM KAPIŞMAK

Tarayan ve Düzenleyen: Oz Büyücüsü

Ücretsiz PDF Kitap Arşivi - <https://rantey.org>

KADINLAR SAĞDAN ERKEKLER SOLDAN

Aşkım Kapişmak

İçindekiler

Teşekkür.....	9
ÖNSÖZ.....	11
Yaşam Ülkesi.....	13
Gönlümün Konuğu.....	*5
Duygularımın Dilinden Dökülenler.....	18
Kadın-Erkek İlişkileri.....	20
Kadınlar Sağdan Erkekler Soldan.....	27
Kadınlar Sağdan.....	28
Erkekler Soldan.....	35
Ne Yapmalı?.....	»
Gönlümün Konuğu.....	42
Yumurtalıksız Erkekler.....	43
Kadın ve Erkek Bir Gününü Nasıl Anlatır?.....	48
Sibel'in bir günü.....	49
Okan'ın bir günü.....	51
Gönlümün Konuğu.....	55
Kadınlar Çok. Erkekler Az Konuşur.....	56
Gönlümün Konuşu.....	61
Balık Tutan Kadınlar.....	64
Kadın İsterse.....	67
Artık Düşünmeye Gerek Yok.....	68
Türkiye'de Nayarlar mı Yasıyor?.....	75
Evli Erkekler İçin Anneleri Neden Çekim Merkezi?.....	78
Ev nu Bakımlı Otsun Kadın mı.....	81
Erkeklerle Ne oldu.....	84
Gönlümün Konuşu.....	86

Aldatılma Öyküsü (Bebeğim ve Biz Dergisi'nde Yaşamın İçinden adlı köşeyi hazırlarken yaptığım bir röportaj).....	87
Kadınlar Erkeklerin Yaramazlık Yapmasını İster.....	95
Evlilikler Nereye Gidiyor?.....	99
Kadın Ergenliğe Kocasıyla mı Giriyor?.....	104
Gönlümün Konuğu.....	107
Ev Kadınları ve İşkolik Erkekler.....	109
Evlilikte Mutlu Seks.....	114
Cinsel İlişki Sonrası Arzular.....	120
ERKEK TİPLERİ.....	123
Bir Erkek Nasıl Yola Gelir?.....	138
Gönlümün Konuğu.....	143
Futbol Cinsel Mesajlar İçerir.....	144
Hormonlar da futbolsever.....	145
Futbol ve alkol.....	146
Futbolun ve insan psikolojisi.....	146
Futbol terapisi.....	147
Erkek Neden Konuşmaz?.....	152
Evlenmeden önce, Evlendikten Sonra.....	155
Desti izdivaç.....	158
Hunin Deliklerimiz ve Cinsiyetimiz.....	160
Cinsel İmgelere Saplanmak.....	160
Oyuncu Kadınlardan Uzak Durun.....	162
Gönlümün Konuğu.....	165
Erkek ve Kadının Beden Dili.....	166
Erkek Flört Hareketleri.....	166
Sandalye Binicisi Erkekler.....	167
Pamukçuk Toplayıcı Erkekler.....	168
Baş Hareketleri.....	169
Temel Baş Pozisyonları.....	171
Her İki El de Başın Arkasında.....	172
Saldırganlık Hareketleri.....	174
Başlangıç Pozisyonu.....	177
Cinsel Saldırganlık.....	178
Erkek Erkeğe Saldırganlık.....	179

Gözbebekleri.....	181
Erkek Kadınlar Arasına Mesafe Koymak İsterse.....	182
Erkek İletişim Kuruyor Hayret.....	183
Yan Bakış.....	184
Mahrem Bakış.....	184
Gözle Dışarıda Bırakma.....	185
Kadın Flört Hareketleri.....	186
Saç Atma.....	187
Bilek Gösterme.....	187
Bacak Açma.....	188
Kalça Yuvarlama.....	188
Yan Bakış.....	188
Ağız Hafif Aralık, Islak Dudaklar.....	188
Ruj.....	188
Kalkık Omuz Üzerinden Yana Bakma.....	189
Kadınlarda Bacak Atma Hareketleri.....	189
Beyaz Gelinlik ve Kadın.....	190
Beyaz: Sevgi + Güven + Umut.....	191
Gönlümün Konuğu.....	192
Renklere Göre Kadınlar ve Erkekler.....	195
Farkındalık Çalışması.....	205

Aşkim Kapişmak

1979'da İstanbul'da doğdu. İlk üniversite Öğrenimini Marmara Üniversitesi Tekstil bölümünde aldı. ama mutlu değildi ve üniversitedeki hocası. "Sen burada mutlu değilsin, git sevdiğin şeyi yap!" dedi. Çocukluğundan beri psikolojiye olan merakı sayesinde Newport Üniversitesi Davranış Bilimleri bölümüne girdi. Okurken çocuklarla çalışmaya ve ebeveynlerini de gözlemmeye başladı. Davranış Bilimleri eğilimi sırasında kendini geliştirmek adına NLP eğilimleri almaya başladı ve Tranier oldu. Türkiye'de saygın şirketlere kurumsal gelişim eğitimleri vermeye başladı. Daha sonra seminerlerine daha da renk katabilmek için oturumlarını stand-up şeklinde yapmaya karar verip, Müjdat Gezen Sanat Merkezi'ne girdi. Sahne sanatları, drama ve oyunculuk eğitimleri aldı. Şu an üniversiteler, okullar ve şirketlerde ilişki, iletişim, başarı, hedef, pozitif yaşam, motivasyon gibi kişisel gelişim başlıkları altında birçok farklı eğitim ve seminer vermektedir. Bebeğim ve Biz. Genç Gelişim. Papatya ve Don Mevsim Bahçeşehir dergilerinde iletişim adlı köşeleri hazırlamış, yazıları yayınlanmıştır. Bir çok TV programında sunumlar yapan Kapişmak. 'Kadınlar Sağdan Erkekler Soldan' isimli kitabın stand-up sbovvunun hazırlığına başladı. Yakında televizyon programı formatında sizlerle buluşacak.

Katıldığı TV Programları

Fox TV	- Sabah haberleri
NTV	- Sabah Haberleri
Kanal D	- Esra Ceyhan'la
Turkmax TV	• Hülya Aydın'la Hayata Dair
Cnn Türk	- Dr. Elif İlğaz'la Yaşama Sevinci
Vatan TV	- Papatyalı Sabahlar
Yeniçağ TV	- Natii Para Kazanılır'
Habertürk Tv	- Günden Once Sabah Haberleri
Showman	• Maksimum Sağlık
Atrport Tv	- Melda Tuncel 44*Plus
Kanal t	- Sektöre! Programı

ÖNSÖZ

İnsan olmanın kadın ve erkek olmaktan çok başka bir şey olduğunu fark ettiğimde başladım cinsiyetleri gözlemlemeye.

Hayatınızdaki olaylara nötr olabildiğiniz sürece İnsan olduğunuzu anlıyorsunuz. Sistem bize sürekli bir yerlerden bakmayı güdülüyor. Ya kadın ya erkek gözüyle bakmak... Birinde annemi, diğlerinde babamı gördüm gençlik dönemlerinde. Tarafsız olabilmek çok zamanımı aldı, onu da insan olmayı öğrendiğimde başardım. Ama cinsiyetlerimiz genetik kodlarımızda ve egolarımızda gizli olduğu için yakamızı bırakmıyorlar. Elinizdeki kitabı bir erkek olarak değil, tamamen nötr bir insan olarak hazırladım. Ara ara erkeklik horntonlanm baskın olmaya çalışsa da buna izin vermedim.

Yüzlerce kadın-erkek gözlemlendi, bir o kadar danışmanlık ve seminerler gerçekleştirildi bu kitap için.

2 yıl önce başladı kitabın hikayesi, Starbucks Kahve Sohbetleri adı altında seminerler düzenlemeye başladığımda tanıştım kitabın fikrini veren kadınlarla. Sadece 2 sene de 2000'e yakın kadın dinleyicim oldu. Bu seminerlerdeki kadınların anlattıklarından yola çıkarak hazırlandı bu kitap.

Daha sonra Wella Kozmetik ile Güzellik Salonlarına seminere başladık. Bu seminerlerde de kadına ve erkeğe hizmet eden ve gerçekten bu iki cinsin egoları ile yüz yüze olan kişilerden dinledim cinsiyetleri.

Bir de kendi mesleğim olan Davranış Bilimleri ve İletişim Bilgilerimi ekledim. Ortaya "Kadınlar Sağdan Erkekler Soldan" isimli eser çıktı.

Kitabın özü der ki; kendini haklı çıkarmaya çalışan cinsiyet yalnızlığa mahkum olacaktır. Ne kadın erkek olmadan, ne de erkek kadın olmadan yaşayabilir. Kadın ve erkek farklılıklarını sorun olarak ele almaktan vazgeçmeli, farklılıkları öğrenmeli ve kabullenmeli. Bu farklılıkların ana nedeni insanın beynini kullanma şekli, kadın ve erkek beyinlerinin farklı yarımkürelerini kullandıkları için düşünce-duygu ve davranışları da farklı olabiliyor. Önemli olan farklılıkları bilmek.

Yüzyıllardır eşitlik diye ortalıkta bağırınların ellerine hiçbir şey geçmedi. Çünkü ne için eşitlik istediğini bilmeyen insanlar sürekli bağırırlar. Kadınla kadın arasında bile eşitlik yokken, kadın ve erkek arasında eşitlik olamaz. Sadece insan hakları olarak eşit olabiliriz. Ama toplum eşitliği yanlış anlamış olacak ki, erkek gibi olmaya çalışan kadınlar ile kadın gibi davranan erkeklerle çevrili etrafımız.

Amacım kadın ve erkeğin kimliklerini, farklılıklarını size sade, esprili ve anlaşılır bir dille aktarmak. Ve her şeyin özünde olan sağlıklı iletişim için yapılabilecek formülleri sunmak.

Arıladım ki kadınlar, yeni bir kimliğe hemen dönüşebilirken erkekler hep gecikirler. Erkeklerle evlenen kadın hemen onun karısına, doğum yaptığında hemen çocuğun annesine, bir meslek edinince iş kadınına, 60 yaşına gelip aşık olunca 20'lik genç kıza ya da 30'unda sevgisiz bırakılıp 60'lık teyzeye hemen dönüşebilir.

Bu dönüşüm erkeklerde çok zaman alır. Erkek flört döneminde avcı, evlenince sevgili, 5 sene sonra koca, 10 sene sonra baba, 20 sene sonra hayat arkadaşı olabiliyor.

Ama kadın tüm bu zamanlara bazen yalnız da kalsa yetebiliyor:

ÇÜNKÜ KADINLAR, ERKEKLERİ DOĞURUYOR.

Sevgiler...

Yaşam Ülkesi

Her şey olması gerektiği gibi olsaydı, iç sesimizle dış sesimiz karışmasaydı, eğer sırlarımız olmasaydı belki de yaşadığımızı anlamazdık.

Yaşamak, adından da belli ediyor kendini aslında farkında olmak. Her dakikasının her saatinin içinde olmak, sadece bilmek ve bildiğini de bilmek.

Her şeyi biliyoruz, neyin içinde olduğumuzu neyin dışında kaldığımızı... Kimse görmese de bir köşede bağıra bağıra ağladığımızı biz görüyoruz. Kimse duymasa da ettiğimiz küfürleri, haykırdığımız aşkımızı biz duyuyoruz. Hissetmeseler de boğulduğumuzu biz yaşıyoruz, biliyoruz.

Aynı biletleri alıyoruz yaşam ülkesine gelirken sadece yolculuk ettiğimiz taşıma araçları farklı. Bazılarının biletleri farklı tarihlere kesilmiş ama aynı araçla geliyorlar. Onların adı farklı, kardeşler diyoruz. Gideceğimiz yer belli eninde sonunda...

O kadar hızlı ki bu yolculuk, durmadan yaşam ülkesine yollar geliyor. Bazılarımızın vizeleri kısa süreli; belki bir gün, belki bir ay, belki yüz sene...

Çok kalabalık olduk yaşam ülkesinde, sığmamaya başladık. Birbirine karışmaya başladı her şeyimiz, dilimiz, elimiz, gözümüz, nefesimiz. Karıştık, hatta kaybolmaya başladık birbirimizin içinde. Komşumuzun en üstünde, annemizin altında, sıra arkadaşımızın yanında, babamızla dedemizin arasında, dostumuzun köşesinde,

aşık olduklarımızın içinde, düşmanlarımızın karşısında, tanımadıklarımızın nefesinde karışık yaşam ülkesinde.

Yerimizi arıyoruz burada.

Fakat aramak için bir yerimizin var olduğunu bilmemiz gerekir. Bilenler arıyor, bilmeyenler yer yapmaya çalışıyor. Arayan da, yapmaya çalışan da hepimiz karışık yaşam ülkesinde.

Bir sürü şey var kullandığımız, bulmak için o yeri.

Annelerimiz, babalarımız, okullarımız, dostluklarımız, aşklarımız, düşmanlarımız, korkularımız, nefretlerimiz, sevinçlerimiz, hırslarımız, vicdanımız, isteklerimiz, hesaplarımız, kitaplarımız, ağaçlarımız, hayvanlarımız, silahlarımız, kalemlerimiz var kullandığımız, o yeri bulmak için.

Kullanıp kullanmadığımız her şey hepimizde var çünkü aynı ülkenin yolcularıyız biletlerimiz aynı araçlarımız farklı.

İlk önce kendimize sokup çıkarıyoruz kullandıklarımızı, sonra başkalarına, belki altımızdakine belki karşıımızdakine.

Bazen canımız acıyor bazen hoşumuza gidiyor bazen görmezden geliyoruz batanları, çıkanları.

Birilerinin gönlüne sıkışmak birilerinin cebinde olmak birilerinin korkularında birilerinin hayallerinde yer yapıyoruz yaşam ülkesinde.

Yerimizi bulunca da durmuyoruz, devamlı değiştirmeye çalışıyoruz.

Başkalarını itip yerine geçiyoruz başkaları tarafından itilip yerimizi veriyoruz bazen de isteyerek boş bırakıyoruz.

Biz Yaşam Ülkesinde hem erkeğiz hem kadınız. Aslında ikisi de aynı, çünkü hepimiz insanız.

Yaşamaya hakkı olan...

Gönlümün Konuğu

Bir kadın tanıdım 3 sene önce, bir konu hakkında görüşlerimi almak için NTV sabah haberlerine davet edilmiştim, haberi sunan Duygu Canbaş'tı. Başarılı bir iş kadınıydı karşımdaki. Sonra uzun zaman geçti, Çocuk Esirgeme Kurumu'na bir proje için davet ettim, koşa koşa geldi, karnı burnunda hamileydi; duygusal, merhametli bir anne adayı idi, kadındı. Birkaç ay sonra bir kahve içmek için oturduk bir yerde, orda dost arkadaştı. Kitabımın hazırlığı için aradım ve bir yazı istedim, gerçek bir kadından kadına dair.

İşte o kadın yazdı kadını:

ÇÜNKÜ ADIM KADIN

Çok şey bekler kadın.

Çünkü çoktur kadın.

Çokluktur, çoğalmaktır.

Çoktur, çünkü tek bir bedende çok el, çok ayak, çok akıl, çok yürektir.

Çok şey bekler kadın.

Kimine göre her zaman bir fazlasını...

Kimine göre vermeden almayı...

Aşkı, parayı, yeni bir ayakkabıyı, çiçeği, böceği.

Kıskanılmayı, kıskanılmamayı.

Çok kadın arasında, vazgeçilmez, tek olmayı.

Hep olmayı.

Sevilmeyi, sayılmayı...
 Kırılmamayı...
 Nazlanmayı, usandırmamayı ister...
 Baş ağrısını ister.
 Sonra hiç ağrımasın ister.
 Sıkılır herşeyden, sıkılmasın ister.
 Sıkıysa eğer gitmek ister.
 Gitse de gitmemiş gibi davranılsın ister.
 Korunmak ister, sığınmak ister.
 Ama özgürlük ister.
 Dedim ya, çok şey ister kadın...
 Eksik etmesinler ister karnından sıpayı!
 Evdeki bir avuç bulgur, iki soğanla çocuklarını doyurmayı!
 Koca beğenmeyince yemeği, yemeyi sopayı!
 Yine kıskanılmayı.
 Töre deyip adına öz ağabeyinin eliyle diri diri toprağı boylamayı!
 Olmadı, bir ıssız damda boynuna halkayı kendi eliyle dolamayı!
 Ya da onbirinde kadın, onikisinde ana olmayı!
 Çok şey ister kadın çoook...
 Onu da ister, bunu da ister.
 Verdikçe doymaz, daha da, der.
 Bir garip coğrafyada iki oğlu, iki tepede birbirine düşman olsun ister!
 Vatan diye davulla zurnayla yolladığı evladını, vatan sağolsun diye bayraklı tabutta kucaklamak ister!
 Irak'la evi. başına yıkılsın, evinin direği kocası anlamadığı bir savaşta yokolsun ister!
 Irak'tan çok Irak'ta bir evde, biricik oğlunun kolu bacağı kopmuş resmiyle niye diye haykırmak ister!
 Afganistan'da darağacında kadın olmak ister!

İran'da son nefesini taşlanarak versin ister!
 Akarken ılık ılık kan alnından, kocalar, kardeşler, oğullar seyredip cesur yüreklerine su serpilsin ister!
 Kendi ülkesinde en az iki üniversite bitirmişken, bırakıp her şeyi arkada, bir başka ülkede, kaçak hizmetçi olsun ister!
 Her gece gizli gizli ağlamak ister!
 Zaten ağlamayı da çok sever.

Hiç düşünmez ne verdim de ne istedim diye.
 Ne kadar kadın, ne kadar insandır, bilmez.
 Ne kadar sevdim, ne kadar sevildim, demez.
 Elimdeki ne kadar, ne kadar ardımdaki?
 Aklım ne kadar özgür, bedenim ne kadar?
 Ne kadarım şimdi?
 Ne kadar yıkıldım, ne kadar yıktım?
 Ne kadar ne istedim de sonunda yalnız kaldım?
 Hiç düşünmez...
 İster...
 Ve basar üstüne ezer topuğun sahibi...

Peki ya erkek mi?
 E biraz önce ezilmemiş miydi o?

Duygu Canbaş

Habertürk Televizyonu

Editör Spikeri

Duygularımın Dilinden Dökülenler

- Her kadın erkeğine gel konuşalım der, ama erkekler dinlesin isterler.
- Uzun sessizlik içinde olan kadınlar seri katildir. İlk önce kendilerini öldürürler, sonra kendisini öldürenleri...
- Kadınlar, kocalarını kendilerini aşağılayan, dışlayan her kelimededen sonra boşarlar, erkekler ise orgazm olduktan sonra...
- Erkekler üretemediği şeyleri görmezden gelirler. Karşısında ağlayım kadının kendi kendine susacağını bilirler. Hayatımda ağlayan birçok kadına mendil uzattığımda daha çok ağladılar.
- Kadınların olduğu masadaki tuzlukta tüm kadınların parmak izleri vardır. Tüm kadınlar aldıklarını verebilirler.
- Erkeklerin olduğu masadaki tuzlukta sadece bir kişinin parmak izi vardır. En güçlü erkeğin parmak izleridir, o da aldığını vermez.
- Kadınlar erkekleri daha iyi anlamak için yoga yapmaya başladılar. Bu erkeğin her an yapabileceği bir şeydi. Ama bir erkeği içe dönüğe davet edemezsin, o istediği zaman girer. Önemli olan senin orada çok kalmamalıdır.
- Kadınlar kendilerine, diğer kadınlardan farklı olduğunu hissettiren erkekleri severler, hepsiyle aynı gören kocalarını değil.

Erkeğin körlüğü devam ettiği sürece aldatıldığını göremeyecek çünkü aldatan kadın sadece bir iz bırakır, aşk....

Kadınlar yaşadıkları her yere işaret koyarlar, neler yaşadıklarını unutmamak için....

Aldatan zevk alıyorsa önceden aldatılmış olduğu içindir.

Erkekler kadınlara liman olmayı severler. Kadınlar yüklerini boşaltacak limanları iyi seçerler, çünkü sürekli demir atmayı sevmezler. En uzun kaldıkları liman en büyük ve güçlü limandır ama yükü ağır kadınlar ilişkiyi öldürür. Çünkü erkekler arada bir hafif yük gemilerine izin verirler.

Kadın-Erkek İlişkileri

Mükemmel başlayan aşklar, ilişkiler var. İnsana her zaman böyle devam edecekmiş gibi geliyor. Hatta ilişkiyi ileri boyuta götürüp bu sebeplerden dolayı evlenenler var. Bu kitabı okurken bazılarınız "Evet, ben öyleydim" diyorlar eminim. Ama ne oluyor da bu inanılmaz isteklerle başlayan ilişkiler mahvoluyor.

Herkesin eş seçerken farkında olarak ya da olmayarak öncelikler belirlediği süreçler vardır.

Kimi ilk önce cinsel çekiciliği önemser. Kaslı vücutlar, uzun bacaklar, dar kalçalar gibi...

Kimi eş adayının toplumsal konumuna, ahlaki tutumuna, sosyal ortamlardaki kibarlığına bakar.

Kimi bencilce yaklaşıp zengin mi, olanakları var mı diye bakar.

İlişki, iki şey arasındaki bağ yani bir şeyin tek başına yapılamaması halidir. İlişki kurulan şeyler canlı cansız her şey olabilir. Hayat ve içindekilerle olan ilişkilerimiz doğduğumuz andan itibaren istemimiz dışında başlar.

Yeni doğan bir bebek olarak dünyaya geldiğimizde öncelikle annemizle ilişki içinde oluruz. Yalnız, kendimizi ve annemizi farklı görmeyiz. Bebekler anne ile kendini bir bütün olarak algılarlar. Cinsiyetlerimiz farklı olduğu için bu süreç zamanla değişmeye başlar. Erkek bebekler bir süre sonra annelerinin dışı rolünü iterler. Bilinçdışlarına ilişki kurulması gereken bir dışı olarak atarlar.

itmeye çalışsa da ileride seçeceği kadında annesinin özelliklerini arayacak ama biiinçdışına atıldığı için farkındalığı olmayacaktır.

Kız bebekler ise hemcinsleri olduğu için dışı rolünü benimserler. Onlarda ilk olarak bağlandıkları anneleri gibi içlerindeki erkeği ararlar.

Erkek ileride bağlandığı kadınla biiinçdışına attığı kadını eşleştirmeye çalışır. Kadın ise bağlandığı erkekle kendi içindeki erkek imajını eşleştirmeye çalışır.

Erkek çocukları kendi cinsiyetlerini fark ettikleri andan itibaren kendilerini doğaya bırakırlar.

Erkeklik rolünü pekiştirecek akrabalarıyla ilişki içine girerler, amca, dayı gibi...

Kız çocukları ise modelleyeceği cinsiyet rolü uzakta olmadığından kendini doğaya bırakmak yerine anne ve diğer kadın modellerle zamanının çoğunu evde geçirir.

Erkek biiinçdışına attığı dışı gerçeğini bulmaya kız içindeki erkek modelini beklemeye başlar.

Bu yaklaşım için bir genelleme yapmam doğru olmaz ama çoğunluk erkek kadın yaşamı böyledir.

Kararlarında özgür davranmaya bırakılmış erkekler ilişki kuracağı sonrasında evleneceği kadını sürekli arar. Bu zaman içerisinde bir sürü deneyim yaşar bulduğuna inandığında ona sahip olmak için ise elinden geleni yapar. Erkeklerin aşkları kadınlarınkinden çok farklıdır. Bu fark evlilik öncesi ilişkide kadını çok mutlu eder. Kadın evlendikten sonra da bu şekilde olacağı inancıyla onunla bir ömür geçirme kararı alır.

Flört döneminde erkek aşık olduğu kadın için her şeyi yapmaya hazır bir asker gibidir. Sabahın erken saatlerinde onun için kalkıp düzenli ve şık giyinip komutan karşısına geçer gibi sevgiliyle buluşmaya hazır hale gelir. Vatanını korur gibi kadını korumaya alır.

Bu dönemde gizli güç kadındadır. Erkek onun için beklemek-ten sıkılmaz, sabrı çok gelişmiştir, duygusal lobu tavana vurur. Şiir yazar, hediyeler alır, sürprizler yapar.

Biraz dikkat ederseniz en güzel resimleri yapan, en ateşli aşk şiirlerini yazanlar hep erkeklerdir. Hemen hemen hepsi bir kadından esinlenerek yapılmış, hemen hemen hepsini de erkekler yapmıştır.

Daha küçüklüğümüzde başlar ilişki hallerimiz. Erkek çocukları savaş oyunları oynar, kavgalar eder, sporla yoğrulur çünkü sonunda ödüller vardır. Bir zafer kazanma dürtüsü işlemiştir içlerine.

Kız çocukları çok dikkat gerektiren evcilik oyunları ile başlar hayata. Bebekleri süslerler, nasıl bir kadın olacağının resimlerini yaparlar. Bunu yaparken de her ayrıntı düşünülür. İleride ise küçükken yaptıkları resimlerin içine zaferi kazananı oturtacaklardır.

Evcilik oyunları beklemeli oyunlardır. Bir odanın içinde sakın giden, içinde fazlaca ayrıntı barındıran, nazik, duygusal, hassas oyunlardır. Erkek çocuklarını bazen bu oyuna dahil etmek istediklerinde tepki alırlar. Erkek çocukları oyunun dışında kalmak ister. Onlara bakarsanız odanın bir ucundan diğerine koşturur dururlar.

Yetişkin olduğumuzda da pek fazla bir şey değişmiyor. Erkekler hayatın içinde oradan oraya koşturup ararken, kadınlar etraflarında koşturan erkeklerden inandıklarını çekip evlilik oyununun içine alırlar.

Birbirini 5 yıldır görmeyen Nur ve Sibel, bir alışveriş merkezinde karşılaşır;

Nur: - İnanmıyorummmmm! Sibel!

Sibel: - Ahahahaha, canım benimmm, ne haber? (Genelde böyle durumlarda kadınlar duygu yoğunluklarını kurdukları cümlelerdeki kelimelerin son harflerini uzatarak ifade ederler.)

Nur: - İyi tatlım, gözlerime inanamıyorum, nasıl kilo vermişsin böyle, inan zor tanıdım!

Sibel: - Sağ ol canım, spor yapıyorum, bırak şimdi sen beni, sen nerelerdesin, taşınmıştın, görüşemedik bir daha.

Nur: - Evet yaa, taşınınca bir yoğunluk aldı gitti, kız inan çok güzel olmuşsun, dön dön dön şöyle, bir bakayım sana.

(Sibel 360 derece döner.)

Sibel: - Ahahahahahah!

Nur: - Gel şurada oturup bir şeyler içelim, laflarız, (sihirli kelime)

Birbirini 5 yıldır görmeyen Osman ve Haluk işlek bir caddede karşılaşırlar;

Osman: - Abi ne haber?

Haluk: - İyi Osman, sen nasılsın?

Osman: - Ben de iyiyim, iş güc işte, sende ne var ne yok?

Haluk: - Bende de aynı hayat mücadelesi. (Erkek bu cümleyi sürekli kullanılır çünkü kendini hep mücadelede hisseder.)

Osman: - Abi görüşelim, telim aynı.

Haluk: - Tamam Osman görüşürüz, kendine iyi bak.

(Erkeklerde böyle durumları uzatma, oturup bir yerlerde sohbet devam etme gibi bir istek pek fazla olmaz. Ayrıca düşünsenize Osman'ın, Haluk'a "Abi dön dön dön, inanmıyorum, ne kadarr değişmişsin" ellediğini.)

Emelin morali çok bozulmuştur ve dertleşmek için en yakın arkadaşı Pınar'ı arar,

Emel: - Pınar nasılsın?

Pınar: -İyiyim Emelcim ama sesin iyi gelmiyor, sen nasılsın anlat. (Kadınlarda bu his çok gelişmiştir, ses tonundan her şeyi anlayabilirler.)

Emel başlar anlatmaya.....

15 dakika geçer.....

Pınar: - Canım yaaa, dediğim gibi erkek değil mi.

Emel: - Söylemesi kolay.

10 dakika geçer.....

Emel: - Pıncım, neyse yarın görüşelim mi? Ayrıntıları konuşalım! (Daha ayrıntı mı var?)

Bu arada kadınlar telefonla konuşurken birkaç işi birden yapabilirler. Örneğin; yemek pişirme, oje sürme, çocuğu doyurma, dosyaları inceleme, tv seyretme gibi...

Kadınlar moralleri bozuk olduğunda, rahatlayabilmek için muhakkak birilerini arayıp konuşma ihtiyacı duyarlar. Yani paylaşma istekleri vardır.

Engin'in morali çok bozuktur, kendi kendine düşünüirken, durumunu bilen dostu Fatih arar;

Fatih: - Abi nasılsın?

Engin: - Hıhıhıhıhıhı iyi olmaya çalışıyorum.

Fatih: - Hadi ya hıhıhıhı.

Engin: - Ya hıhıhıhıhı.

Fatih: - Neyse sıkma abi, uyu dinlen sen hıhıhıhıhıhıhı.

Engin: - Tamam dostum hıhıhıhıhı.

Erkekler sorun yaşadıklarında içe kapanır ve düşünmek isterler. Dışardan bir ses onları böyle durumlarda çok rahatsız eder. Çünkü sorunlar erkeklere kaybetme duygusu yaşatır. Bu durumların dilendirilmesi, paylaşılması erkeği çok rahatsız eder. Dertleşme bu kadar kısa ve nettir.

Kadınlar Sağdan Erkekler Soldan

Yaratıcının insana verdiği vücut ve organların dağılımı eşsiz bir şahaser. Birçok organımız ikişer tane, bir diğeri olmasa da yaşam devam edebiliyor. İki gözümüz var ama biri ile daha baskın görüyoruz. İki kulak deliğimizden biri daha iyi duyarken, burun deliklerimizden biri asıl kokuyu almamız için yeterli, iki ayağımız var, birinden destek alarak yürüyebiliyoruz. Daha saymakla bitmeyecek olağanüstü bir yapıya sahibiz. Bu eşsiz yapıyı yöneten beyin ise halen tam olarak çözülemedi. Dünya beyin araştırmasında istenilen noktaya ne zaman gelir bilinmez ama şu anda sahip olunan bilgiler bile insanın nasıl bir varlık olduğunu anlamamıza yetebiliyor. En önemli organımız olan beynimizin dizaynı kadın ve erkekte görünürde aynı olsa da işlevsellik açısından ciddi farklılıklar göstermekte. Bu farkı sadece ilişki ve iletişim şeklimizde gözlemleyebiliyoruz. Beynimiz iki yarımküreye sahip, bu iki yarımküre birbirinden o kadar farklı ki... Ama bir diğeri olmadan, diğeri anlamını yitiriyor. Kadın ve erkek gibi birbirinden çok farklı ama birbirlerinden ayrı yaşayamaz haldeler.

İnsan beyni iki farklı yarımküreye sahiptir. Sağ ve sol yarımküresi olan beynin işlevsel özellikleri de farklıdır. Kadınlar ağırlıklı olarak beyinlerinin sağ yarımkürelerini kullanırken erkekler ise sol yarımkürelerini kullanırlar. Yani kadında da erkekte her iki yarımküre var ama ağırlıklı olarak birini diğerine göre daha fazla kullanmaktalar. Yaratıcı her iki cins birbirlerini daha iyi anlasınlar diye hem kadını hem erkeksi beyinlere sahip olmamızı sağlamıştır.

Yalnız herkes bu empatik beceriye sahip değil. Eğer toplum bu farklılıkları ayırtırmaya devam ederse ortalık yalnız kadın ve erkeklerle dolacaktır. Önemli olan farklılıkların birbirlerini tamamladıklarında mutlu olunacağını bilmektir.

Gelelim bu iki yarımkürenin kadına ve erkeğe yansımalarına... Yani, sağ yarımküreyi daha fazla kullanan kadın ile sol yarımküreyi daha fazla kullanan erkeğin özellikleri neler? Özellikleri okurken kendinizi tamamen bir tarafta görmeye çalışmayın çünkü her kadında sol yarımküre her erkekte de sağ yarımküre olmazsa olmaz. Hatta bazı kadınlar sol yarımküreyi, bazı erkekler ise sağ yarımküreyi daha baskın olarak kullanabiliyor.

ilerleyen bölümlerde beyninizin hangi yarımküresini daha baskın kullandığınızı anlamanız için sunduğumuz testleri uygulayabilirsiniz.

Kadınlar Sağdan

Sağ yarımküre duyguların merkezidir. Kadınlar %65 sağ beyin, %35 sol beyin kullanırlar. Sağ yarımküreyi ağırlıklı kullanan kadınlar gözlenebilir ciddi tepkileri vardır. Gerçekten bunu anlamak öğrenmek, isteyen erkekler için muhteşem bir farkındalıktır. Her şeyden önce kadın-erkek arasındaki çoğu problem kendilerini tanıdıkları zaman, kişilik özelliklerini öğrendikleri zaman çözüme ulaşmıştır. 2 sene Prestige Mail Alışveriş Merkezi ve Profilo Alışveriş Merkezi'nde kitapta size sunduğum tüm bilgileri stand-up şeklinde kadın ve erkek gruplarına anlattım. Genelde kendi gelişimleri için oturma katılanlar eğitim sonunda birçok problemi çözdüklerini söylediler. Olgunlaşmamış erkekler ve kadınlar en çok problem yaşayan ve yaşatan insanlardır. Çünkü bize yapısını kişiselleştirdiğimiz için egomuz tarafsız düşünmemize izin vermiyor. Ama kendini ve karşı cinsi tanıyan bireyler her şeyden önce olayı kalibre edebildikleri ve olay üzerine konuşabildikleri için sorunları çözerek ilişkilerine devam edebiliyorlar.

Şimdi size en önemli bilgiyi vermek istiyorum. Kadınlar topladıklarından enerji alırlar. Bu ne diyeceksiniz şimdi? Bir kadın, biri ile sohbet ederken karşısındakinin anlattığı olayın %80'inden enerji alır. Bir kadın bir markete gittiğinde reyonları gezerken alsa da almasa da markette gözünün, kulağını, burnunun duyduğu her şeyden enerji alır. Bu yüzden genelde kadınlar reyonların önünde uzun süre kalırlar. Çünkü baktıkları an içselleşir. Bu sebeple sağ beyin kadına içselleşme özelliği verir. İçselleşen kadınlar; olaylar karşısında tepkisiz kalamazlar. Siz ona bir şey anlatırken bir süre sonra kendi başına gelmiş gibi reaksiyonlar verebilirler. Film seyrederken ağlamak buradan gelir. Genelde ağlayan kadın da eşine, kendisi gibi ağlamadığı için "Ne kadar duygusuzsun!" der.

Kadının içselleşme özelliği bana göre yaratıcının bir hediyesidir. Çünkü bu hediye kadın anne olduktan sonra çocuk üzerinde kullanılmaya başlar. Anneler bilirler; bebek kucağındayken ağlamasından, tepkilerinden onun ne istediğini, neye ihtiyacı olduğunu anlayabilirler. Bu yetenek içselleşme özelliğinden gelir. Uzun bir süredir e-bebek'te seminerler veriyorum; yeni anne olmuş kadınların hemen hemen hepsi: "Bebeğim dünyaya geldikten sonra bana bir şeyler oldu. Olaylara daha farklı bakıyorum, önsezilerim arttı, daha duygusal oldum." derler. Aslında var olan yetenek ortaya çıkmayı bekliyordu.

Bu sağ beyin özelliği kadına iyi bir gözlemlene yeteneği de verir. Mesela tüm kadınlar kocalarının yüzünden günlerinin nasıl geçtiğini, çocuklarının tavırlarından neler hissettiklerini anlarlar. Bu özellik soldan gelen erkeklerde pek gelişmemiştir.

İçselleşme özelliği artarsa bu durum kadınlar için problemler yaratabilir. Genelde kadınlar olayları büyük, erkekler ise küçük görürler.

Sağ beyin gelecek odaklıdır. Kaygılar kadınlarda daha fazladır. Çünkü kaygı gelecekle ilgili bir durumdur. Gelecekteki tehlikelerden korunabilmek için önlem alma isteği kadında fazladır.

Bu da kadının erkeğe şu cümleyi sık sık tekrarlamasını sağlar:

"Ben sana demiştim..."

Kadınlar gelecekle ilgili olarak hislerine, erkekler ise verilere göre hareket ederler.

Kadın: "Hayatım bu dünya nereye gidiyor böyle? Hiç iyi şeyler hissetmiyorum valla..."

Erkek: "Dünya bir yere gitmiyor, sadece kendi etrafında dönüyor. Gezegenlerin kendi etraflarında dönmesini sağlayan şey her bir gezegenin kendine ait manyetik alanıdır. Ancak bu manyetik alan kendi eksenini etrafında dönebilmesi için tek başına bir işe yaramaz. Dönüşün sağlanabilmesi için kendisinden daha güçlü bir manyetik alana ihtiyaç vardır. Bu manyetik alanda Güneş'in manyetik alanıdır. Merkür, Venüs, Dünya ve Mars gezegenlerinin manyetik alanları zayıftır. O yüzden kendi etraflarındaki dönüş hızları düşüktür. Jüpiter, Satürn, Uranüs ve Neptün'ün manyetik alanları güçlüdür. O yüzden kendi etraflarındaki dönüş hızları yüksektir.

Manyetik alanı olmayan veya üzerlerinde manyetik alan oluşumu sağlayabilecek maddeler içermeyen kütleler kendi etraflarında dönüş sağlayamazlar. Milyonlarca yıldan beri kendi eksenini etrafında dönmeye devam eden Dünyamız, Güneş'in manyetik alanı ve sahip olduğu kendi manyetik alanı sayesinde hız kaybetmeden bu dönüşü sürdürecektir."

Kadın:Yalan dünya...

Kadın gelecekte haz da aldığı için çocukları ya da eşleri tarafından kolayca kandırılabilirler.

İnsan beyni geleceği düşündüğü zaman gözler sağa doğru bakar. Yani tasarımı yaparken ister istemez sağa bakarız. Genelde kadınlar flört dönemlerinde aslında genel yaşamlarının çoğunluğunda sağa bakarlar. Bunu lütfen deneyin, çocuklarınızı, arkadaşlarınızı gözlemleyin.

Gelecek ile ilgili sorular sorduğunuz zaman sağa bakmak zorundadırlar. Yalnız kadın depresyon yaşarsa sağa bakmayı bırakır çünkü depresyon geçmişle yaşama durumu olduğu için kadındaki gelecek ile ilgili planlar depresyon döneminde azalır.

Kadının Kişilik Özellikleri

Duygusal düşünceye sahiptirler

Güzel-çirkin olarak değerlendirirler

Zevk-acı ikilisini her şeyde ararlar

Kazanmak isterler

Taaruzcudurlar

Yenilikçidirler

Biçimseldirler

Estetikdirler

Hızlıdırlar

Kolektiftirler

Eşleşen yapıya sahiptirler

Gelecek odaklıdırlar

Dış referanslıdırlar

İçseldirler

Bağımsızdırlar

Dokunsalıdırlar

Kadınlar dokunsal hafızalarını çok aktif kullanırlar. Bundan dolayı eşleri ile dokunsal temasları kadınlar için çok önemlidir. Erkekler genelde görsel imajlar yaratarak cinsel ilişkiye girerler ama kadınlarda uyarılma için dokunsal temas şarttır.

Sağ lob olayların biçimsel olarak nasıl yapılacağına konsantre olur.

Kadınlar için ne yaptığın değil, onu nasıl yaptığın önemlidir. Nasıl konuştuğun, nasıl baktığın, nasıl tartıştığın, nasıl dokunduğun gibi...

Erkeklerle sorun: - Eee ne yaptınız?

- Kavga ettik, derler.

Kadınlara sorduğunuz zaman:

- Bana şöyle yaptı böyle konuştu gibi, olayın nasıl gerçekleştiğini anlatır. Çünkü sağ yarımküre olayların nasıl gerçekleştiği ile ilgilenir.

Bir kadın için önemli olan ne yaptığınızdan ziyade onu nasıl yaptığınızdır. Bir kadınla konuşurken ve tartışırken dikkatli olmak zorundasınız. Kavga sonunda size öyle geribildirimle verir ki şaşırırsınız. Çünkü bir erkeğin genelde düşünemeyeceği şeylerden bahsederler. Onunla tartışırken nasıl konuştuğunuz, onu severken nasıl davrandığınızı, ev işlerinde nasıl destek olduğunuz gibi... Erkeklerin kendilerine sık sık sormaları gereken soru şudur: "Ben nasıl yaptım?"

Evli çiftler arkadaşlarını ziyarete gittiklerinde; kadınlar misafirlik boyunca yaşadıkları her şeyin nasıl geliştiğini beyinlerine kaydederken erkek, yolun kaç km olduğunu, orda ne yediklerini ve ne kadar kaldıklarını daha çok düşünürler. Hatta misafirlik bittikten sonra yoldaki konuşmaları ise duymaya değerdir:

K: - O yemek neydi öyle?

E: - Bildiğimiz karnıyark.

K: - Görmedin mi tabağın rengini, hele bardaklar biz söyleyince masaya geldi.

E: - Doydun mu doymadın mı sen onu söyle. Hepsini de yedin.

K: - Ayıp olmasın diye yedim, hem ne yapacaktım başka, öyle ısrar etti ki.

E: - İsrar mı etti, kadın sadece lütfen yiyin dedi.

K: - Ellerini, yüzünü görmedin mi resmen sıkıştırdı yemem için, senin için yemek olsun yeter tabi.

E: - Amaç yemek değilmiydi zaten bizi yemeğe çağırdılar.

K: - Hayatım bak, sende lütfen başkalarının yanında bana öyle davranma.

E: - Ne yaptım ben nasıl davranmayayım?

K: - Oturdun kanepeye yayıldın; şunu getir bunu götür ne o öyle?

E: - Canım ben 120 kiloyum ve ne yapsaydım ev sahibinden mi isteseydim?

K: Hayır tabii ki ama senin o hareketlerin falan beni rahatsız etti, emir verir gibi.

E: - Evde yemek var mı?

K: - Bak söylüyorum yoksa valla kavga edicez.

E: - Ben hâlâ açım.

Sağ beyin kadını erkeğe göre daha dış referanslı yapar. Yani dışardan gelen mesajlara kadın daha açıktır. Başkalarının söyledikleri, düşünceleri, yorumları kadınlar üzerinde etkilidir. Bu kadının gündemin, modanın, trendlerin etkisinde kalmasını da sağlar.

Dış referanslı kadınların etkilenme eşikleri yüksek olduğu için dışardan çok fazla enerji alırlar. Bu da kadında sürekli paylaşma isteği yaratır. Kadınlar paylaşımlarla yaşarlar. Öğrendikleri, duydukları, gördükleri, hissettikleri her şeyi paylaşmak isterler. Erkeklerde bu mekanizma çok gelişmediği için genelde erkek, aktarım yapar. Sürekli bir bilgi aktarımı vardır.

Dokunma duyusu beynin sağ yarımküresinde olduğu için kadınlarda dokunsal hafıza daha baskındır. Bu sebeple erkeklerin eşleriyle dokunsal temaslarını kesmemeleri gerekmektedir. Kadınlar dokunuşlardan uyarılırlar. Yalnız kadınların uyarılma noktaları o kadar fazladır ki vücutlarının hemen hemen her yeri uyarıcı nokta özelliği taşır. Çoğu kadın erkeği de kendisi gibi düşünüp, masaj yaparken aynı şeyleri hissettiğini zannederler. Ama bu düşünce yanlıştır.

EŞLEŞEN: Kadınlar onay verirler (kafa sallarlar). Çok arkadaşları vardır. Samimidirler ve sonradan kazık yiyenlerdendirler. Eşleşme becerileri kadınlara iletişimde büyük avantaj sağlar. Bu yüzden kadınlar iletişim gerektiren işlerde erkeklere göre daha başarılıdır. Anneler çocukları ile eşleşebildikleri için daha sağlıklı ilişkiler kurarlar. Kadınlar eşlerinin planlarına çabuk adapte olabilir, girdikleri ortamlarda rahat davranışlar sergileyebilirler. Ama aşırı eşleşen kadınların kazıklanma riskleri daha fazladır. Örneğin; pazarlamacıların, kapıda satış yapanların kurbanlandıkları.

İÇSELLEŞEN: Kadınlar bir film izlerken çok etkilenir, ağlarlar. Detaycıdır. Gözlem güçleri çok yüksektir. Kötü bir olayı anlattığınızda sanki kendi başlarına gelmiş gibi oturup sizinle ağlarlar. Olayın taa içine girerler. Korku filmi izlerken sanki kendi başına gelmiş gibi korkarlar. "Kana bakamayacağım ben." derler. Genelde dizi karakterleri ile içselleştikleri için empati yerine sempati duyarlar. Çocukların annelerinin en çok kullandıkları özellikleridir. Çünkü anneler dayanamazlar. Aşırı içselleşen kadınlar başkalarını hayatlarından çok etkiledikleri için psikolojileri bozulabilir. Hatta bir resme baktıklarında erkeklerin göremeyecekleri birçok anlamı yakalayabilirler.

- Ama yazık yaa, görmüyor musun halini, ya senin başına da aynısı gelse, dayanamam ben sana, neee, nasıl ya, ahhh inanmıyo-

rum ne yapacaksın şimdi, yeter yeter anlatma artık, gibi cümleler kadınların içselleşme hallerinin dışavurumlarıdır.

* Herkes, deneyimlerini otomatik olarak süzgeçten geçiren ve tüm davranışlarını yöneten, oturmuş (değişmesi zor) zihinsel programlara sahiptir. Huy ve davranışın kişiden kişiye çarpıcı farklılıklar göstermesinin nedeni de bu tür zihinsel programlardır.

* Sağ ve sol beyin dünyayı algılama filtreleridir ve insan davranışlarının temelini oluştururlar. Bilgisayar diliyle konuşursak beyindeki software'ler, yani bir tür davranış yazılımıdır. Bu yazılım doğrultusunda ve genellikle bilinçsiz olarak hareket edilir.

* Sağ ve sol beyin aynı zamanda kişilerin dünyayı kendi algıları ve düşünceleri doğrultusunda algılamaları, biçimlendirmeleri ve bu yönde davranışlarını sağlarlar.

* Bu özellikler kadın ve erkeklerin neyi niçin nasıl yaptığını anlamada bizlere kolaylık sağlar. Nasıl ki bir bilgisayar programını bilmek onu kullanmayı kolaylaştırıyorsa insanların kullandığı yarımküreleri anlamak, karşı cinsle iletişimimizi hatta onları yönetmeyi kolaylaştıracaktır. Bu özellikleri kullanmak; insanın kendi hayatında kendini anlaması ve karşı cinsle iyi iletişime girmesi, hatta başarı konusunda en büyük yardımcısıdır.

Erkekler Soldan

Sol lob içeriksel olarak ne yapılacağına konsantre olur.

Erkeklerde daha baskın kullanılan sol beyin kadınlardan çok farklı özelliklere sahip olmalarını sağlar. Yalnız bu özellikleri hiçbir iyi-kötü değildir. Kadın ve erkeğin sahip olduklarını nasıl kullandıkları ile alakalıdır. Yani erkek daha iyi kadının özellikleri daha güzel gibi yorumlar taraflıdır.

Gelelim erkeklere; erkekler sorunlar karşısında sağdan gelen kadınlar gibi dışa açılıp paylaşma eğilimleri göstermezler. Sol beyin erkeğe içe dönme eğilimi verir. Bu sebeple erkeklere "off zamanları"

verebilmek önemlidir. Çünkü erkekler içe dönüp sessiz düşünceye dalıyorlar, olayları değerlendirmeye başlıyorlar. Bu durumda iken kadının erkeğin üstüne gitmesi erkeği çok rahatsız edecektir.

Genelde sol beyin fayda-zarar ilişkisi kurduğu için, bir kadın plan yaptığında erkek bunun faydası zararı ne olur diye düşünür.

Genelde bütüne bakarlar, ayrıntıyı göremedikleri için ilişkilerde çoğunlukla kadın için duygusuz gözükabilirler.

Konuşmanın tonlamaları sağdadır; kadınlar konuşurken duygularını katarlar. Erkeklerde konuşmalara duygu katmak kadınlarınki kadar gelişmemiştir. Olaylar karşısında zor içselleştikleri için genelde dışsal davranabilirler.

Sol lob ne yaptığına bakar, sağ lob nasıl yaptığına bakar. Sol beyin erkeğe "Eşin için çiçek al" der. Erkek çiçek alır ve karısına "Al bu senin için" der. Kadın ise bozulur, çünkü kadına çiçeği öyle bir vermiştir ki, "Ben senden çiçek istemiyorum, güzel birkaç kelime söylemen, ruhumu okşaman yeterli. Kuru kuru n'apayım bu çiçekleri..." der.

- Sen bir çiçeksin.

- Biliyorummm.

Sağ beyin estetiğe daha çok önem verir, sol beyin kaliteye daha çok önem verir:

K: - Hayatım, bu sehpa tam salona göre, rengi de uygun, ne hoş durur değil mi?

E: - Hıııı.

K: - Baksana hem bu senenin modası, hey ne yapıyorsun, bıraksana sehpayı kıracaksın.

E: - Sağlam mı diye bakıyorum.

K: - Böyle mi bakılır?

E: - Kaç para bu?

K: - Kirk yılda bir alıyoruz, parasını soruyorsun.

Sağ lob daha hızlı sol lob daha dayanıklıdır. Bu özellik kadını daha kırılgan yapar.

Sağ lobun içinde çok daha fazla sirkülasyon vardır: "Akşama kadar evde canım çıktı, temizle temizle bitmedi. Bir de Aysun geldi, onunla sohbet derken, Allah'ım ya ne yoğun bir hayatım var!" derler.

Sol lob uzun zaman sonra aşık olur. Bu yüzden yıldırım aşkı kadınlarda daha fazladır. Erkeklerin genelinde kadını zamana yayıp sevmeye eğilimi fazladır.

Sol lob sonradan yas tutar, geçmiş odaklıdır. Sağ lob ölmeden yas tutar kaygı duyar. Erkekler olaylar sonuçlandıktan sonra daha iyi fark ederler. Doğası gereği sonuç odaklı olan erkek kazanma ve kaybetme ilişkisi kurarlar. Bu sebepten dolayı erkeklerde daha çok korku kadınlarda daha çok kaygı olur. Geçmişte yaşadığı olumsuz deneyimlerin bir daha olmasını istemediği için hemen eyleme geçemeyebilir. Ama kadın olaylar sonuçlanmadan kaygı duymaya başlayabilir. Bu yaratıcı tarafından farklı iki cinse verilen bir hediyedir. Erkeklerde önsezi, altıncı his denilen kavramın gelişmemiş olması buradan gelir.

Erkekler yetersizlik, utanç, acı ve sıkıntı hissettiklerinde bu duygularının öfke ile; samimiyet, sıcaklık, sevgi ve bağlılık duygularını ise seks yoluyla dışavururlar. Bir kadınla sağlıklı iletişim kuramayan erkek, canı seks istediğinde duygu yumağına dönüşür.

Erkekler dışardaki hayatlarında sevgi, şefkat, acıma, merhamet gibi duyguları stop ederler. Çünkü eğer bu duyguları kullanırlarsa doğada yenileceklerine inanırlar. İş hayatlarında kaybetme korkusu, sosyal yaşamda kazanma arzusu erkeklerin bu duygularını bilinçsizce stop ettiklerini gösteriyor. Yalnız her duygunun hedef organı olduğu için, duyguyu yaşamadıkları zaman hedef organlarına zarar verirler.

Göğüs ağrısı, nefes darlığı, mide bulantısı, baş ağrısı, omuz ağrıları, gerginlikten oluşan boğumlar, uykusuzluk, yüksek tansiyon ve kalp hastalığı. Her erkeğin hedef organı farklıdır. Dikkat ederseniz

bazı duyguları sürekli stoplayan ve kullanmayan erkekler uzun süreçte kanser olabiliyorlar.

Bir erkek hem çok öfkeli hem de çok fazla seks istiyorsa acilen duygular üzerine çalışma yapması ya da bir uzman desteği alması gerekir.

EŞLEŞMEZ: Onay vermez, soğuk durur, teklifleri ters çevirir. Sonradan olsun, şimdi işim var vs. der ve erteler. Hataları net görür ve söyler. Örneğin "Hayır, ben bu konuda böyle düşünmediğimi sana söylemiştim" der. İlişkilerde ise kadınlara göre daha zor eşleştikleri için problem yaşarlar. Kadınların ani sürprizleri karşısında tepkisiz kalabilirler. Bu en büyük problemdir. Babaların en çok zorlandıkları şey çocuklarla vakit geçirmeye çalışmaktır. Genelde hemen istediklerini yapıp ya da alıp kurtulmaya çalışırlar. Bu, anneler için çok olumsuz bir şeydir.

DIŞSALLAŞAN: Bir film izlerken sadece seyrederek, içselleşen gibi olayın içine girmez. Birçok şey garip görünür ona, korkutmaz ağlatmaz. Yaratıcının erkeğe verdiği önemli bir özelliktir. Bu sayede savaşma güdülerini artırır. Doğru kullanılmazsa kadınlarla ilişkilerinde genelde problem olabilir. Örneğin, evde kocası için hazırlık yapmış bir kadın düşünün. En sevdiği yemekleri hazırlamış, onun için süslenmiş, müziği ayarlamış bekliyor. Eşi eve gelir. Erkek bir anda içselleşemediği için kadını ve ortamı anlamakta zorlanır. Çünkü bu olaydan önceden haberi olması gerekebilir. Erkek eve gelirken işleri sürekli beyninin içinde olduğu için başka bir olayı hemen içsel leşti remez. Genelde kadın bozulduktan bir süre sonra erkek içselleşir ama sonra da kadının hevesi kaçır. Yani erkeğin bu özelliğini geliştirmesi şarttır.

Ne yazığı hak etmiştir. "Benim başıma neden gelsin, aptal mıyım ben, dayanamıcam, kendi bileceği iş, bana bir şey olmaz, ne yani bunların hepsini benim için mi yaptın, ne gerek vardı?" gibi cümleler erkeklerin en çok dışsallaşma hallerinin dışavurumlarıdır.

Ne Yapmalı?

İki cins de birbirinden üstün değildir sadece farklıdır. Ama bulunduğumuz ortamlarda, medyada sürekli kadının erkekten, erkeğin ise kadından üstün yönleri olduğu anlatılır. Bu anlayış, cinsleri birbirinden uzaklaştırır.

Sol beyinden gelen erkeklerin olaylar karşısında ifk önce mantığını kullandığını ve duyguyu zor görebildiklerini söylemiştik. Ama bu açıklamayı yaptığımızda bile insanlar: "Ne yani erkekler daha mı akıllı?" diyorlar. İnanın bunu söyleyenler aklın ne olduğunu bilmiyorlar. Onlara bunu söyleten, sadece üstün olma isteği yaratan egoları.

Erkeğin duygu penceresini geliştirmesi gerekir yoksa daha da bencilleşecek ve yalnızlaşacaktır. Bu yalnızlık fiziki olmak zorunda değildir. Meslek hayatımda o kadar çok yalnız erkekle tanıştım ki... Hepsi evli ve bir aileleri var ama onlar yalnızlar. Bencillikleri, duygusuzlukları ve acımasızlıkları onları yalnızlığa mahkum etmiş. Böyle erkekler olaylara var ile yok ilişkisi ile bakıyorlar. Kendilerine sürekli şu soruları soruyorlar:

- Evim var mı? Var.
- İşim var mı ? Var.
- Eşim var mı? Var.
- Çocuğum var mı? Var.

Tamam o zaman, ben olmuşum. Hayır arkadaşım, sen hiç olmamışsın hatta sen olmaya başlamamışsın bile. Çünkü eksilerdesin.

Bir erkek duygu çalışması yapmaz ve kendini geliştirmezse sadece somut hayat yaşar. Size bunu bir örnekle açıklayayım. Sevgili Hülya Aydın'ın Türk Max'taki gündüz kuşağında canlı yayın konuğu olmuştum. Kadın-erkek ilişkileri üzerine sohbet ederken de bu örneği verdim. Canlı yayına bağlanan birçok kadın "Bizim de evliliğimiz anlattığınız gibi, kocam aynı şekilde yaşıyor" demişlerdi.

Diyelim ki bir restorana gittiniz, karşı masada bir adam ve karısı oturmuş yemek yiyorlar. Ama sadece yemek yiyorlar, hiç konuşmuyorlar. Kurdukları cümleler sınırlı: "Tuzu verir misin, garsonu çağırır mısın?" Bu sahneyi çoğumuz görürüz. Ya da bir parkta bir çift sessizce oturuyorlar, hiçbir konuşma yok. İşte böyle bir hale geldik. Bu ilişkiler tamamen somut. Yani sadece yemek yemek gibi somut bir eylem yapılıyor. İçinde duygu yok, diyalog yok. Erkek somut hayatına çok fazla önem verip zengin olabilir. Ama asla koca olamaz.

Her erkeğin evde, her kadının da ev dışında bir uğraşı olmalı. Yoksa kadın eve sarar, erkek de paraya.

Size bir çalışma önereceğim, bunu erkekler kendilerine uygulasin. Eğer bu kitabı bir kadın okuyorsa siz de eşinize yapabilirsiniz. Bu çalışmanın sonunda erkeğin hangi duyguyu daha çok geliştirmesi gerektiği ortaya çıkacaktır.

Örnek Çalışma: Aklınıza gelen ilk eşya nedir? Bunu söyleyin. Bu aklınıza gelen eşya size neyi çağırıştırıyor? Ondan sonra yine aynı soruları tekrarlayın. En sonunda bir duygu ismi söyleyeceksiniz. İşte bu sizin en çok ihtiyacınız olan duygudur.

Örneğin:

Masa (bu sana neyi çağırıştırıyor?)

Sandalye (bu sana neyi çağırıştırıyor?)

Oturmak (bu sana neyi çağırıştırıyor?)

Ev (bu sana neyi çağırıştırıyor?)

Aile (bu sana neyi çağırıştırıyor?)

Huzur.....

Evet, buna ihtiyacın var ve huzur için gerekenleri yapmak zorundasın.

Erkeğe, sen yeterlisin, hayatta sana ihtiyacım var diyen ve onu gizlice yöneten kadınlar eşlerine her istediğini yaptırabilirler.

Eğer, bir kadın evlilik hayatında zamanla kocasına "sen yetersizsin" mesajını dolaylı olarak gönderiyorsa, erkekte öfke ve kıskançlık artar. Başka kadınlara bakmaya başlayabilir.

Eğer, bir kadın evlilik hayatında zamanla kocasına "sana ihtiyacım yok" mesajını dolaylı gönderiyorsa, erkekte nefret ve stres artar.

Gönlümün Konuğu

Bakın sevgili dostum ne diyor!

50 yaşına da gelse, evlense de, annesinin şımarık, hâlâ ilgi bekleyen, şefkat isteyen çocuğudur erkek. Kafasında başka erkeklerle rekabet düşüncesi pek yoktur, varsa yoksa futbol, gezmek, araba ve bayanlar... Ben erkeklerin aslında çok saf olduklarına inanıyorum, çünkü çok düz bir mantıkları var, kandırılmaları kolay. Akıllarında keskin viraj yok. Keskin virajda uçup giderler. Biraz ilgi, biraz şımartılmak bam telidir erkeklerin. Bilginize :)

Okan Aytekin
Bilgisayar Mühendisi

Yumurtalıksız Erkekler

Günümüzün en büyük problemi iletişimsizlik... Sağımız solumuz, yanımız, arkamız yalnız erkek ve kadınlarla doldu. İki kişinin olduğu her ortamda artık kadın erkek ilişkileri konuşulur durumda. İnsanlar karşı cinsle ilgili olumlu düşünceleri yerine şikayetlerini arttırdılar. Şikayet ettikçe itmeye başlar olduk karşı cinsi. Tahammül azalmaya başladı. Artık sana ihtiyacım yok, cümlesini her yerde duyar olduk. Bu insanları yalnızlaştırdı.

Yalnız olmanın tek sebebi anlaşılmamak. Yıllardır kadın-erkek ilişkileri üzerine çalışmalar yapıyorum, binin üzerinde kadınla tanıştım ve büyük bir çoğunluk hep erkekler tarafından dışlandıklarını ifade ediyorlar. Aslında dışlanma hem erkekte hem de kadında olmaya başladı. Yalnız farkında olmadığımız ciddi bir süreç var. Erkek ve kadın bu kadar dışlanma psikolojisine şöyle bir cevap buldu: "Artık sana ihtiyacım yok, sen olmadan da hayatımı sürdürebilirim." Bu cevap kadına ve erkeğe cinsel özgürlük sınırlarını aşmaları gerektiği mesajını verdi. Artık Türk toplumunda bir değer daha kaybolmanın eşiğine geliyor. İlişkiye ihtiyacı olmadığını düşünen birey, cinsel yaşamı göz ardı edemeyeceğini fark etti. Birliktelik olmadan cinsel ilişkiye girebilmek için ise cinsel özgürlük kavramını oluşturmaya başladı.

Aynı zamanda erkeklerin evlenme yaşlarını uzatmaları da kadına duyulan güvenin, ihtiyacın azalmasından kaynaklanmakta.

Kadın ve erkeğin birbirine güvenmediği ortamlarda cinsellik artar ve bu artış için güven değil, ilk önce beğeni gerekir.

Kadın da doğasından gelen çocuk doğurma isteğine erkekten cevap alamayınca, korunuyorum yalanıyla erkeğin haberi olmadan hamile kalmaya başladı.

İşte bu bir erkek için inanılmaz kaygılı bir süreç. Çünkü erkek için kadının hamile kalması ve bir çocuğun dünyaya gelecek olması aslında istenilen bir başarı yoludur. Kadının erkeğin isteği dahilinde hamile kalması erkek için inanılmaz bir haz veren ve kazanma dürtüsü yaratan bir durumdur. Ne diyelim, bu duruma düşen erkeklere de Allah kolaylık versin.

Ana konuya dönersek, iletişimsizlik...

Kadın ister ki, beni anlayan, her şeyi paylaşan, bana değerli olduğumu hissettiren bir erkek olsun. Ama bu yüzyılda, erkek Hint kumaşı durumunda. Bu kadar egosu yükseltilen erkek kadına değer vermeyi, onu anlamayı, paylaşmayı başaramıyor. Çünkü libidinal enerji "top" yapmış durumda. Bu enerji arttığında ve kontrol dışına çıktığında erkek için iletişim sıfırlanmaya başlar çünkü öncelik anlamak değil cinsel olarak tatmin olmaktır.

Osmanlı döneminde, prostat tümörüne yakalanan erkeklerin yumurtalıkları alındığında erkekte cinsel istek tama'men ortadan kalktığı için, kadınlarla cinsel uyarılma olmadan sohbet etmeye, daha fazla vakit geçirmeye başlarmış. Şimdi de aynı yöntem hâlâ uygulanmakta. Bu yöntem maruz kalan bazı erkekler topluma bunu belli etmemek için daha çok yaşça küçük kızlarla evlenerek durumun iyi gittiği mesajını vermeye çalışıyorlar.

Aslında bir kadın için inanılmaz güzel bir durum olsa gerek. Hemen hemen tüm kadınlar için erkeklerin işi gücü seks, cinsellik. Diyelim ki tüm erkeklerin yumurtalıkları alındı, düşünsenize ne olur? Artık erkekler ve kadınlar inanılmaz bir iletişim içine girebilirler. İnanın bu operasyondan sonra kadınların gün sohbetlerine giden evli erkekler bile biliyorum. Yani kadınlar eşleriyle iyi bir dost, kaliteli iletişim kuran bir arkadaş olabilmek için bu durumumu bekleyecekler. Zor, gerçekten zor. Ama önemli olan böyle bir duruma düşmeden

iletişimi etkili hale getirebilmek. Bunun en önemli yolu ise erkek ve kadının farklılıklarını tanımlarından geçer. Bir kadın kocasının iletişim dilini iyi yakalamalı ve erkeğin en büyük heyecanın ne olduğunu bilmeli. Bir erkeğe eşi, "sana ihtiyacım var" mesajı verdiğinde erkek hareketlenmeye ve kendini güçlü hissetmeye başlar. Şu dönemde artık birçok kadın eşlerinin gözlerine "sana ihtiyacım yok" mesajını vererek birlikteliklerini sürdürüyorlar. Kadının en çok yaptığı davranış ise, evlendiği adamı sürekli değiştirmeye çalışmaktır. Erkek bunu hissettiği zaman kendisini işe yaramaz, değiştirilmesi gereken ve hatalı biri olarak algılar. Bunu erkeğe hissettirmeden yapan kadınlar erkekler için çekici kadın oluyorlar.

Bir erkek ise, kadının iletişim dilini öğrenmeli ve onu tanımalı. Kadının en büyük enerji noktası paylaşımıdır. Hislerini ve düşüncelerini paylaşabildiği yerlerde kendisini değerli hisseder. Ama erkeklerin çoğu duygularını dışa vuran kadınlara akıl vermeye çalıştıkları için kadınlar kendilerini değersiz hissetmeye başlar. Kadınlar paylaşmak isterler ve bu yüzden erkeklere çok konuşuyormuş gibi gözükürler. Paylaşımı gerçekleştiremeyen kadın bir süre çok fazla ısrarcı olabilir. Ama bu süre bir zaman sonra suskunluğa dönüşür; işte artık tehlike çanları çalıyor. İnanın teknoloji ve internet birçok kadın için ilgi doyumunu sağlıyor.

Kadın değerli olduğunu hissetmek için internette sadece sanal ilişkiler yaşayarak tatmin oluyor.

Çoğunlukla erkek ve kadın arasındaki iletişim komik bir hal almaya başlıyor. Bir taraf kendini ifade etmede diğer taraf ise anlamada zorlanıyor. Bu durum genelde belli dönemlerde kendini gösteriyor. Bu dönemin adına "ben" dönemi diyebiliriz. Çünkü kadın ve erkek "biz" dilini yakalayamadığında ben dili ile konuşmaya başlar. Birçok ilişki biz dilini yakalayamamıştır.

İlişkiler: Ben +. sen = biz — ben & sen şeklinde olmalı.

Gerçek şu ki; erkeklerin, çoğu biz sürecine gelmekte zorlanıyorlar. Ama bunu da bu hale getiren yine aileler oluyor galiba. Ah o erkekleri yetiştiren kadınlar, bakın onları ne hale getiriyorsunuz, sonra da başka bir kadına paketleyip veriyorsunuz.

Aslında erkek ve kadında kalıtsal geçişler, psikolojik yaşam tekamülleri, inançlar, misyonlar çok önemli.

Daha anne karnında cinsiyet öğrenildiği zaman duygular alevlenmeye başlıyor. Bir kadın erkek çocuğu doğuracağını anladığı anda inanılmaz duygular yaşamaya başlar. Erkek çocuk doğurmak üstünlük göstergesidir. Bu genlerden geliyor. Kocaların erkek babası olma psikolojileri bir zafer kazanmanın verdiği haz gibidir. Erkek adamın erkek çocuğu olur gibi söylemler buradan gelir. Babaanne adayları için oğullarının oğlu ceviziçi kadar değerlidir. İşte tepelere çıkartılacak bir erkek daha dünyaya gelmek üzeredir. Çoğu babaanne adayları erkek torunlarına hamile olan gelinlerine içten içe güvensizlik duyarlar. Çünkü ciddi bir rakip olmuşlardır. Erkeğin iyisini kendisinin doğurduğunu düşündüğü için gelin doğursa da iyi bakamayacaktır.

Doğumdan sonra bir yaşına kadar anne erkeklikten çok bir canlıyı dünyaya getirmenin hazzını yaşar. Bu dönemler babalar için kaos dönemidir. Erkek babası egoları şişerken kadınlarından uzak durma dönemleri de başlamıştır artık.

Ama çoğu baba; "Oğlum benim, nasıl da emiyor annesinin memesini" demeye başlar. "İç oğlum iç, yarasın. O göğüsler bir benim, bir de senin..."

Anne sütü erkek çocuklarını kadına değil, anneye bağlar. Yani anne sütü içmeyen erkek bebeklerde anne bağlılığı problemleri oluşabiliyor.

Bazı erkekler eşlerinin doğumlarından sonra süt kesilmeden ilişkiye girdiklerinde problem yaşayabiliyor. Eğer göğüsten süt kesilmemişse, erkek cinsel ilişki sırasında göğüsten gelen sütle karşılaştığında bilinçdışında kendi anneleri ile eşlerini özdeşirebiliyorlar. Bu sürece dikkat etmek önemlidir.

Süt kesildikten sonra ya da çocuk 2 yaşına geldikten sonra da meme vermemek en doğrudur. Artık çocuk anneye değil bir kadınla baş başa kaldığını fark edebilir.

Kadın ve Erkek Bir Gününü Nasıl Anlatır?

Daha ilk seanslarımda çok etkili bir farkındalık çalışmasını gelen çiftlere uygulamaya başlamıştım. Ama nerden bilebilirdim ki bu çalışma tüm erkeklerde ve kadınlarda aynı sonuçları doğuracak. 2009 senesinde Pilotlar Vakfı'nda küçük bir kadın grubuna ilişkiler üzerine eğitimler verdim. Eğitimde kendilerinden bir günleri anlatan bir yazı istediğimde uzun uzun, ayrıntılı yazılar aldım. Aynı çalışmayı farklı erkek gruplarına yaptırdığımda elleri boş geldiler. Aşağıda birebir seanslara aldığım çiftlere uyguladığım çalışma örneğimi okuyacaksınız.

Çalışma şu:

Gelen çiftlere bir günlerini nasıl geçirdiklerini anlatan bir günlük yazmalarını istedim.

Hem erkek hem de kadın bir dahaki seansa bu yazıları getirecekler ve ben onlara kendileri ile ilgili farkındalıklar sağlayacağım. Ama bu, kişisel farkındalıkların dışında inanılmaz bir farkındalık daha yatıyordu.

Aslında her şeyin nedeni fark ettiğim şeydi.

Kadın başka düşünür erkek başka, kadın başka konuşur erkek başka, kadın başka beğenir erkek başka, kadın başka ağlar erkek başka, kadın başka sevişir erkek başka, kadın başka hastalanır erkek başka, kadın başka doğar erkek başka ve kadın başka ölür erkek başka...

Şimdi birkaç çiftin günlüğünü sizinle paylaşacağım.

Sibel'in bir günü

Bu sabah erken kalktım çünkü geç kalkınca tüm işlerim kalıyor. Gören de iş kadını sanacak. Ama çalışan kadından daha yoğunum desem yeridir.

Bugün Okan'a yetişemedim, toplantısı olduğu için çok erken gitmek zorunda kaldı. Genelde haftada üç günümüz böyle.

Bazen düşünüyorum, işine verdiği değer yarısını bana verse... Şimdi tam bir işkolik oldu. Allah'ım beni istemediği için mi bu kadar yoğun çalışıyor! Yok canım, o zamanki şartlar ile bu zamanki şartlar aynı mı? Ekonomi ne durumda baksana.

Kahvaltı yaptıktan sonra bir anda evlilik fotoğraflarımıza bakmak istedi canım. Kahveni yaptım, açtım albümü, başladım incelemeye. Genelde hoş bir tebessüm olurdu yüzümde ama bu sefer sadece üzüntü hissetmeye başladığımı fark ettim. Neden, neden?

Sonra sıkıldım, bıraktım.

Akşam için Okan'la program yapmıştık. Başbaşa evde yemek yiyecektik. Bu akşam sofraya mükemmel olmalı. Onun en sevdiği yemekleri yapmak için alışverişi çıktım.

Etini çok sevdiği bir kasap var. Adam memleketten getiriyormuş etleri. 70 yaşında ve hâlâ çalışıyor, helal olsun. Bir de karısı var, nasıl bir evlilik, nasıl mutlular inanamıyorum.

Neyse, alışverişi bitirdim, öğleden sonra evde başladım yemekleri yapmaya. Aslında bundan da sıkılıyorum, kendimi sadece yemek yapan, ev temizleyen bir kadın gibi hissetmeye başladım. Ama öyle değil miyim? Öyleyim.

Okan da kavga ettiğimizde bana sürekli: "Ne yapıyorsun ki sen?" der.

Çalışsam mı acaba, evet kadının maddi özgürlüğü olmalı. Annem derdi: "Kızım erkeğe muhtaç olduğunu hissettirmeyeceksin. Yoksa boşlar durur seni, gider başkasına bakar."

Kesin Okan da öyle, kesin başka biri var.

Offff, derin nefes almalıyım: 1, 2, 3...

Akşam üstüne doğru yemeklerim hazır. Bir ara öyle kaptırdım ki şu yarışma var ya; yemekteyiz, onda yarışmacı gibi hissettim.

İnanın, Okan bana bunu hissettiriyor. Sürekli eleştirip eleştirip duruyor yaptığım yemekleri.

Okan bu akşam geç gelecek ama dünden söyledi bana. Fenerbahçe'nin maçı vardı, onu seyredip gelecekti.

Tabi bunlar bana zaman kazandırdı. İlk defa dışarıda maç seyretmesi beni mutlu etmişti.

Allah razı olsun, terapistimiz bu ödevi vermese hayatta Fenerbahçe maçı için sevineceğim aklıma gelmezdi.

Masaya mumları koydum, geçen sene zorla hatırladığı doğum günümde aldığı mumları koydum masaya. Bu da ayrı bir konu, insan karısına neden mum alır? İlk gördüğümde sinirlendim ama sonra dedim; kesin romantizm istiyor.

Saat 10.00 gibi eve geldi. Üstü leş gibi sigara kokuyordu. Doğru duşa girdi. Ona bıraksan nerde, duşa falan girmeden oturur masaya. Bu erkeklerin hiç saygıları yok, hiç ince değil, insan karısı ile baş başa yemek yiyecek. Buna bari özen gösterin yaaa!

Sonra masaya geldi. Saçlarımı, makyajımı yapmış ona bakıyorum. Bana dedi ki: "Ne bu halin, bir yere mi gideceksin?" Şeytan dedi, geçir masayı kafasına. Neyse, derin bir nefes aldım.

Ya adam sadece yemeği yedi, sorularına yarım ağızla cevap verdi. Hiç hoşnut gözüküyordu.

Bir ara elini tutmak istedim, parmak uçları buz gibiydi. Yoktu artık o sıcaklık. Belki de duş sonrası soğukluk diye düşündüm ama Okan gerçekten bana soğuktu artık. Bunu kabullenmem lazım, beni sevmiyor, sevmiyor, sevmiyor. Çünkü bana değer vermiyor.

Ona dedim ki: "Bak bugünü ve yaşadıklarını yazacaksın, unutma! Terapistte vereceğiz." Ne dedi biliyor musunuz: "Bu yaştan sonra ne ödevi ya, sabah yazarım işyerinde."

İş te bu kadar değer veriyor. Yok yok, bu adam beni sevmiyor, yoksa başkası mı var. Neyse, uyumam lazım.

Okan'ın *bir günü*

Sabah işe gittim. Öğlen toplantım vardı, yoruldum. Akşam Fener'in maçı vardı, arkadaşların yanına gittim. Fenerbahçe yenildi. Sonra eve gittim, Sibel yemek yapmış. Yemek yedik. Uyuduk.

Sakın "Erkekler öküz işte" ya da "Kadınlar ne kadar duygusal" gibi yorumlar yapmayın.

Başka bir danışmanlığımda ise Özlem hanım ile Emir beyi ağırladım. Bana ne getirdiklerini sorduğumda; Özlem hanım çok güzel bir yorum yaptı. "Bizim artık heyecanımız kalmadı. Artık ilişkimizden de tat alamıyoruz." dedi. Beş yıllık bir ilişkileri vardı. İlerisi için evlenme planları yapan bu çift evlilikten korkar hale gelmişlerdi. Bu heyecansızlık ve mutsuzluk onları korkutuyordu. Özlem hanım seansta daha aktif bir tablo çiziyordu. Emir bey genelde onay veren daha kısa ve net cümleler kuruyordu.

Seans bitimine doğru, kendilerine bir ödev verdim. On gün içerisinde bir günü kendilerine ayıracaklar ve birkaç gün öncesinden bir plan yapıp baş başa vakit geçirecekler. Telefonlar kapanacak, iş ve diğer başka konular konuşulmayacaktı. Bununla birlikte o gün içinde neler yaptıklarını ve hislerini bana yazıp getirmelerini istedim.

Buyurun siz de okuyun Özlem ve Emir çiftinin günlüklerini:
Özlem'in günlüğü:

İkimizin de kendi işimiz olduğu için beraberce hafta içi bir program yapmayı kararlaştırdık. Genelde hafta sonunun kalabalığı Emir'i çok rahatsız ediyor. Planımız şöyle idi; sabah boğazda kahvaltı yapıp, doğru Ağva'ya öğlen yemeğe gideceğiz, biraz yürüyüş yapıp akşam üstü İstanbul'a dönüp birkaç dvd alıp evde baş başa seyredeceğiz, sonrası malum.

İnanın bir akşam öncesi heyecandan uyuyamadım. Uzun zamandır kendimiz için plan yapmaz olmuştuk sadece iş konuşuyorduk. Sabah erkenden kalktım, Emir hâlâ uyuyordu. Bu bile canımı sıkmaya yetti sabah sabah. Önemsemediğini düşünmeye başlamıştım ki ben banyoda iken o da kalkmıştı. Sonra kızdım kendime, hemen de yargılıyorsun diye. Ben hemen hazırlanmadan bilgisayardan güzel bir müzik açtım, şu sıralar Candan Erçetin dinliyorum, açtım sonuna kadar. Spor kıyafetlerimizi giyindik ve Emir'in arabasıyla yola çıktık. İçimden inşallah telefonunu kapatmıştır eliyordum, ben yanıma bile almadım ama ona sürekli söyledim "Ben telefonumu evde bırakacağım" diye. O ise "Ne gerek var, kapatıp yanımıza alalım ne olur olmaz" dedi. Belki de haklıydı, bilemiyorum ama ben almadım.

Neyi fark ettim biliyor musunuz? Uzun zamandır ne giydiğime dikkat bile etmiyormuş ama bugün üzerime giydiğim tişörtü değiştirmemi söyledi. Çok hoşuma gitti bu. Yanıma Candan'ın CD'sini de aldım. Yolda romantik şarkılar dinleriz diye. Araba da tam CD'yi koyacakken elimden aldı, torpidoya koydu. Allah'ım yine mi derken

direkt slow müzik çalan bir radyo kanalı açtı. İnanılmaz mutlu oldum. Sanki benim için her şeyi planlıyormuş gibi geldi. Kendi kendime bfrak kendini 'Özlem bugün çok güzel olacak.' dedim.

Aslında bunu bilerek yaptım hiç sormadım yolda nereye gideceğiz diye. Çünkü en büyük sorununuz bu oluyordu. Ben nereye gidelim dediğimde: "Bilmem sen bilirsin," derdi hep. Bu da beni uyuz ediyordu inanın. Beni İstinye'de çok güzel bir yere götürdü. O yer bakarken ben bir lavoboya gittim, makyajıma bakmaya. Geldiğimde benim için her şeyi söylemişti bile. Neyse kahvaltımız bitti ama uzun uzun sohbet ettik, çok keyifliydi.

Ağva'daki yeri bir gün öncesinden ayırmıştık. Doğru yola çıktık. Bir ara iş ile ilgili sohbet etmeye kalktı hemen konuyu değiştirdim. Yol boyunca slow radyoyu dinletti bana. Çok hoştu, çok rahatladım, başımı omzuna koydum ve gözlerimi kapattım. Genelde kızardı, rahatsız olurdu, kaza yaparız falan derdi ama bu sefer hiç sesini bile çıkarmadı. Ağva'da otele geldik. Öğlen yemeğimizi otelde yedik, sonra yürüyüşe çıktık. Ben tabi yürüyüş kıyafetlerimi arabaya koymuştum, Emir neyle geldiyse onla yürüyüşe çıktı. Elele uzun uzun yürüdük. Ne kadar çok şey konuşmamız gerekiyormuş onu fark ettim. Ağva'yı bilir misiniz, dere kenarında butik oteller vardır. İskelelerden küçük kanolar kiralananır. Zor ikna ettim Emir'i, bir tane kiraladık. On-on beş dakika sonra yağmur çiselemeye başladı. Ben inanılmaz keyif aldım ama Emir: "Sucuk olcaz, hadi otele," dedi.

Otele gidip bir şeyler içtik. Sonra İstanbul'a yola çıktık. Ben akşam seyredeceğimiz filmlerin planlarını anlatırken, Emir; - Ben çok yorulduğum onu da başka akşam yapsak olmaz mı, dedi. Ama ikna ettim. Ne garip değil mi? Sürekli ikna etmeye çalışıyorum onu. Aslında ikimizde zevk alacağız yani kendim için değil ya.

Ben aşk filmi isterken o da macera-polisiye istedi. Orta yolunu bulduk iki tane aldık. Bir aşk filmi birde polisiye. Bu arada, dönerken yol boyunca durgundu biraz. Galiba, yaptığımız şeyler düşündürdü onu. Ne kadar ihtiyacımız olduğunu fark etti bence, umarım bu

düşüncelerini size yazar. Çerezleri, içecekleri masaya yerleştirdim, girdim dizinin dibine.

Beni kırmadı ilk önce aşk filmini koyduk ama gözlerim kapana kapana başladık izlemeye, omzuna başımı koydum, bir ara dalmışım uyandığımda film bitmişti. Bana: "On kere uyan dedim kalkmadın, bak diğer filmi koyacağım," dedi. Kıramadım ben de, gözlerimi açtım, başladım onunla seyretmeye. Bir ara filmi dondurdum ve gözlerinin içine bakıp: "Hadi birbirimize karşı neler hissediyoruz gözlerimize bakıp söyleyelim," dedim. Rengi attı bir anda, sanki matematik formülü sormuşum gibi baktı bana. İstemedi tabi. Ama ben başladım ne hissediyorsam anlattım, şimdi bunları yazamam, bir-iki sayfa sürer. O bir cümle söyledi ama her şeyi anlattı:

"Seni seviyorum"

Emir'in günlüğü

Sabah burnumun içine giren bir sinekle uyandım. Elime geçen tişörtle sineği burnumda ezdim. Meğer tişört Özleminmiş, sinek ölüsü tişörtün sırtına yapışmıştı. Arabaya bindik, teyp bozuktu sadece radyo kanalı çalışıyordu. Sahilde ilk gördüğümüz yerde kahvaltı yaptık. Yola çıktık, Özlem klasik, başladı konuşmaya ama omzuma başını koyunca uyudu, ben de ses çıkarmadım. Ben gizlice telefonumu açtım, birkaç mesaj gelmişti işle ilgili. O ara baya dalmışım Özlem sinirlendi. Film aldık, ama o ilk filmde uyudu. Ben de filmin bittiğini söyledim. Aslında 5 dakika falan dalmıştı. İkinci filmi seyrettik. Yine aynı şeyi sordu, birbirimizle ilgili konuşalım dedi. Ama ben yolunu buldum, ona o iki cümleyi söylüyorum hep: "Seni seviyorum" Ama dün akşam bu onu daha da mutlu etti. Galiba filmi beğendi.

Gönlümün Konuştuğu

En yaramaz arkadaşlarımdan desem, iş hayatımdaki en büyük tartışmalara ve en güzel işlere onunla imza attık. Her tartışmada biraz daha yakın dost olduk. Çünkü daha çok tanıdık, iyi ki tanıştık, teşekkürler...

Bir kadın, bir erkek... Eğer hayata bir kadın olarak gelmişseniz sakın dert etmeyin, hayat size düşse kalka ayakta durmayı çok iyi öğretiyor. Bir erkeğin sizi sizin kadar anlayabilmesini asla beklemeyin çünkü kadınlar Venüs'ten, erkekler Mars'tan değil de her iki taraf farklı galaksilerden geliyor bence. Her erkek aldatır! Onların doğasında çoğalmak, bizlerin doğasında ise bağlanmak vardır. Bu yüzden onlara kızmayın, ne yazık ki öyle programlanıyorlar. Hayatta dibe vurmazsanız asla yukarı çıkamazsınız. Sadece diplerde yüzersiniz. Kendinizi dibe vurun, acı mutlaka çekilecek. Bu kaçınılmaz bir son, ama her fırtınadan sonra güneş açar demez mi büyükelimiz? Hiçbir aşkın sonu güzel bitmez, onu masallarda prensesler ve periler yaşar. Bize çocukluğumuzda böyle öğrettikleri için biz hep inanırız istemeden. Siz güzel bitmeyeceğini bilerek başlayın her ilişkiye, sonra çok da fazla üzülmezsiniz. Herşey mükemmel olsa da bir gün ya o ölecek ya da siz değil mi? Son olarak, gerçek aşkı bulduğunuza inanıyorsanız peşini asla bırakmayın! Çünkü aşk bir daha kapınızı hiç çalmayabilir. Hayatın gerçeği onlarla da yaşamayız, onlarsız da... Ya kabulleneceksiniz ya da kendinize yetmeyi bileceksiniz...

Ceren Kasar - Profilo AVM Halkla İlişkiler Sorumlusu

Kadınlar Çok, Erkekler Az Konuşur

Ne kadar kelime üretirsek beynimiz o kadar çok çalışır ve gelişir. Konuşurken, kelimeler sol beyinden, kelimelerin anlam ve duyguları ise sağ beyinden çıkar. Yani insan konuşurken hepsinin ortak çalışması gerekmektedir. Kadınlarda bu işleyiş, erkeklerle kıyaslandığında üstünlük gösterir. Kitabı okuyan herkes hak verecektir ki ;kadınlar canları sıkıldığında sorunlarını konuşarak çözmeye çalışırlar. Kaygı ve sıkıntı yaşadıklarında konuşacak birilerini isterler. Hemen kendisine en yakın gördüğü birilerini arayarak kendisini rahatlatır. Yüksek sesle düşünürler. Özellikle bir şey arıyorlarsa sesli ararlar. Evli çiftler çok yaşarlar. Erkek sabah işe giderken bir eşyasını arıyorsa evin içinde dolaşır durur, kadın sürekli sorar:

Ne arıyorsun?

Hımmm.

Ne arıyorsun söylesene!

- Arabanın anahtarlarını.

Kadının cevabı erkeği şoka sokabilir

- Nerde biliyor musun, yatak odasındaki çekmeceli küçük dolabın üstünde ama kitaptan gözüküyor olabilir. Gece biraz kitap okudum, yatarken üstüne koymuşummrn.

Bu cevap erkek için çözülmesi zor bir durum. Çünkü o kadar çok ayrıntı var ki, erkek ikinci bir soru sormak erkeğe işkence olabilir. Halbuki bu kadın için normal bir durum. Kadınların bildiklerini paylaşma eğilimleri sürekli konuşmalarını sağlar. Aslında bu çok

kazançlı bir durumdur. Erkeklerin ise genel eğilimleri ise bilgileri aktarma halidir. Genelde düşündüklerini dillendirmeyen erkekler, kadınlar için anlaşılabilir hale gelebilirler. Yıllarca babamın anneme: "Benden çok yaşayacaksın." dediğini duydum. Annem ne zaman babama: "Şunu yapalım, buraya gidelim." dese, Babam hep önceden düşündüğünü söylemiştir. Belki de babam durumu kurtarıyordu sürekli, bilemiyorum. Ama annemin pek inandığını söyleyemem.

Özellikle büyük marketlerde erkek ve kadın davranışlarına çok dikkat ederim. 2 sene boyunca Prestige Mail AVM'de danışmanlık yaptım. 52 mağazayı gün içinde gezme imkanım oldu. Alışverişe gelen erkeklerde gözlemlediğim, ihtiyaçları olan ürüne yanaşıp uzunca zaman ürünle vakit geçirirler. Bende bu ürünü anlama çabalarından kaynaklanıyor. Kadınlar ise bir mağazaya girdiklerinde hemen hemen tüm ürünleri hızlıca inceleyebiliyorlar. Kadınlar etraflarındaki erkeklerden çok çabuk enerji alırken, erkeklerin enerji kanalları o kadar açık değildir. Kadınlar bir eşyaya, kıyafete veya bir konserveye bile baktıklarında o ürünle ilgili en az 7 bilgiye sahip olana kadar bakmaya devam ederler: Ürünün ne olduğu, ürünün markası, ürünün rengi, ürünün içerikleri, ürünün estetik görünümü, ürünün çoğunluk tarafından kullanılıp kullanılmadığı ve ürünün fiyatı.

Bu iki farklı cinsin enerji alımları farklı olduğu için dışa yansımaları da farklıdır. Bu kadar fazla enerji alan kadın dışa aktarırken de çok yönlü ve uzun uzun anlatmak, konuşmak ister. Erkek ise genelde az konuşmayı tercih eder.

Eğer erkek aynı ürüne bakarsa onun ise en az 2 bilgiye sahip olması gereklidir: Ürünün ne olduğu ve ürünün fiyatı.

Örneğin yandaki resme bakan bir kadın ve bir erkeğin, resim ile ilgili neler algıladıklarına bakalım.



Kadın; resmin ne resmi olduğunu, içeriğini, temasını, neler çağrıştırdığını, anılarını, renklerini algılamak,

Erkek; ne resmi olduğunu, fiyatını algılar.

Ortaya iki farklı yorum çıkar. Bu bazen çatışma bazen de farklı bakış açıları kazandırdığı için yeni bilgiler öğretir. Gereken şey, uyum sağlamaktır. Sonuçları düşünen erkek için bir işin nasıl işlediğinden ziyade o işin sonucu beyni meşgul eder. Erkeklerin enerji aldıkları şeyler ile kadınlarınki aynı değildir. Erkekler, bir işin sonucunu düşünmeye başladıklarında genelde sessizliğe bürünürken, kadın ise daha farklı bir hale girmeye başlar. Mesela bir evli çiftin başka bir evli çift olan arkadaşlarına yemeğe gittiklerini düşünelim. Hepimizin yaşadığı olaylardır bunlar. Genelde kadınlar hemen bir araya gelirler. Kadınlarda otomatik bazı davranışlar vardır. Bulundukları ortamda hemcinsleri ile bir arada oturmak ya da yan yana durmak gibi... Araştırmalar kadınların bir arada iken dudaklarını beden dilleri ile

birbirlerine yaklaştırdıklarını gösteriyor. Bana göre bu davranış, daha fazla konuşabilmek için mesafeyi kısaltma isteğinden geliyor.

Erkek ise misafiriğe gittiğinde bir başkasına uzak olacağı mesafede durur. Az konuşmak işine geliyor gibi. İki erkek ilk önce işten, paradan sonra spordan daha sonra genel konulardan konuşurlar. İçerik olarak enerji aldıkları şeyleri konuştuklarını göreceksiniz.

Yarım saatte konuştukları konular şunlardır:

Erkekler:

- İşler nasıl?
- Maç sonucu ne oldu?
- Evin kaç taksiti kaldı?
- Arabayı nereden aldın?
- Bu yaz tatile gidilecek mi?
- Et mi yersin, balık mı?
- Çocuğun kaç senesi kaldı okulu bitirmesine?

Bu arada masada atıştırdıkları çerezler biter ve iki erkek birbirine bakar. Genelde sohbeti koltukta oturarak yapıyorlardır. Ev sahibi eşini çağırır ve çerezlerin bittiğini söyler.

Kadınlar:

• İlk önce her iki kadın da birbirlerinin dış görünüşlerini inceler ve dillendirirler

- Etin içine ne katıldı? Nasıl yapıldı?
- Evden memnun musun, alışabildin mi?
- Her iki kadının da geçmiş bir haftaları irdelenir.
- Her iki kadının da gelecek bir haftaları tasarlanır.
- Mahalleye yeni açılan dükkan hakkında yorumlar alınır, verilir.

- Çocuğun sınav sonuçları, okul hayatı, öğretmen ilişkileri irdelenir.

Bu konuşmalar sırasında misafir otururken, ev sahibi arada bir ayağa kalkıyordur. Sonra her ikisi de ayağa kalkar ve mutfığa giderler. Ne hikmetse bir anda her eylemi beraber yapmaya başlarlar. Birlikte dolaptan bardak çıkarır biri çay koyarken diğeri şeker koyar. Biri tepsiyi çıkarırken diğeri yerleştirir. Kadınlarda her şeyi birlikte yapma ihtiyacı vardır. "Dur yardım edeyim" cümlesini genelde kadınlar kurar. Mesela çerezleri biten bu iki kadın olsaydı ikisi birlikte mutfığa gidip, beraber çerezi doldurup tekrar salona geçerler. Bunu bir kadın arkadaşımınla paylaşmıştım bana çok komik bir yorum yaptı: "Misafir olan ev sahibinin mutfağını merak ediyordur da ondan..." dedi. Ne yani, yemek programlarının çok tutmasının nedeni bu mu yani?

Misafir olan çift, evden ayrılırlar ve arabalarına binerler. Arabadaki diyaloglarını inceleyelim:

Kadın:

- Evleri gerçekten güzel olmuş. Ama ne diye hemen araba aldılar ki. Çok zorlanacaklar. Şu çocuğun okulunun bitmesine az kalmıştı, en azından onu bekleselerdi ya. Daha çok ödemesi var galiba. Tam söylemedi ama hissettim ben. Üzülüyor insan. Neyse çok yedim yine . Geçen akşam maçta, biri yenilmiş, adam heyecandan bardakları kırmış. İnsan ne için yaşıyor ya, çalış ev için, çalış araba, çalış çocuklar nereye kadar.....

Eeee, siz ne konuştunuz?

Erkek:

- Hımmmm. Hiç, ordan burdari konuştuk. Arabayı Ataköy'deki galeriden almış. Balık iyi pişmişti.

Gönlümün Konuştuğu

Ülkenin en iyi plastik cerrahlarından oldu çocukluk arkadaşım. Hep kızardım ona, her maçtan sonra direkt evine gider, bizimle oturup başka oyunlar oynamaya kalmazdı. Ne kavgamıza ne aşklarımıza dahil olurdu. Duygusuz mu bu kadar derdim. Ama kitap için aradım, sen de yazar mısın dedim yıllar sonra. Yazdıklarını okuyunca anladım duyguların mantıkla yoğrulabildiğini:

Cambazlık, yani canınla oynamak değil mi zaten aşk dediğin?

Bir denge işi.

O seni dengelerken sen de onu dengeleyeceksin.

Düşmeden taşıyacaksın kendini ve onu.

Üstelik artistlik de var işin içinde.

"Ben yapamam" dediğin anda onun "ben yaparım" dediğini duyacaksın.

Hem ilham alacak, hem de vereceksin.

Hayat denen uzun ince yolda zaten ne yapsan cambazlıktır.

Ama bunu bir de sevgiliyle yapmak istersen bunun adı aşktır.

Hem kendi canınla oynamak, hem onunki ile...

Hem kendi sorumluluğunu taşımak, hem onunkini...

Risk alacak, emek verecek ve tadını çıkaracaksın.

Semih Bağhaki

Plastik Cerrah

2 sene bir alışveriş merkezinin eğitim danışmanlığını yaptım. AVM'lerde müşteri girişleri her gün sayılır. İnsanlar ana kapıdan ya da otoparktan girdiklerinde görünmeyen bir özel sistemle girişler sayılır. Kamera sistemi ile de giriş yapanları gözlemlenebilir. Ben daha çok ofisimde olmaksızın canlı canlı izlemek için AMV'de turlardım. Uzunca bir süre dikkat ettikten sonra erkeklerin giriş yaptıkları andan itibaren genellikle gitmek istedikleri mağazaya doğru ilerlediklerini, kadınların ise nereye gideceklerse gitsinler, tüm AVM'yi gezmeye çalışıp ondan sonra istedikleri mağazaya gittiklerini fark ettim. Aslında büyük hipermarketlerin de dizaynı genelde dışıdır. Mesela ekmek reyonu her zaman en arka, dip taraflara yerleştirilir. Çünkü ekmek almak için gelen kadınlar o andaki duygusal süreçten etkilendikleri için anında herhangi bir şeye ihtiyaç geliştirebilirler. Yalnız ilginç olan, kadınlar baktıkları her şeyden enerji alabiliyorlar. Mesela kadınlar bir ürünü incelerken o ürünün en az 5 özelliğinden enerji alırken, erkekler genelde ilk önce fiyatından, sonra da markasından enerji alırlar.

Her beyin kadın doğar, bazıları erkek büyür! Aslında her insan hayatına kadın beyniyle başlar. Dişi, doğanın başlangıç halidir. Ancak hamileliğin 8. haftasından sonra testosteron iletişim merkezine yayılır ve bu unisex beyni erkek beynine dönüştürür. Bu süreçte saldırganlık ve cinsellik hücrelerinde de artış görülür. Bu testosteron seli gerçekleşmezse kadın beyni değişmeden büyümesini sürdürür ve hücreler iletişim ve duygusal gelişim merkezlerinde yoğunlaşır.

Peki bu farklılaşma neleri etkiler? Nöro-psikiyatr Dr. Louanne Brizendine bu etkilerden bazılarını şöyle sıralıyor:

- * Kadınlar günde 20.000, erkeklerse 7.000 kelimeyle konuşur.
- * Seks düşüncesi bir kadının beynine gün aşırı uğrarken, erkeklerin neredeyse hiç aklından çıkmaz.
- * Kadınlar, erkeklerin hiç hatırlamadıkları kavgaları asla unutmazlar.
- * Bir erkek, karşısındaki insan ağlamadıkça ya da çok üzgün olmadıkça onun neler hissettiğini anlayamazken bir kadın ufacık bir mimik ya da bakıştan karşısındakinin ruh halini çözebilir. Erkekler bazen o kadar çok eşleri gibi düşünmek isterler ki... Ama yapamazlar. Yapamadıkları bu şeyler ilişkilerini bozmaya, yanlış anlaşılma kadar gider.

İşte siz de okudunuz, bilimsel araştırmalara göre erkeğin beyin gelişimi ile kadınının farklı ve bu farkın sonuçları daha da farklı. Testesteron hormonu kadında sağ loba yönelirken erkekte her iki loba yöneliyor. Bilirsiniz, iletişim ve duygu merkezleri sağ lobda olduğu için kadının o merkezlerini aktif ve yoğun çalıştırır. Düşünün, bir erkek kapasitesinde olan 5.000 kelimeyi genelde iş saatleri süresinde tüketsin. Hatta çok az kısmını geri dönüş yoluna ve eve bıraksın. Genelde bu sona bıraktıkları da belli başlı kısa cümleler olur.

Minibüse biner ve:

Bir Bakırköy!

Sağda indir.

Selamünaleyküm abi.

Eve girer.

Ne haber?

- İyi.

Ne yemek var?

Maç ne olmuş acaba?

Kahretsin yenilmişiz.

- Tuzlu olmuş.

Çocuk yattı mı?

Çay mı? Bir tane içirim.

Ben yatıyorum.

İyi geceler.

Şimdi bu erkek 5.000'i tüketmiş şekilde eve gelir. Evdeki kadında fazladan bir 10.000 kelime var. O da gün içinde 10.000'i tüketti sayarsak, ne yapacak bunlar? Biri çok konuşuyor gibi gözükecek, diğeri de çok susuyormuş gibi duracak. Ya hangisinde sorun bilim adamları? Bırakın ömrü uzatmayı da şu olaya bir bakın. Yaptınız araştırmaları ama çözüm yok. Zaten bilim adamları sadece araştırma yaparlar. Ve bizi bu araştırmalarla baş başa bırakırlar. Öğrendik de ne oldu. Ne erkeğe 5.000 katabiliyoruz ne de kadından 10.000 alabiliyoruz!

Balık Tutan Kadınlar

Bazen anda kalmak ister insan, ne geçmişi düşünmek ne gelecekle oylanmak isteriz. Beynimiz çok yorulduğunda yalnız kalmak, susmak hepimizin ihtiyacıdır. Erkekler de doğaları gereği yalnız kalmak, sessizlikte olmak isterler. Sahil kenarlarından geçerken hepimiz görmüşüzdür. Yüzlerce insan hatta yüzlerce erkek sıraya girmiş sessizce balık tutarlar.

Bir iş görüşmesi için Çubuklu'ya gitmiştim. İşim bitince sahile inip biraz yürümek istedim. Sahilde onlarca insan balık tutuyordu. Zamanım da olduğu için yanlarına gidip seyretmeye karar verdim. Boş bir yere oturdum. Birkaç dakika sonra yan tarafıma iki erkek arkadaş ellerinde olta ile geldiler. Onları seyretmeye başladım. Nasıl balık tuttuklarını, neler yaptıklarını fark ettiğimde şoka girmiştim. Sonra diğerlerini gözlemlemeye başladım. Bütün erkekler aynı şekilde davranışlar gösteriyorlardı.

Adları bilmiyorum ama bu iki arkadaş yan tarafıma gelip, yerleştiler. İlk geldikleri andaki dialoglar şöyleydi:

- İşte burası, burada takılabiliriz.

- Tamam.

15 dakika bir sessizlik... (Bu arada malzemeler hazırlanıyor.)

Her şey tamamladıktan sonra...

- Haydi bismillah.

- Hıhıhıhı.

Sonra taşın üzerine yan yana ellerinde olta ile oturdular. Arada bir birbirlerine bakıp sessizce mimikleriyle nasıl gidiyor gibi kafa salladılar.

Bir süre sonra oltalardan birinde bir hareketlilik oldu. Oltası hareketlenen adam ayağa kalktı ve bir şeyler yaptı ve tekrar oturdu. Bu arada diğer erkek çıkardı sigarasını, yaktı.

Ne kadar zaman geçti bilmiyorum ama birinin oltasına balık takıldı.

Heyecanla kalkıp.

- Heyyt beee! dedi.

2 saat gibi bir zaman geçti, zamanım kalmadığı için kalkmak zorunda kaldım ama ben oradan ayrılırken hâlâ konuşmuyorlardı.

Oltaya takılan balığın verdiği heyecan gibi, erkeklerin sorunlara çözüm buldukları anda enerjileri artar. Daha fazla konuşmaya başlarlar.

Lütfen kadınlar, balık tutan kocanıza: "Beni de balığa götür" gibi taleplerde bulunmayın. Yoksa sahilin halini düşünemiyorum.

Balık tutmaya gelenler iki kadın olsaydı ne olurdu?

Bu arkadaşların biri Yelda, diğeri Esin olsun.

Yelda: "Esin, bak tam şurası, geçenlerde de buraya geldik, burada balık çok."

Esin: "Tamam canım, sen kiminle gelmiştinki önceden?"

Bu arada hem konuşur hem de yerleşirler.

Yelda: "Burada tanıdığım bir kadındı."

Esin: "Ohhh yerleştik en sonunda."

Yelda: "Sen oltayı nerden aldın, ne güzelmış!"

Esin: "Ay sorma, bizim orda yeni açılan mağaza var ya, ordan ama çok fazla alışveriş yapınca hediye ettiler."

Yelda: "Baksana etrafa, ne kadar çok insan var."

Esin: "Evet, hadi sallayalım oltaları, bak şu tarafa doğru atalım, su hareketli biraz, balık çok olabilir."

Yelda: "Allah cezanı vermesin, su hareketli olunca balık mı olurmuş?"

Esin: "Ne biliyim ben, geçen tv'de Mehmet Öz demişti."

Yelda: "O adam da ne çok şey biliyor, dünyanın her yerinde, çok beğenerek izliyorum."

Oltaları atıp otururlar.

Esin: "Çıkarsana termosu çay içelim, bende de diyet bisküvi var."

Yelda: "Oltaları ne yapcaz? Neyse şu çıkıntıya tutturalım."

Esin: "Ayyyyy ayyyyy, valla balık, baksana."

Yelda kendi oltasını bırakır, ona yardım etmeye başlar.

Esin: "Bu ne?"

Yelda: "Hamsi."

Esin: "Kız bu kime yeter? En az bir kilo tutacaksın ki akşama yemek olsun."

Yelda: "Boş ver, akvaryuma koyarız."

Kadın İsterse

Bizim toplum bana göre "Kadın İsterse" mesajını yanlış anladı ve erkeksiz yaşama "evet" demeye başladı. Modern olma isteğini bu kadar çarpıtmanın sağlayacağı menfaat ne olacak merak ediyorum.

- Kadın İsterse, erkeksiz de yaşar.
- Kadın İsterse, maddi anlamda erkeğe ihtiyaç duymaz.
- Kadın İsterse, babasız çocuk büyütür.
- Kadın İsterse, sperm bankasından döl alır.
- Kadın İsterse, her yaşta koca bulur.
- Kadın İsterse, cinsel özgürlüğünü alır.
- Kadın İsterse, erkeğini döver.
- Kadın isterse, erkeksizde yaşar.

Bunları çoğaltmak mümkün. Ama sonuca bakın, "erkeğe ihtiyaç yok" mesajı Batı'nın 3. tür dediği eşcinselliği arttırmaya başladı. Erkek gibi kadınlar, kadın gibi erkekler her yerde. Sosyal yaşam ve kültür, genetik geçişlerden daha etkili. Bize böyle yaşamamız emrediliyor ve biz de sorgulamadan kabulleniyoruz. Çünkü toplum günlük kazançların peşinde. Anlık ihtiyaçlarımızı karşılamak için öngörülerimizi ve değerlerimizi yitirdik.

Aşağıda uzun süredir köşe yazarlığı yaptığım Genç Gelişim dergisinden bir yazımı sizinle paylaşıyorum:

Artık Düşünmeye Gerek Yok

Siz hâlâ hayatınızdaki kararları alırken, özgür olduğunuzu mu düşünüyorsunuz? Bence yanılıyorsunuz çünkü beyniniz artık size hizmet etmiyor. Artık insanları yöneten büyük bir beyin var ve hepimiz onun kölesi olmuş durumdayız. Ne yiyeceğimize, ne giyeceğimize, kimi sevip kiminle seviyeceğimize, hatta kuracağımız hayallere bile karar veren bir başkası.

Şimdi bu söylediklerim biraz garip gelebilir ama biraz düşünelim isterseniz.

Sabah uykunuzdan uyanıyorsunuz, kısa süreli bir esneme ile pencerenizin önüne geçiyorsunuz, amacınız havaya bakmak, belki de güneşi görmek. Perdeyi açtığınız gibi karşınızda koca koca reklam panoları ve size "Beni kullan rahatla" diye bir ürün.

Elinizi yüzünüzü yıkamak için banyoya giriyorsunuz ve banyodaki tün eşyaların üzerinde logolar... Ama hiçbirinin farkında değilsiniz çünkü hepsi bilinçaltınıza işlenmiş durumda. Kahvaltınızı yapıp işinize gitmek için kapıdan çıkıyorsunuz, işte beynimizi yönetenler iş başında, gözünüzün alabildiği her yerde bizi mutlu, başarılı yapacağına dair kesin konuşan reklam panoları, ilanlar...

Hani yıllar önce Matrix filminden sonra nasıl da ortalık siyah gözlüklü, uzun deri paltolu insanlarla dolmuştu. Hani 3 yıldır ortalık Kurtlar vadisi gibiydi. Şimdi bakın etrafınızdaki çocukların doğum günü partilerine, prenses olmak için yarışan kız çocukları, örümcek adam olmak için kavga eden erkek çocuklarıyla dolu.

Çünkü hepsi kendilerini bu şekilde mutlu edeceklerine inanıyorlar. Evde oturmuş aldığı DVD'yi izliyorsun. Tam adrenalinin yükseldiği esnada filmdeki baş karakterin kol saatini gözünün içine sokuyorlar. Arabayla hırsız yakalamaya çalışırken, sen bir anda kendini o arabada hayal ederken ve içinde ben orda olsam derken, bir anda adamın yan koltuğunda son çıkan bir labtopu gözüne sokuyorlar. Artık sen de anlıyorsun, benim güçlü olmam bu eşyalara bağlı.

Şimdi diyecekseniz ki saçma. Ama gençlerin birçoğu marka giyinmeyen yaşıtlarını aralarına almıyorlar. Yetişkinlerin birçoğu sırf arkadaşı aldı diye hiç ihtiyacı yokken evini eşya ile dolduruyor.

Hepiniz semt pazarlarına gitmişsinizdir. Lütfen bundan sonra gittiğinizde sebze reyonlarının birinin önünde durup, satıcıları dinleyin. Televizyondaki bütün bitki profesörlerinin isimlerini ve tavsiye ettikleri bitkilerin isimlerini bağırıyorsunuz. Yok öyle ninenin, dedenin söyledikleri; bak artık anlaşmalı proflarımız var bizim.

Cebinde biraz paranız var ama çok uzun süre kalmıyor nedense.

Lütfen kendimize gelelim. Sistem, halkın cebinde para bırakmamaya odaklı. İnanın çalışanların %90'ı maaşlarını görmüyorlar. Çünkü bankalar sağ olsun, kredi kartları sağ olsun. Sanal bir alemde yüzüyoruz. Dünyaya getirdiğimiz çocuklar iyi bir eğitim alsın isteriz hepimiz. Biraz paramız var ve diyoruz ki özel bir okula göndereyim. Ama nereye?

Bakın etrafınızdaki kolejlere, içinde okuyan birçok çocuk okulu için gönüllü kölelik, parasız mankenlik yapıyor.

Size açıkça bir gerçek. Bazı kolejler, bazı kurumcuklarla anlaşmış Türkiye genelinde herhangi bir spor dalında turnuva düzenliyor. Ama nedense bu okullar hep birinci hep birinci. Sonra o okuldan katılan öğrencilerin resimleri hiçbir telif hakkı ödenmeden 1 yıl boyunca her yerde gözümüze sokuluyor. En büyük tehlike ise kazanamayan ya da yarışmaya alınmayan diğer sınıf arkadaşlarına. Çünkü onlar

kendilerini yavaş yavaş geri çekmeye başlıyor. Kim istemez ki o resimlerde olmayı, harika değil mi?

Sen de "Aaa en iyi okul, bak her branşta birincilikleri var" diyorsun. İlk önce çocuğunu tanısan...

Bir tanıdığım anlattı, bu güzel ülkenin bir yerinde golf oynayan bir arkadaşı, bu sporda çok iyiymiş. Bir gün topu tam deliğine sokmuş. Bizimki de topu almaya yönelmiş, eğilmiş topu almış ve delikte ne görsün, bizim bankalardan biri deliğin içine reklamını koymuş. Ey insanlar, heyecanın, adrenalinin ve her türlü duygunun yoğunlaştığı anda beyin, gördüğünü ve duyduğunu hafızaya hızlı kaydeder. Harika değil mi?

İnanın 1 yaşından itibaren ne yiyip içeceğimize karar veriyorlar artık. Markete 2 yaşındaki oğlu ile giden bir kadın anlatıyor: "Markette giderken, istediği her ürünün önünden geçerken ağladı ve zorla aldırttı bana. Üstelik hepsi de televizyonda, gazetede reklamları olan ürünler." Yazık, bu anne kendi annesinin öğrettiği beslenme şeklini uygulayamayacak. Biz her sene bir ikoncan seçelim ve her sene erkeklerin %50'si bu ikoncanlara aşık olsunlar. Harika değil mi?

Artık kimse kimsenin karakterine bakmadan, ne hissettiğini düşünmeden, görüntülerine göre sevsin.

Yapılan bir araştırmada erkeklerde beğenilmeme korkusu başlamış. Çünkü dizilerdeki, kadınların bayıla bayıla izledikleri karakterler gibi olmak çok zormuş. Aslında gözümüzün feri sönmüş, dilimizde kelime kalmamış. Ben fırsat buldukça, yalnız bir şekilde İstanbul'u gezmeyi ve insanları gözlemlmeyi çok severim. Son 6 aydır gezirken daha önce pek dikkat etmediğim bir şeyi fark ettim. Sizinle paylaşmak istedim; eğer siz de böyle iseniz kendinizi toplayın.

Beyoğlu'ndayım, Nevzade'de bir köşede oturdum ve geleni geçeni izliyorum. Önümde üç kişi durdu ve karşıdan gelen iki kişiyi selamladı. Bir araya geldiler. Üç kişinin arasında bulunan bir delikanlı, karşıdan gelen iki kişiden bir tanesini arkadaşları ile tanıştırdı, diyalog şöyle:

- Aaa canım naberr?
- İyilik, sizden?
- İyi bizden de. Bak tanıştıyım, sana bahsettiğim arkadaşlarım.
- Merhaba!
- Merhaba!
- (Üç kişilik gruptan bir çocuk, tanıştığı kişiye) Nerden?
- Bağdat Caddesi.
- Süpermiş!
- Okul?
- Xxxxxxx
- İyimiş.
- Akrep burcu musun?
- Yok, Kova.
- Kova kafadır.
- Neyse, hadi kaçalım!
- Memnun oldum.
- Ben de ben de.

Harika değil mi? Adımızı bilmemize gerek yok. Belki çok iyi anlaşır evleniriz. Belki de çok güveniriz. Birbirimize sahip oluruz, sonra kafamıza sıkarız, son buluruz.

"Biliyor musunuz, Japonya'da bazı lise öğrencileri kafalarına Nike'ın logolarını kazıtıp, reklam paraları alıyorlar. Söylediklerine göre günde en az 2000 kişi gelip kafama bakıyor. Büyük bir firma Amerika'dan uzaya bir reklam çalışması hazırlığına başladı. Yakın bir zaman sonra dünyanın her yerinde gökyüzüne baktığımızda o şirketin reklamını seyredeceğiz, harika değil mi? Zaten ileride gökyüzü, güneş, doğa kavramını unutturacaklar. Çünkü daha sonra onların da reklam panolarını yapıp, izlememiz için bize satıp, seyrettirecekler. Allah'ın bize karşılıksız ve hizmetimize sunduğu her şeyi yavaş yavaş kaybedip sonra parayla satın alıyoruz. Kimse karşı çıkmıyor harika değil mi?"

TEST

Beyniniz Kadın mı. Erkek mi?

Beynimiz daha çok kadınsı mı erkeksi mi çalışıyor, bir bakalım. Aşağıdaki test beyninizin kadın mı erkek mi olduğunu size fark ettirecek.

Aşağıdaki testi çözerek, beyninizin kadınsı ya da erkeksi taraflarını ölçebilirsiniz.

- 1 - Biri üzüldüğü zaman sebebini anlayabiliyor musunuz?
 - A) Evet., hemen anlıyorum.
 - B) Hayır, genelde anlamıyorum.
- 2 - Otomobil alacak olsanız motor hakkında detaylı bilgi ister miydiniz?
 - A) Hayır.
 - B) Kesinlikle.
- 3 - İlişkileriniz sizin için ne kadar önemli?
 - A) Çok önemli.
 - B) Öncelik konusu değil.

- 4 - İş yaparken kolaya mı kaçarsınız?
 - A) Evet.
 - B) Hayır, kılı kırk yararım.
- 5 - İlk seferde bir konuyu anlamayan birine durumu 2 kez anlatmak zor gelir mi?
 - A) Çok kolay.
 - B) Çok zor.
- 6 - Ne okumayı tercih edersiniz?
 - A) İlişkiler hakkında romantik yazılar.
 - B) Somut gerçeklere dayalı makaleler.
- 7 - Biri sohbetinize katılmak istiyor, ne hissedersiniz?
 - A) Buyursun gelsin.
 - B) Rahatsız olurum.
- 8 - Harita okumanın sizin için zorluk derecesi nedir?
 - A) Çok zor.
 - B) Çok kolay.
- 9 - Sosyal ortamlarda ne hissedersiniz?
 - A) Rahat olurum.
 - B) Bir an önce gitmek isterim.
- 10 - Eviniz düzenli mi?
 - A) Hayır.
 - B) Gayet düzenli.

11 - Evde elektrik sisteminiz arızalanırsa ne yaparsınız?

- A) Elektrikçi çağırırım.
- B) kendim tamir etmeye çalışırım.

12 - Matematik dersinde Neler hissederdiniz?

- A) Sıkıldım.
- B) Rakamların büyüüne kapıldım.

13 - Hava durumunu izlerken ne hissediyorsunuz?

- A) Detaylar beni sıkıyor.
- B) Meteorolojik olaylar bana ilginç geliyor.

14 - Tartışma ortamlarında tutumunuz nasıldır?

- A) Fikirlerimi dayatıyorsam rahatsız olurum.
- B) Nerede duracağımı bilmem.

DEĞERLENDİRME

* A'lar B'lerden çoksa:
Kadın beynine sahiptir.

* B'ler A'lardan çoksa:
Erkek beynine sahiptir.

* A'lar ve B'ler eşitse:
Dengeli bir beyniniz var.

Türkiye'de Nayarlar mı Yaşıyor?

Tüm toplumlarda cinsel ilişkiyi düzenleyen kurallar vardır. Örneğin; ülkemizde evlilik dışı cinsel ilişki tabudur. Aslına bakarsanız evlilik kültürü, kadın ve erkeğe cinsel kullanım haklarının devamlılığını temin eder. Bazı toplumlarda evlilik dışı ilişkilerin tamamı yasaklanmıştır.

Zannımca yıllar öncesinden gelen bu sınırlayıcı tutumlar toplumlar üzerinde yavaş yavaş etkisini kaybetmiştir.

Ben ülkemizin halini üzüle üzüle Nayarlara benzetiyorum. Biliyorsunuz ülke kültürü, dinamiği başka kültürlerle birleştikçe etkileşime girer. Bence aramıza Nayarlar karıştı, neden mi?

Nayarlar, Güneybatı Hindistan'da yaşamaktadırlar. Nayarlardaki kadın erkek ilişkilerinin boyutu farklıdır. Erkeklerin geniş bir hanede bir arada yaşadığı Nayarlarda en yaşlı erkek hane yönetiminden sorumludur.

Nayarlardaki 3 uygulama ülkemizin ilgi alanına mı girdi ne?

İlk dönem kız çocuklarının adet günlerinin başlamasından kısa bir süre sonra gerçekleşir. Genç kız genç bir erkekle birlikte olur ve bu, törenle kutlanır. Birleşmede cinsel ilişki gerçekleşmez. Bu birliktelik kısa sürelidir ve birkaç gün içinde son bulur. Birliktelik sonrasında iki tarafın birbirlerine sorumlulukları yoktur. İlk birliktelik dönemi kızın yetişkinlerin hayatına adım atmasını sağlar.

İnanın, bu birinci aşama benim ülkemde son zamanlarda çok yaşanmaya başladı. Erken yaşta kızlar ve erkekler birlikte zaman

geçirmeye ve sonra birbirlerini yok saymaya başladılar. Yalnız burada bir fark var. Nayarlar'da kızın babası bu durumu biliyor ve hoşnut. Bizdeki kızların babaları bilmiyor ama kızlar hoşnut.

İkinci aşama; genç kızın uygun gördüğü bir erkekle sürekliliği olan bir cinsel ilişkiye girdiği dönemdir. Erkek kadına ilişki sona erene dek yılda üç kere hediye almak sorundadır.

Valla Türkiye'de hediye alsın da bir kere olsun, yine yeter galiba.

Erkek gecelerini kadınla geçirebilir. Arada cinsel bir ilişki olsa da erkeğin kadına karşı maddi sorumlulukları yoktur. Kadının da erkeğe karşı herhangi bir sorumluluğu yoktur. Oh ne hayat, kültüre bak be, bizim erkekler için çok ideal. Hem cinsel ilişki hem de sorumsuzluk...

İşte bu kısım bomba!

İkinci dönemde kadın birden fazla erkekle ilişki yaşayabilir. Bu dönem Nayarlar için evlilik dönemidir. Kadının kimlerle beraber olacağı belirlenmiş olur. Ama bizde de evlenene kadar başka partnerler ilişki durumları olmuyor değil.

Bu süre içerisinde kadın hamile kalabilir. Evliliğin ilgilendiği sorunların evrensel olması sebebi ile ailenin de evrensel olduğu düşünülür.

Gazetelerin üçüncü sayfa haberlerini ve TV programlarının gündüz kuşaklarını, ayrıca ünlü bazı kişilerin yaşamlarını biraz anımsarsanız yukarıdaki kültür ile benzerliğimizi çıkarabilirsiniz. Artık evlilik dışı hamile kalma hali ülkemizde moda oldu. Hamile kaldıktan sonra evlenmeye başladı insanlar. Acaba kadınlar erkeklerin, erkekliklerini mi deniyorlar? Yoksa kısır kalma durumlarını mı test ediyorlar?

Aslında Nayar'da doğum kontrolünün olmamasının sonucudur bu hamile kalma durumu.

Şimdi kadın hamile kaldı ama kimden olduğu belli değil. Artık bir erkek babalığı üstlenmek zorunda. Babalığı üstlenen erkek, kadına bazı hediyeler ve bir ebe getirir. Çocuğun doğumundan sonra baba dilerse çocuğun bakımı ile ilgilenebilir, fakat babanın çocuğa bakmak gibi bir durumu yoktur. Bu kısımda bizde çok yaşanan bir durum.

Çocuğun bakımı ve eğitiminden kadının erkek kardeşleri yani dayıları sorumludur. Ben genelde babası ölmüş olan evliliklerde dayıların veya amcaların çocuklarda baba ve güç rollerine girmelerini öneriyorum.

Üçüncü aşama çocuğun bakımı ve yetiştirilmesi aşamasıdır. Nayarlar'da durum biraz farklı, çocuk dayının kütüğüne kaydedilir. Bu da demek oluyor ki Nayarlar'da karıbağı akrabalığı durumu söz konusu.

Diğer kültürlere hiç benzemediğini düşünüyoruz belki ama Türkiye de ilişkilerin son durumu Nayarlar'a çok benziyor. Bu toplum kadının egemenliğini ön planda tutan bir toplum. Bizde de kadına özgürlük adı altında yapılan tamamen bu. "Artık bir erkeğe ihtiyacım yok" diyen kadınlar istedikleri gibi yaşayıp, istedikleri erkekten hamile kalmaya ve çocuklarını babasız büyütmeye başladılar. Peki nasıl yaşanacak aşk, anladım; aşkların ömrü evliliğe kadar olacak, çünkü evlilik evresi kalmayacak.

Evli Erkeklerin İçin Anneleri Neden Çekim Merkezi?

İnsanoğluna ait olan duyguların başında sevgi ve korku gelir. Diğer tüm duygular bu ana duyguların türevleridir.

Hem insanoğlunda hem de hayvanlarda bulunan duygular temel duygulardır. Bunlar; korku, saldırganlık, yemek, içmek, cinsellik, barınmaktır. Genetik duygular olduğu için her canlı bunları hisseder ve yaşantılarında kullanırlar. Ama sadece insanoğluna ait olan duygular ise Esas duygulardır. Bunlar ise sevgi, nefret, umut ve güvendir.

Bu iki tip duyguların kullanımı, geliştirilmeleri ve ulaşılmaları farklıdır. Her iki cinsten de bu duygular farklı kullanılır. Mesela kadınların en çok şikayet ettikleri şey; kocalarının onlara sevgi göstermemesidir. Ama erkekler ise kadınların bu ihtiyaçlarının çok farkında değillerdir.

Sevgi ve aşk denilen ve iki cinsin ilişkilerinin başlangıç süreçlerinde oluşan bu duygular kullanılmaya başlandığında kadın ve erkek arasında etkileşim başlar, ilişkinin evliliğe doğru gitmesi için sevginin içine güven duygusu yerleşmelidir. Çünkü ilişkilerde kadın ve erkek aynı zamanda anlaşabilmek için dostluk ve arkadaşlık hislerini de yaşamak isterler. Güven önemlidir. Güvenin olduğu yerde korku azalır ve kişi kendisini önemli, güvenli hisseder. Ama asıl olan ve bilinmesi gereken şudur: Aşkta insan en çok kendisini mutlu etme ihtiyacı hisseder, karşıdakini mutlu etme isteği sevgide olur. Bu yüzden aşklar acılarla, sevgi huzurla yaşanır. Aşkta kadın

ve erkek hissettikleri duyguları denetleyemez, kontrol altına alamaz. Hazlarını hemen tüketmek, yaşamak isterler. Bu süreç insana sürekli anlık hazlar yaşattığı için uyuşturucu gibi etkisi vardır. Kadın ve erkek bu yaşadıklarının hiç bitmeyeceğini düşündükleri için çok fazla acıya ve çok hızlı mutluluklara ulaşırlar. Küçük bir an için büyük bedeller ödemek insana acı vermemektedir. Genelde sonuç değerlendirmesi yapmadıkları için yapılan hatalar varsa tekrarlanma ihtimalleri yüksektir. Hani genelde; yapamıyorum, onu görmeden olmuyor, kendimi o yokken yarım hissediyorum diyenler bu dönemleri yaşayanlardır. Aşkın sonraki evresidir sevgi. Önemli olan aşkı bu evreye getirebilmek.

Sevgi boyutunda hazlar yerini huzura bırakır. Ve insanlar duygularını kontrol altına almaya başlarlar. Ama bu süreci bazı kadınlar başaramazlar. Başarılı olamayan kadınlar da genelde geçmişle kıyaslama ve gelecek kaygıları artar. Bu sebepten dolayı erkeğin önüne sürekli bu iki duyguyu getirirler. Geçmişten gelen korkular ve geleceğe yönelik kaygılar. Erkek anneleri, oğullarına karşı duygularını daha kontrollü yaşarlar ama kızlarına bu esnekliği gösteremezler. Erkek çocuğunu büyüten anne, özellikle ergenlikten sonra, hem genetik geçişin hem de sosyal öğrenmenin getirdiği davranış kalıplarını kullanmaya başlar. Erkeğin birçok hatası babaya karşı saklanmaya başlar. Özellikle kadının kocası ile ilişki problemleri varsa erkek evladına karşı duygularını daha çok kontrol eder. Örneğin; birçok anne, erkek evladının arkasını toplamaktan gizli gizli keyif alırken kız çocuklarının arkasını toplamak onlara zulüm gelebilir.

Oğlunun odasını toplamak, yemeğini hazırlamak, çalışıyorsa kıyafetlerini, düzenini sağlamak, eğer ona bir konuda kızdıysa bunu çok taşkınlık yapmadan iletmek hatta bazen hiç dışı vurmamak annelerin en büyük özellikleridir. Erkek ise bir kadın olan annesi sayesinde hem duygusal anlamda hem de fiziksel anlamda yorgunluk hissetmez. Bu erkeğin işine gelir.

Medyada, sokakta, gazetede, karşı komşuda tüm yetişkin erkekler, "Anam ya, o benim için bir tanedir" derler. Asıl olan sevgi ile birlikte hayatlarını kolaylaştıran kadındır anne.

Anne üzüntüsü, istekleri, yorgunluğu ve ihtiyaçlarından doğan duygularını kontrol altında tuttukça oğlu tarafından çekim merkezi olurlar. Bu sebepten ana kucağı daha bir rahatlatıcı olur. Özellikle evli erkeklerin eşleri ile problem yaşadıklarında annelerine ihtiyaç duymalarının sebebi de budur. Tabi bu durum aşırı giderse eşler için hoş olmayan bir durum olarak algılanır. Her kadın duygularını kontrol etmeyi öğrenmeli.

Bunun yollarını bulmalı. Çünkü erkekler, duygularını kontrolsüz yaşayan, çok fazla dışa vuran, sürekli duygusal ihtiyaçlarını hissettiren kadınlara karşı bir süre sonra duyarsızlaşmaya başlarlar. Aşırılık yük olmaya başlar. Evet kadınlar bunu öğrenmeli bunun en önemli yolu ise, bireysel gelişimlerini desteklemekten geçer.

Ev mi Bakımlı Olsun Kadın mı?

Mesela akşam kocanız işten geldi ve siz gün boyunca evi mis gibi temizlediniz. Yerleri sikliniz, tüm eşyalar düzenli, perdeler, halılar mis gibi kokuyor.

Kocanız size: "Hayatım ev mis gibi olmuş hadi sevişelim!" der mi? Ev genelde erkeğin çöplüğü olmadığı için evin çok temiz ya da düzenli olması erkeği pek ilgilendirmez. Erkek kendi ayağını bastığı alanda düzen ister. Ama hangi deterjanla sildiğiniz ile ilgilenmez. Ama yanlışlıkla ayakkabısı ile içeri girdiğinde, "Basma, daha yeni 'Ace' ile sildim!" demenizin pek bir faydası olmayacaktır. Çoğu kadın evin bir bölümünü sürekli düzenli ve temiz tutar ama kimseyi de oraya sokmaz. O oda ayda yılda bir kez gelen misafir için ev sahibinden kiralanmıştır. Misafir odası...

Misafir odası diye bir kültür kadar saçma bir şey olamaz. Eğer eviniz temiz ve düzenli ise misafir umduğu değil bulduğu yerde oturmayı da bilmelidir. Misafir evle değil ilgiyle ağırlanır. Hoş şu an TV programları size sürekli misafirin nasıl bir masa da yemek yemesi nasıl bir koltukta oturması hatta nasıl bir peçete ile ağzını silmesi gerektiğini size sürekli söylüyor.

Kadının evi kadar kendisi de bakımlı olmalıdır. Hatta evden daha bakımlı olmanız gerekiyor. "Geçti bizden güzellik" genelde depresyonlu kadınların kullandıkları cümlelerdir. Erkek dış güzellikten zihinsel harita yapar. Önceki bölümlerde de anlattığım gibi erkeğin cinsel uyarılması kadını gördüğü anda zihninde başlar.

Kadınlara bir soru sormak isterim. Bir mobilya mağazasında eşya bakıyorsunuz ihtiyacınız olan eşya pis, tozlu ve eski. Zihninizde o eşya ile ilgili nasıl bir imaj oluşur? Eminim alıp evin bir köşesine koymak istemezsiniz. Ya da eşinizi düşünün! Göbekli, ağzı kokan, pis ve sakallı bir halde eve geliyor, sizde nasıl bir imaj oluşturur?

Her insan, ilgi görmek, beğenilmek ister; aynı zamanda bunun davranışlarla da hissettirilmesini bekler. Sürekli karşısındakinden bir şeyler bekleyen insan kadar mutsuz kişi yoktur. Başkasından beklemekten kendisinin ne yapması gerektiğini düşünemez hale gelir. Bilmeliyiz ki ilgi verilince alınan bir şeydir. Duygular da böyledir. Hayatta somut eşyaları kullandıkça azaltırız ama soyut olan duyguları kullandıkça artırırız. Örneğin; kıyafetlerimiz, arabamız, evimiz kullandıkça ömürleri kısılır ama sevgi, vicdan, umut, saygı ve korku, kin, nefret, öfke gibi duyguları kullandıkça artmasını sağlarlar. Şimdi bir düşünelim hayatımızda eşimize, ailemize, arkadaş ve dostlarımıza karşı hangi duyguları çok fazla veriyoruz. Sonra da tek tek düşünelim, karımıza, kocamıza hangi duyguları besliyoruz ve sürekli karşı tarafa ne gönderiyoruz? Ne gönderirseniz, o ve ona benzer duygular size geri dönecektir. Mesela, güvenmediğinizi eşinize sürekli hissettiriyorsanız bir süre sonra siz karşı sürekli güvensiz davranışla sergileyecektir, sizde kendinizin ne kadar haklı olduğunuza inanacaksınız.

Size danışmanlık hizmeti verdiğim bir çiftten bahsetmek istiyorum:

10 yıllık evliler ve ilişkilerinde güvensizlik artmış, paylaşımlar azalmaya başlamış. Seans sırasında her ikisi ile sohbet ederken kendilerinden bir rica da bulundum ve dedim ki: "Şimdi tek tek size bazı sorular soracağım ve soruyu sorduğum kişi cevaplarken diğer kişi sözünü kesmeyecek." İkisi de söz verdiler. Erkeğe sordum: "Bana eşinizle birlikte yaptığınız bir paylaşımı anlatır mısınız?"

Hemen kadın lafa girdi:

- Nerdeeeeü!

- Hanımefendi izin verir misiniz?

- Tamam.

Erkek anlatmaya başladı aradan iki dakika geçmeden, kadın tekrar lafa girdi:

- O gün de ben ısrar etmiştim, o yüzden oraya gittik.

- Lütfen izin verin.

- Tamam.

Erkeğe soru sormaya devam ettim:,

- Eşinizi hâlâ seviyor musunuz?

Kadın tekrar dayanamadı:

- Tabi sever, insan yemeğini yapan, kıyafetlerini yıkayan birini sevmez mi?

Anlayacağınız üzere kadın erkeğe sürekli "Sana güvenmiyorum" mesajını veriyor. Bu sırada erkekler sürekli susar durumda oluyorlar.

Genelde karşımızdakine karşı hissettiklerimizi ona direkt olarak söylemediğimiz için bu hissi davranışlarımızla ona gönderiyoruz. Bu yaklaşım en olumsuz yaklaşımdır. Çünkü davranışlarımızın karşılığı yine istemediğimiz davranışlar olacaktır.

Doğru olan şudur: "Böyle davrandığında güvenim azalıyor, sen böyle konuşunca kendimi kötü hissediyorum..." Size yapılan bir tutum karşısında hemen duygularınızı iletin. Tabi bunu sadece olumsuz durumlarda değil olumlu durumlarda da yapmanız gerekmektedir: "Sen böyle konuşunca çok mutlu oluyorum, eve erken geldiğinde kendimi daha güvende hissediyorum, olsun seninle sohbet etmek bile değerli olduğumu hissettiriyor." Karşınızdakinin olumlu davranışlarını dillendirirseniz size karşı daha fazla olumlu, yapıcı davranmaya başlayacaktır.

Erkeklerle Ne oldu?

40 senelik evli ve 60 yaş üstü erkekler tarih oldu.

20 senelik evli ve 50 yaş üstü erkekler parmakla gösterilir oldu.

10 senelik evli ve 40 yaş üstü erkekler adaptasyon zorluğu çeker oldu.

5 senelik evli ve 30 yaş üstü erkekler polijini yaşar oldu.

2 senelik evli ve 20 yaş üstü erkekler hâlâ oyun oynuyorlar.

Bunlar benim tesbitlerim, size göre nasıl bilemem ama üzerine düşünelim...

Artık o kadar fazla kadın var ki, erkeğin seçenekleri artıkça arttı. Erkek sayısındaki azalma ilişki dengelerini alt üst etti. Eskiden her iki cinsten çok fazla arayışa girmez inandığı, sevdiği kişi ile hayatını birleştirdi, ilişki dengelerinin bozulması çiftten kararsızlıkla baş başa bırakır oldu. Paranız sadece bir ürünü alacak kadar var. Ama karşınıza hayır diyemeyeceğiniz iki ürün çıkardılar. İkisini de çok istiyorsunuz. Sadece birini alabilirsiniz. Mutsuz bir şekilde birini tercih edip aldınız. Aldıktan sonra içiniz uzunca bir süre sıkıntılı olacak. Çünkü aklınız epey bir zaman diğerinde kalacak.

Kararsızlık yaşamadaki en olumsuz ruh hallerinin başında gelir. Uzun süreli kararsızlıklar kişi de alışkanlığa dönüşür. Bizler artık bu sürecin içindeyiz. Türk toplumu kararsızlıkla verilen ani kararların olumsuz sonuçlarını yaşıyor.

Çocukluğumda televizyonlarda, gazetelerde aldatma haberleri o kadar az olurdu ki. Büyükleme bu haberleri duyduğunda biz çocuklara yansıtmamak için ellerinden geleni yaparlardı. Ayrıca o kadar sert bir şekilde eleştirirlerdi ki.

Böyle şeyler duyulduğunda ayıplanır, kesinlikle kabul görmezdi.

Şimdilerde her yerde duya duya, her yerde tanık ola ola çok fazla kanıksadık. Yani sıradanlaştı. Aldatana ve aldatılana çok fazla alışır hale geldik.

Önceden aldatılanı korumaya çalışanlar şimdilerde muhakkak bir nedeni vardır, hak etmiştir demeye başladılar. Yani çok değiştik.

inançlarımız değişti, yaşam şeklimiz değişti, beklentilerimiz değişti.

Hepimiz hayatımız boyunca canlı cansız her şeyle ilişki halindeyiz. Bu ilişkinin en acılı ve tatlısı karşı cinsle olanı.

Kimin anlattığı sizi tatmin etti? Hangi yaşanan aşk size fikir verebildi? Hiçbiri...

Başkasının anlattığı gibi yaşanmayan tek şey, aşk.

Yüzyıllardır aşkın tarifini, herkes kendince yapmış. Leyla'dan Mecnun'a, Ferhat'tan, Şirin'e, Kerem'den Aslı'ya, Ahmet'ten Ayşe'ye herkes...

Ne kadar anlatılırsa anlatılsın, kapımıza geldiğinde sürekli içeri aldığımız, acı vereceğini bile bile sonuna kadar yaşadığımız aşk değil mi?

Gönlümün Konuğu

Bakın canım ablam hatta tüm Türkiye'nin sevdiği, kadınları güzelleştiren güzel insan kadınlara neler diyor?

Her kadın kendisi ve toplum için bir şeyler yapabileceğini unutmamalıdır. Ancak bizim toplumumuzda kadınlar kendini daha çok geri çekmektedir. Kendimden örnek vermek gerekirse ben bugünlere yalnızca kendi emeklerimle geldim ve bunun yapılabileceğini kendime ve topluma bir kez daha gösterdiğime inanıyorum. Bu konuda önemli olan inanç ve yeteri kadar çalışmak yani yeterince emek vermektir. Her şeyden önce ise kendi içimizde gücü keşfetmeli ve bunu en doğru şekilde kullanmalıyız.

Aşkim Kapişmak'a bu kitabı için başarılar dilediğimi bir kez daha söylemek istiyorum. Tüm okuyucularımıza iyiliklerle dolu, sağlıklı ve mutlu bir hayat geçirmesini diliyorum.

Sevgilerimle
Suna Dumankaya
Bitki Bilimi ve Güzellik Uzmanı

Aldatılma Öyküsü

(Bebeğim ve Biz Dergisi'nde Yaşamın İçinden adlı köşeyi hazırlarken yaptığım bir röportaj)

Her şey, birbirinden hem fiziksel hem zihinsel anlamda iki farklı insanın dünyaya gelmesiyle başlar. Biri erkek biri kadın, ikisi de birbirini gördü ve kalibre ettiler, aralarındaki farkları gördüler. Erkek fiziksel gücünü gördü ve doğaya saldı kendini ve kadın içerde onu bekledi. Gücünü kullanan erkek avlandı ve avını kadına getirdi, kadın onu işledi ve beraber karınlarını doyurdular. Sonra kadın ona güvendi aç kalmayacağını düşündü ve yalnız yapamayacağına inandı, erkek avını hazırlayacak, yaşam alanını düzenleyecek, onu bekleyecek olanın kadın olduğuna inandı. Sonra akşam oldu, karınları doyan bu iki insan en önemli ihtiyaçlarından cinselliği paylaştılar. Bu ilişkilerini daha da kuvvetlendirdi. Çocukları oldu, hem içerde hem dışarıda kalabalıklaştılar.

Toplumlar oluştu. Kadın erkeğin meyvesiydi zevkle yediği, dışarı çıkan erkek yan bahçelerde sahipli sahipsiz meyveleri gördü, yemek istedi ve bazıları yedi de. Zaman ilerledi medeniyetler kuruldu, televizyon icat oldu, binalar yükseldi ama insanlar da değişti bu hızlı gelişim sorunlarla birlikte geldi. Evlilik kurumları sadakat yeminleriyle, imzalı törenlerle yapılır oldu. Ama farklı nedenlerden dolayı (çocukluktan gelen çatışmalar, kültür, aile, toplum baskısı, teknoloji, para, medya, sanat dünyası, iletişim bozukluğu gibi...) eşlerden bazıları bu sadakat yeminlerine uymadı. Şimdilerde en çok üzerinde durulan ve kanayan bir yara haline gelen aldatma

yani sadakatsizlik bakın ne durumda. Yapılan araştırmalara göre evli çiftlerin %20'si eşlerini aldatıyor. Erkekler karşı cinsin cazibesi, kadınlar ise aşık oldukları için aldatmakta. Ama bakarsınız bütün aldatmalarda nedenler ortak. Bu ayki röportajımızı dizilerdeki Aliye, filmlerdeki herhangi aldatılan bir kadınla değil de gerçekten bu sadakatsizliği yaşamış biriyle yaptım. Aslında hepimizin bir şeyler bulacağı ilginç bir aldatılma olayı.

Konuğum şu an 8 yaşında bir çocuk annesi, kendi işini yapıyor, 3 yıl önce boşanmış, hayatını düzene sokmuş bir kadın.

- Şimdi sizden sizi, evliliğinizi bu süreçleri öğrenmek istiyorum?

- 9 yıl önce evlendik, gerçekten bir aşk evliliği idi. İlk başlarda pek bir sorununuz yoktu, evlendikten hemen sonra hamile kaldım bir oğlum oldu. Ben evlenmeden önce çalışıyordum, evlendikten sonra eşimin isteği ile işimi bıraktım. Pek fazla maddi problemlerimizde yoktu.

- Evlendikten sonra her ikinizde de neler değişti?

- Ben artık çalışmıyordum ama problem etmedim. Flört ederken çok iç içeydik, her yere beraber gider bundan çok keyif alırdık. O daha sabırlı, anlayışlıydı.

- Peki siz?

- Ben de aslında sabırsızdım biraz evlilik daha sabırlı yaptırı beni sanki tam tersi oldu. Birçok şeyi alttan alır olmaya başladım ama onu gerçekten seviyordum.

YORUM: Evlenmeden önce her iki taraf da ortak paylaşım ve kararlar olup olmadığını iyi gözlemlemelidir. Hep bir tarafın dediği oluyorsa problem vardır. Mutlu, sadakatli bir evlilik için aşk tek başına yeterli olmaz. Erkeklerin geneli evlenene kadar daha anlayışlı, sabırlı, esnek olurlar. Genelde çalışan kadın evlenince işini bırakır bu bir sorun olabilir ve bu sorunu ilk zamanlar evliliğin verdiği haz örter. Bu eninde sonunda ortaya farklı şekilde çıkacaktır.

- Cinsel yaşamınız nasıldı? Orda bir problem yaşıyor muydunuz?

- Oğlum 3 yaşına gelene kadar bir problem yoktu, anaokuluna başladığı dönemlerde cinselliğimizde de problemler başladı. Cinsellik azalmaya, daha çok tek taraflı olmaya başladı.

- Nasıl?

- Oğlumu tek başıma büyüttüğümü hissetmeye başladım, o hep işini bahane ediyordu. Bu beraberinde tartışmaları arttırdı ve ben onunla beraber olmak istememeye başladım. Kendimi ev temizleyen, çocuk bakan ve onu mutlu eden biri olarak görmek yaralıyordu beni.

YORUM: Evet, genelde kadınların en önemli silahıdır, cinsellik. Belki de kim kullanırsa kullansın en büyük hatadır. Eşler sağlıklı iletişim kuramadıklarında bunu bedenlerine yansıtır. Yani konuşarak sorunları çözemeyen eşler bu yolla cezalandırmayı seçebiliyorlar. Ama bir süre sonra kemikleşen bu süreç başka problemleri de beraberinde getirecektir.

- Sık sık tartışır olduk ama her şeyden tartışma çıkabiliyordu. Yaptığım işleri beğenmez oldu, annemle arası iyiydi devamlı ona şikayet ediyordu buna dayanamıyordum işte. Bazende arkadaş ortamlarında olumsuz eleştirmeye başlamıştı. Böyle baya bir zaman devam etti.

- Peki bu durumu düzeltmek için bir şeyler yapmadınız mı?

- Konuşamıyorduk ki, onun iş yoğunluğu hep bahaneydi, bir ara aklıma ikinci bir çocuk geldi ama iyi ki yapmamışım. Belki eve bağlanır diye, o dönemler bir arkadaşımın psikolog arkadaşı vardı, ona sormuştum. O bunun sorunları daha da arttıracağını söylemişti.

- Neden bir yardım almayı denemediniz?

- Ben teklif ettim ama o "Ben deli miyim, kafayı yiyen sensin sen git." diyordu hep, yani bu da olmadı.

YORUM: Cinselliğin de etkisiyle olumsuz seyreden bu dışavurumlar iyice sağlıksız hale gelir. Bir süre sonra bir zamanlar takılmayan birçok şey problem olmaya başlar. Farkındaysanız bireysel yaşam her ikisinde de artmaya başlamış. Çünkü ortak paylaşımlar azalmaya başlamış bu süreç tehlikeli bir süreç. Kesinlikle bu duruma gelmeden ya da bu süreçlerde bir uzman yardımı gerekli. Burada duygusal anlamda bir yalnızlık ve ardında oluşan bir cinsel problem gözlenmekte.

Zaten aldatan erkeklere bakıldığında aldatma nedenlerinin içinde; birinci olarak sürekli aldatma eğilimi olan erkekler vardır, evlilik öncesi ve sonrası devam eder. Bu yapıdaki kişiler uzun süreli bir ilişkiyi yürütemediklerinden dolayı aldatır. Mutlu olmayan kişilerin mutluluğu arama çabaları onları aldatmaya yönleltebilir, eşiyse cinsel sorunlar yaşayanlarda aldatma eğilimi görülebilir. İlişkilerin yüzeysel olması, medya ve teknolojiye hızlı ve sorunlu artış gibi...

- Aldatma olayı nasıl oldu, yani siz nasıl anladınız?

- İşte bu sıkıntılı dönemler devam ediyordu, o sıralar ben kendimden geçtim, bari çocukla ilgilen, ara sıra okula götür onunla oyna falan diyordum sürekli. Tabi o teklif benden geldiği için her şeye karşı çıkıyordu. Oğlum anaokuluna gidiyordu ve bir gün veli toplantısı vardı hem anne hem de babaların gelmesini istemişlerdi. Zar zor ikna ettim ve beraber gittik. O gün öğretmeniyle tanıştı, çocuk hakkında konuştuk. O günden sonra "Galiba haklısın, benim de çocukla ilgilenmem lazım, ara sıra ben götüreyim okula" dedi. Ben çok şaşırmıştım ve inanmamıştım. Beni şaşırttı; ara sıra okula götürüyor ve okuldan da almaya gidiyordu. Oğlum çok mutlu oluyordu, bu beni de mutlu ediyordu tabi. Bir gün okuldan almış çocuğu ve beni aradı, "Akşam bir yerlere gidelim" dedi çok şaşırdım ve gittik. Sanki her şey istediğim gibiydi, çok güzeldi. Bu benim kafama çok takıldı ve o psikologa sordum neden olabilir diye. O da bana "Çocukla ilgilenmeye başlayınca bundan zevk almış olabilir, eğer çok merak ediyorsan bunu onunla konuş." dedi.

Konuştum, bana benim haklı olduğumu ve onları çok ihmal ettiğimi söyledim, "Bundan sonra her şey daha güzel olacak," dedi. Çok mutluydum gerçekten de. Ama kuşkularım da yok değildi. Ceplerini karıştırmaya başladım, bir süre bir şey bulamadım hiç. Öğretmenler günü yaklaşmıştı ve ona söyledim hediye almam gerekiyor diye, "Sen al bir şeyler ben anlamam" dedi, "Tamam" dedim. O akşam geldiğinde yine o yatınca ceplerine baktım ve küçük bir kutu buldum, içinde bir yüzük vardı, o an uyandırıp sormak istedim ama yapmadım, bekledim ne çıkacak diye. Ama kendimi yemeye başladım ve çok agresif oldum ona karşı; çünkü sonra cebinde yoktu ve hiçbir açıklama da yapmadı. 10-15 gün kadar sonra oğlumun okuluna onu almaya gittim. Öğretmeni onu getirdiğinde direkt parmağındaki yüzüğü gördüm ve beynimden aşağı kaynar sular boşaldı. Gözümün önüne sadece ikisinin bir arada olduğu sahneler geldi, yine kendimi topladım inanmak istemedim. Devamlı kurdum ve bir akşam ona, öğretmenin kendisine selam söylediğini söyledim. Yüzü sanki hata işlemiş çocuk gibi oldu ve buz kesti. "Sağolsun, oğlum nasılmış?" dedi. Birden yeter diye bağırıp her şeyi bildiğimi, öğrendiğimi haykırdım. Hiç itiraz etmedi, bu beni daha da çok sinirlendirdi ve kovdum onu o akşam.

YORUM: Evet, aldatan erkek genelde kendini belli eder, açıkçası kadın bunu çok iyi gözlemleyebilir. Çünkü kadın iyi bir gözlemcidir. Bu, anne olan kadınlarda daha fazladır. Kadının duygusal yapısı, hislerinin güçlü olması bu gözlemlene kabiliyetini artırır. Bir de anne olan kadın konuşamayan bebeğini uzun bir süre gözlemler ve her hareketinden onun ne istediğini bilir, bu kadını iyi bir gözlemci yapar. Erkek tavırlarıyla bunu belli eder, ya eve ilgisi birden artar ya da tamamen azalır, yüzünde suç işlemiş çocuk ifadesi vardır, konuşmalarında tutarsızlık olur, kendine daha fazla ilgi gösterebilir.

Sonra ne yaptınız?

Ona acı vermek istedim sadece, neden aldattı, benim neyim eksik, beni beğenmiyo mu diye sorularla boğuldum. Her şeyden

önce gururum kırıldı. Bir süre deli gibi alışveriş yapmaya başladım ona zarar vermek için sonra her akşam başının etini yedim ama en önemlisi okul müdürüne durumu anlatıp o kadını okuldan attırdım. Bu beni rahatlatmadı sıra esimdeydi. Hatta onu aldatmak bile içimden geçti. Her kavgamızda evden kovuyordum.

Eşiniz ne yaptı bunlara karşılık?

- Kavgalarımız attı tabi ama o pişman olduğunu yuvanın yıkılmaması gerektiğini söylüyordu. Ama güven benim için çok önemli oda bitmişti artık. 2 ay dayanabildim ama sonra mahkemeye başvurdum boşanmak için. Annemle konuştu, diğer yakınlarımızla ama benim için onların da söyledikleri önemli değildi. Artık evde kalmıyordu çünkü eve almıyordum. Mahkemeden bir hafta önce kapı çaldı gelen oydu. "Ne işin var burada?" dedim, içeri girmek istedi son kez, içeri aldım. Vazgeçmem için yalvardı, tehdit bile etti, çocuğu öne sürdü yine kovdum, çok sinirliydim çünkü.

YORUM: Genelde aldatan erkek boşanmak istemez, boşanma nadir olur. Çünkü evdeki eşi düzenli bir hayatın öncüsüdür, çocuğunun da annesi. Aslında o en çok güvendiğidir ve onunla bir ömür geçirmek ister. Ama arada bir haz, heyecan yaşamaktan da kendini alı koyamaz bunu yaşam biçimi haline bile getirebilir. Genelde bilir ki aldattığı kadınla ömür geçiremez bunun yanlış olduğunun farkındadır. Cinsellik için aldatmalarda boşanmayı genelde istemez erkek ama aşk nedenli aldatmalarda boşanmayı seçebilme olasılığı çok yüksektir. Aslında aldatılan kadınlar da baştan ilk olarak boşanmayı düşünür ama çok azı boşanır, genelde %75'i sorunu çözme yoluna gider.

- Oğlunuz nasıl etkilendi bu durumdan?

- O zaman 5 yaşlarındaydı aslında her şeyi birebir yaşadı ben kendimce anlatmaya çalıştım çok arada kaldı. Baya bir zorlandı ama öyle kararlıydım ki hemen işe başladım ve annemi yanıma aldım o bakıyordu. Sonra bir uzmanla onun için çalışmaya başladık. Şimdi

hafta sonları babasıyla zaman geçiriyor. Eetkilenmedi diyemem, inanın bugün evet desem babası tekrar gelir; o da evlenmedi, ben de.

Size göre erkek neden aldatır?

- Hepsi aynı bence, hepsinin derdi cinsellik, ya etrafım bu olaylarla dolu inanın, her yerde baksanıza TV'de, gazetelerde hep aynı hikayeler. Yaşları ne olursa olsun hepsinin derdi aynı.

YORUM: Evet, gerçekten de aldatma olayları artmakta. Nedenlerini yukarıda sıralamıştım ama bunların dışında da günümüzün etkisi buna büyük. Televizyon, bilgisayar diğer teknoloji aletlerinin birçoğu bireysel yaşamı getirdi. Ben o kadar çok eş tanıyorum ki ayrı odalarda bilgisayar başında yalnız zaman geçiren. Kadının eskiye göre daha fazla güçlenmesi boşanma gibi bir kararı da arttırdı. Yaşı, kimliği, ekonomik durumu ne olursa olsun herkes bunu yaşayabilir. Birde toplumsal bir psikolojimiz var bu geçmişten, gelenek ve göreneklerden gelmekte.

Aldatan erkeğin geneli kadını bir cinsel obje olarak görmekte ama aldattığı kadın da bedenini bir amaç için araç olarak kullanmakta. Yani hatayı tek taraflı değil de kadın açısından da düşünürsek ortada ne kadar çok medyadan etkilenip kendine bakacak, masraflarını karşılayacak erkek arayan, evlilik düşmanı bayan olduğunu görüyoruz. Bu da madalyonun diğer yüzü olsa gerek. Çünkü aldatmada iki kişi rol alır, sadece erkeğin hatası değil kadının da payını düşünmek lazım. Yıllardan beri okuduğumuz kitaplarda, dergilerde, oyunlarda, filmlerde, dizilerde en çok ilgi gören konu aldatma olsa gerek, yani sadakatsizlik. Bu yüzden günümüze bakarsak gerçekten evlilik kararları bir anda alınıp bir anda da boşanabiliyor. Artık iletişim ve bilgi çağındayız ve bu çağa ayak uydurmalıyız.

Bilgimizi, hayat görüşlerimizi, bakış açılarımızı televizyonlardaki gereksiz yaşamlarla doldurmak yerine hayatımızı birleştirmek istediğimiz kişiyle evlenmeden önce bir uzmanla görüşebiliriz. Bu kendimiz ve eş adayımız içinde en sağlıklı bilgi olacaktır. Çünkü her evlilikte ben nasıl baştan tanıyamamışım gibi cümleler çok

duyulmakta. Evet, birbirimizi iyi tanımalı, ne yapmamız gerektiğini de bilmeliyiz.

Aldatılan kadınlarında ne yapacaklarını bilmeleri önemlidir. Bunu hissettikleri anda bunu eşleriyle paylaşmalı, ne hissediyorlarsa aynen dile getirmeliler. Çünkü aldatıldığını öğrendiğinde bir sürü psikolojik problemde beraberinde seyrederek. (Uykusuzluk, stres, kaygı, tedirgin ruh hali...)

Konuşulmayan her şeye beynimiz olumsuz anlamlar katabilir, bu olumsuz anlamlar olumsuz duygularla beslenir, bu da içinden çıkılmaz bir yola sürükler. İki farklı yapı vardır. Biri duygusallığına yenilir ve bunu duygusal bir savaşa dönüştürür. Biri mantıksallığı ile hareket eder ve olması gerekeni düşünür.

Unutmayalım, aldatmayı yaşadığımızda kendimize "neden" ve "nasıl"ları sormak yerine onu karşımıza alıp hislerimizi paylaşmalıyız. Çünkü herkes, kim olursa olsun iletişime değer. En önemlisi de bir uzman yardımındır.

Kadınlar Erkeklerin Yaramazlık Yapmasını İster

Kadınlar daha küçüklükten itibaren süslenme, güzel görünme gerekliliği ile büyürler. Daha çocuk oyunlarından başlarlar.

İlk önce bebeklerini süsleyerek, saçlarını tarayarak öğrenirler, dış görünüşün önemli olduğunu.

Peki kadınlara bu dürtüler doğuştan mı gelir yoksa sosyolojik olarak bir öğrenmemidir?

İster kabile yaşamlarında, ister köylerde, ister büyük şehirlerde olsun, var olan dürtü aynıdır: Güzel gözükmek.

Eski yaşamlarda örneğin, Batı toplumlarında Kuzey Amerika'da kız babaları, çocukları adet görmeye başladığında, onu süsler, en güzel elbiselerini giydirir. Erkeklerle ilk ilişkilerini yaşaması için meydana götürmüş. Daha o zamanlarda öğretilen bir davranış şekli galiba. Bir erkeğe kendini beğendirmek için güzel görünmek.

Çok iyi tanıdığım kadınlardan biri kısa süreli bir ilişki yaşamıştı. Erkeğin sosyal konumu ve ekonomik standartları oldukça iyiydi. Arkadaşım için vazgeçilemeyecek kadar etkiliydi. Sürekli kendini ona beğendirme çabası içine giriyordu. Alışveriş çılgınlığına kadar ilerlemişti boyut. Neyse, adam 2 ay sonra arkadaşına ilgisiz tavırlar içine girmeye başladı. Çünkü adam kendisini her şeyden daha değerli gören bir erkek tipi idi. Sürekli gezdiği yerlerden, yaptığı sporlardan, gittiği güzellik salonlarından bahseden egosantrik biriydi. Arkadaşım ona güzel görünmek için elinden geleni yaptıkça, erkek

kendi güzelliği ile onu bastırıp duruyordu. Bir ara acaba eşcinsel mi diye düşünmeye bile başlamıştık.

Adam bir yolunu bulup kızdan ayrıldı. İnanın arkadaşımın bana dediği tek cümle şu oldu:

"Kendimi ona istediğim gibi gösteremedim."

Şimdi diyeceksiniz, 'arkadaşın salak galiba'.

Ama kadınların çoğu bu evreyi yaşıyor zaten.

Aşk bu olsa gerek; kendini karşındakine beğendirmeye çabası. Kadın da, erkek de her türlü ilişkide kendini gösterme sürecini yaşar. Sosyal yaşamda, iş ilişkilerinde, arkadaşlık ve aşk sürecinde yaptığımız ilk şey karşınızdakini ikna edebilmek.

Bunun içinde dış görünüşümüzden, bilgimize, tavırlarımızdan, statülerimize her şeyimizi kullanırız. İlişkilerde konuşmaktan ziyade davranışlarımız, ne istediğimizi ortaya koyandır. İlginç bir şekilde karşınızdaki insanlar bilinçsiz bir şekilde ne istediğimizi hareketlerimizden algırlarlar.

Aynen bir köpeğin, korkup korkmadığımız hemen algılaması gibi.

Kadınların genelinin yaptığı şey şudur: Diyelim ki partneri kendisini terk etti. İlk önce bir süreliğine kadın bunu tamamen kabullenmediği için sürekli güçlü ve güzel görünmeye çalışır. İnanılmaz kendine bakan, hiçbir şey olmamış gibi gözükken tavırları vardır. Ne zamanki ayrılığı tam anlamıyla kabullendir işte o andan itibaren kuyunun dibi gözükür. Kabullenme süreci, beynin savaşmayı bırakma sürecidir. Artık ilişki için motivasyon üretilmediği için biriken motivasyon aşırı strese dönüşür. Sosyal yaşamında sessiz, içine dönük, mutsuz, depresyonlu ruh haliyle gezini durur. Kendine bakım azalır çünkü savaşırken kendini göstereceği erkek artık yoktur. Yani kimin için ne yapsın?

Erkeklerde süreç farklı, dikkat ederseniz erkekler için önemli olan başı ve ayağıdır. Ayakkabısı marka olsun, saçları düzgün ve bakımlı

olsun yeter. Genelde en çok önemsenen şey budur. Ama kadın tepeden tırnağa kadar baktığı için o kadar çok ayrıntılı düşünür ki şaşarsın. Vücudunda ve kıyafetlerinde dikkat ettiği her nokta ruhuna işlediği duygusal beklentilerini arttırır. Kadınlar bu yüzden bir yere gideceği zaman saatlerce hazırlanır. O kadar çok ayrıntı vardır ki, bu ayrıntılardan biri eksik olsa gününe kendine zehir eder.

15-20 senelik evli kadınların çoğu kendine bakmayı bıraktıkları için. Artık ev ve çocuklar daha önemli olmaya başlar. Bu kadınlar bana göre kadınsı özelliklerini yavaş yavaş yitirip erkeksi özelliklere sahip olmaya başlıyorlar. Çoğunun kocası ise kadınsı özellikleri fazla olan kadınlarla eşini aldatmaya başlıyor.

Genelde tanıdığım tüm kadınlar böyle bir süreçte aynı şeyleri yaşarlar.

Doğu toplumlarında işin şekli biraz daha farklıymış. Genelde büyükler karar verirlermiş kızın kiminle evleneceğine. Yine de kızı istemeye gelme merasiminden itibaren başlarmış kızların özenle süslenmeleri.

İnsanoğlunun yaptığı her eylemin bir nedeni olmalı. Niçin kadınlar güzel gözükmek ister?

Süreci farklı bir açıdan gözlemlediğimde ilginç bir ayrıntı dikkatimi çekti. Kadınlar çocukluğundan itibaren süslenmeye başladıklarının "Aaa, çok güzel olmuşsun!" sözleriyle yaşarlar. Bunu erkek dünyasında pek duymazsınız. Düşünsenize kocanız giyiniş işe gittiğinde iş arkadaşları ona, "Abi çok hoş olmuşsun!" derlerse ne olur. Ama kadın giyiniş gittiğinde: "Canım çok hoş olmuşsun." cümlesi gayet normal karşılanır.

Bu ve benzeri cümlelerle yaşayan kadınlar, kendi içlerinde yaptıklarının ne kadar önemli olduğunu hissederek. Her halde televizyon programlarında en şık en rüküş muhabbeti buradan geliyor.

Erkekler bu tip cümlelerle pek karşılaşmazlar. Erkek daha çok güzel olanı fark etmeye programlanmıştır. Seçici algısı sosyal

yaşamda bunları arar. Tabi bu arayış ve bulduğuna karşı tutumla davranışları erkeğin kültürel yaşamına göre değişir.

Güzel olanı bulur ve sonra kendini beğendirmeye çabasına girerler. Her erkek aşık olduğu andan itibaren çocuksu davranışlar sergilemeye başlarlar. Sanki çok istediği bir oyuncaya sahip olur gibi yaşarlar. Sürekli onunla oynar onu kırmamaya, kaybetmemeye çalışır. Onu paylaşamaz kimseyle. Benim diyerek sahiplenir.

Bu dönem kadının erkeğe bağlandığı dönemlerdir.

Erkeğin yaptığı bu davranışlar nedeni; kadına kendisini farklı hissettirmektir. Çünkü her kadın erkeğinin sadece kendisine yaramazlık yapmasını ister.

Evlilikler Nereye Gidiyor?

Dünyaya gözünü açan her birey fiziksel ve zihinsel gelişimini tamamladıktan sonra artık bir birliktelik arayışına girer. Hepimiz sahip olduğumuz ailemizin ve yetiştiğimiz sosyal çevrenin izlerini taşıyoruz. Gelişim sürecimizde yaptığımız her şeyde, verdiğimiz kararların büyük bir kısmında yaşadığımız toplumun etkilerini görürüz. Fakat bunları bilinçli yapmayız, her şey doğal bir öğrenme sonucunda gelişir ve otomatikleşmiştir.

Anne-babamızı seyrederek, en yakın arkadaşımızın ailesi, arkadaşlarımızın ilişkileri ya da yakından tanımadığımız herhangi bir sanatçının, politikacının yaşamını evliliklerini gözlemliyoruz. Sahip olduğumuz kendi özelliklerimizin üzerine bu etkilenmeler yapışır ve bazen kendi bazen de bir başkasının bakış açısının olduğu biz çıkarız ortaya. Bir arkadaşımın babaannesini anlatırdı: Yıllar evvel yaşadıkları köyde o zamanlar herkes tarımla uğraşmış ve devamlı kadınlar çalışmış. Bir evde birden fazla karısı varmış adamın . Hatta evin ilk hanımı bile eşine başka bir kadın bakmaya bazen kendi gidermiş. Ne kadar çok kadın o kadar güç derdi babaanne...

Şimdi günümüz koşullarına baktığımızda erkeğin parası arttıkça etrafındaki kadın sayısı da artmakta. Ama niyet ve yöntem eskilerden çok farklı. Birde bunu savunanlar kendilerini haklı çıkarmak için eskileri örnek vermezler mi. Sormazlar mı adama hani çiftliğin hani hayvanın? diye. Artık her televizyon ve gazeteyi açtığımızda bu tarz yaşamları okumak güldürüyor beni. Acı tarafı ise çocuk hangi zamanda yetişiyorsa o zamanın düşünce yapısını, görseiliğini, ya-

şam tarzını zorunlu olarak benimsiyor. Aileler artık buna da engel olamamakta. Çocuk bu gördüğünü istiyor, duyduğunu söylüyor. Eskilerin göreceği, duyacağı çok fazla malzeme yoktu. Bilmediği bir şeyi isteyemezdi, şimdiler için yaşam daha farklı, artık bir tuşla istediği her şeye ulaşabiliyor. Aileler çocuklarını okusun, iş sahibi olsun, hayırlı bir evlilik yapsın çoluğa çocuğa karışsın diye büyü-türlerdi. Şimdi okumak, iş sahibi olmak zaten hep zordu evliliğin hayırlı kısmının da bittiği düşünülüyor. Medyada devamlı faklı türde ilişkiler, evliliğin zorlukları, tek yaşamın hazları devamlı bilinçaltı-mıza itilmekte. Dikkat ederseniz bu tür yayınların ardından bu tarz yaşamların da arttığını göreceksiniz. Yaklaşım şu: "O yapıyor, ben neden yapmayayım? Bak gördün mü, en iyisini yapıyor..."

Şimdi gelelim evliliğe...

Evlilik kültürel bir olgudur. Toplumlarda ilişkileri güçlendiren, soyun devamını sağlayan, her iki tarafı da koruma altına alan bir kontrat gibidir evlilik. Dünya da yaygın olan evlilik türü ise Monogamidir. Yani bireyin tek eşe sahip olduğu evlilik, kanunlar bu evlilik türünden başka evlilikleri kabul etmez. Birey yaşamının kanun çerçevesinde tek eşli olarak sürdürmek zorundadır. Ama geçmiş toplumlardan günümüze baktığımızda süreç içerisinde yaşam koşulları, faklı kültürler yüzünden her şeyde olduğu gibi evliliklerde değişik şekillerde karşımıza çıkmıştır. Örneğin Kuzey Amerika'da bazı toplumlarda evlilik yaşam şekli bakımından değişiklik göstermektedir. Çiftçilikle uğraşan toplumda tarlada genelde kadınlar çalışmakta. Bu tarla işlerinin yapılabilmesi için erkek durumuna göre birden fazla kadınla evlenebilir. Yalnız her evlendiği kadına ayrı bir oda verilir ve her kadın gündüz tarla akşamları varsa çocuklarıyla zamanlarını odalarında geçirirlermiş. Baba çocuklarıyla pek zaman geçirmez yakınlık daha çok anneden gelirmiş. Bu evlilik şekline Polijini denir.

Ben hep şu anki evlilikleri Polijiniye benzetirim. Artık birden fazla kadınla beraberlik günümüzde çok yaygınlaşmakta. Üçüncü

bir evlilik şekli Poliandridir. Bu evliliklerde kadın aynı zaman diliminde birden fazla erkekle evlenebilir. Bu daha çok erkeklerin yaşam sürelerinin kadınlara nazaran daha az olduğu toplumlarda (özellikle savaş zamanı toplumlarında, erkelerin savaflara katıldığı dönemler) geçerli olmuştur.

Dünyanın oluşum süreci içerisinde ilk insanlardan itibaren başlayan illiklik süreci günümüz modern çağına gelirken birçok aşamadan geçmiştir. İlk zamanlardaki yaşam koşulları, alanlarına bağlı olarak bir yaşam şekli olmalıydı. İnsanlar tamamen yemek, içmek, üremek için kendi kültürlerini farklı coğrafyalarda oluşturdular. Çocuk yetiştirmek, ilişkiler, evlilikler, törenler, inançlar geliştirdiler. Her bir coğrafya farklı olmak zorundaydı ve gelişim sürecine bağlı olarak en mantıklı, tutarlı olanlar genel bir kültür oluşturmaya başladı. Özellikle evliliklere baktığımızda monogami evlilikleri dünya da kabul gören evlilik şeklidir. Günümüz evlilikleri hızlı bir şekilde olmakta bu da sorunları birlikte getirmekte. Artı ve eksileriyle hızla gelişen dünya ya adapte olamayan kadın ve erkekler bu adaptasyon problemlerini evliliklerine farkında olmadan taşımaktalar. Eş adayları evlilik öncesi süreçlerinde neler yaşadıklarının sonuç değerlendirmelerini yapmamaktadırlar.

Genelde yapacakları evlilikten sonraki yaşamlarını düşünürler. Sonuç değerlendirme de kişi karşısındaki insanın kendine uygun olup olmadığını görür. Artık evlilik öncesi süreç o kadar kısa ve hızlı ki bu sorunları kaçınılmaz kılar. Eski toplumlarda bile özellikle batı toplumlarında evlilik öncesi süreç toplumlar için en önemli süreçmiş. Kız ailesi evleneceği erkeğin bu süreçlerde ne yaptığı ile yakından ilgilenir, kız devamlı ailesi ile bunları değerlendir geribildirimlerini eş adayına verirmiş. Erkeğin ve kızın bu süreçlerde geçmesi gereken aşamalar olurmuş. Örneğin erkek, kız ile ilişkileri sürecinde eğer gerçekten seviyorsa bazı hediyeler almalı, ilişki sürecinde kesinlikle eş adayı üzerinde sorumluluğu olmazmış. Bu kızın kendi başına yetebildiğini göstermiş. Doğu toplumlarında bu aşk süreci olmadan

ailelerin onayları önemli imiş. Aileler adayı bulur gençler buna saygı duyarlarmış. Baba kızı için başlık parası alır ama bu parayı evlenecek çiftlerin evleri için kullanır ve bunu da gösterirmiş.

Genelde batı toplumlarında uygun eş adayı aranırımış. Ama günümüzde doğru eş kavramıyla hareket etmekteyiz. Bunu da duygularımıza göre ayarlıyoruz. Aşırı derecede duygularımızı kullanıyoruz. Mantiğimiz azalıyor, eş adayının uygun olup olmadığı belli olmuyor. Sonra da ben seni tanımamışım sen böyle değildin gibi yaklaşımlarla evlilik çatırdamaya başlıyor. İlişkilerin başında her iki tarafta da duygusal yaklaşımlar öne geçer mantık gereken yerler çabuk örtülür, görmek istemeyiz çünkü duygusal anlamda acı yaşamanın kaygıları fazla olur. Kişi bu sefer acıdan uzaklaşmak için hazza yönelme çabasına girer. Kişi bazı durumlarda herkesi karşısına alır, kimsenin eleştirilerine kulak asmaz, bu benim hayatım der. Dışarıdaki bir göz daha mantıksal olabilir ama kişi bunu görmek istemez.

Erkek aşk sürecinde çok fazla değişir. Çok yumuşar, onay verici olur, hediyeler sürprizler fazladır. Bayan daha kontrollüdür. Ama evlendikten sonra da bu yaklaşımların devam edeceğini zanneder. Evlendikten sonra bir süre devam eder bu anlayış, cicim ayları dediğimiz süreç. Sonra erkek yerini alır evde televizyonun karşısındadır. Bir süre sonra çok şey değişmiştir. Bazı şeyler eskisi gibi değildir. Kişi kıyasa girer ve bu kıyas sıkıntı vermeye başlar. Sonuçlar istenilen gibi değildir. Bunlar hep duyguların kıyaslarıdır. "Sen önceden beni dinlerdin, o kadar beklerdin, kızmazdın, beraber bişeyler yapardık hep" gibi...

Evlenecek olmak birbirimizin yaşam alanlarını kısıtlamak, yasak koymak değildir. Kişi evlendikten sonra bile sosyal ortamlara kendini kapamamalı. Bunlar evlilik öncesinde tamamen göz ardı edilen mantıksal yaklaşımların eksikliğinden kaynaklanmakta. Kişi yaşadığı duygu kadar mantığını da her süreçte değerlendirmeli. Evlilik öncesi

kelimelerimizde güzel ve çirkin kelimeleri daha sıkken evlendikten sonra doğru ve yanlış daha fazla olmakta.

Artık sabrımız da kalmadı, yediğimiz yemekten kullandığımız elektronik eşyalara kadar alternatifler ne kadar fazla ise, partnerlere bakış açımız öyle olmaya başladı. Birden fazla evlilikler artmakta.

İnsan eş adayına şunu sormalı: "Beni tanıyor musun?" Bizler hep doğruyu hedefleriz ama devamlı güzelin peşinde koşarız. İnsan doğruyu hedeflemeli, içerisinde güzellikler aramalı. Doğruluğuna inandığın her şey güven verir, güvendiğin her şeyde gözün arkada kalmaz, gözün arkada olmadığı her süreçte içinde huzur oluşur. Huzurlu bir ruh hali pozitif düşünür, pozitif düşünen her birey mutluluğa kapıları açık tutar. Bu kapıdan kimi içeri aldığınız önemli.

Kadın Ergenliğe Kocasıyla mı Giriyor?

Bizler çoğu kez büyüdüğümüzü, bir şeyi yapıp yapamayacağımızı çevreden öğreniriz. Bizim dışımızdaki insanlar sürekli bizim hakkımızda yorumlarda bulunurlar: "Eeee, artık abla oldun. Büyüdün artık, iş gücü sahibi olmalısın..."

Bunlar da yetmiyormuş gibi evliliğe hazır olup olmadığımızı da belirleyen genelde çevre oluyor. Özellikle kız çocuklarına karşı inanılmaz bir tutum sergilenmekte. Daha liseyi bitirir bitirmez. Evlilik çağın geldi, diye başlarına bir ekşime oluyor. Öyle ki o dönemlerde çevresindeki herkes sanki ağız birliği yapmış gibi davranıyorlar.

Erkekler ise genelde okul, askerlik, iş bulma, meslek sahibi olma telkinleriyle yaşadıkları için kendilerini hayata aktif bir şekilde hazırlıyorlar. Bu süreç içerisinde ergenliklerini de bir nebze de olsa sağlıklı yaşayıp, büyüyorlar. Sürekli hayata karşı bir duruş sergileme, savaşıma, bir şey olma dürtüsüyle yaşıyorlar.

Kızlarda durum farklı. Liseyi bitirdikten sonra evliliğe hazır hale gelmiş gibi görülüyor. Sanki böyle bir yaşam kuralı varmış gibi sanki kızların kullanma klavuzu varmış gibi davranmalarının sebebi ne acaba?

Ülkede hayatta tek başına savaşabilme, yaşayabilme süreci- ne girmemiş bir sürü kız çocuğu ailesi, çevresi tarafından evlilik olgusuyla yüz yüze bırakılıyor. Bu dönemlerde kızlar, söylenenin doğru olduğuna inanıp telkinleri içselleştiriyorlar. Asıl sorunu ise evlendikten sonra yaşıyorlar.

Çoğu evli kadının söylediği şey şu: "Şimdiki aklım olsa o yaşta o durumda hayatta evlenmezdim."

Kız babaları kızları ergenliğe girmeye başladığında onlardan yavaş yavaş uzaklaşır. Kızlarını eşleri aracılığı ile uzaktan takibe alırlar. Daha sonra da onları yakından takip edecek bir kocaya verirler. Çoğu kadın alt bilinçlerinde evleneceği erkeklerle babalarının birbirine benzediğini sanar.

Her genç kızın ailesinin yanında ergenlik dönemini sağlıklı yaşaması şarttır.

Hatta bu dönemden sonra kendi başına yaşayabilecek hale de gelmelidir. Bu sağlanmadığı için şu an birçok kadın zararlı evliliği mecburen sürdürmekte. Hemen hemen hepsinin tek kaygısı boşanınca ne yaparım nasıl yaşarım?

En önemlisi gerçekten bitmesi gereken evlilikler bitmediğinde en büyük zararı çocuklar görüyor.

Erkeklerin çoğu ergenliği sağlıklı yaşayamamış kızlarla evlenip, zulüm ediyorlar. Şunun çok iyi farkındalar ayrılırsa kendi başına bir şey yapamaz bu saatten sonra.

Bu geçekten çirkin bir düşünce. Peki bunun sorumlusu kim? Kocalar mı? Tabi ki hayır!

En büyük sorumluluk anne ve babanın, sonra da çevrenin.

Sen, "Evlilik çağına geldin, aman şöyle yapma böyle davranma," diye kızını yetiştirsen,

"Aman oğlum oku, çalış, iş-güç sahibi ol," diyerek oğlunu yetiştirirsen, ortaya böyle sağlıksız evlilikler çıkar.

Ne zaman bırakacak bu çevre kızların yakasını?

Anne-babalar ne zaman kabullenecekler çocuklarının hayatlarına müdahale edilmemesi gerektiğini?

Çoğu anne-baba, çocuklarının hayatlarında nerede, nasıl duracaklarının ayarını yapamıyorlar.

Bu yaşam şekli eski toplumlarda görülürmüş. Kız babaları, kızları ergenliğe girdiğinde, kızını süsler ve evleneceği erkeği bulması için köy meydanına salarmış. Şimdi sadece köy meydanı yok ama eylem aynı. Eylem aynı ise kafa yapısı da aynı. Sadece dışımız daha modernize olmuş.

Son beş yıldır sürekli kızların artık erkek gibi olduğu, her şeyi yaptıklarından şikayet ediyorlar. Ne yapsınlar? Bu hakkı sen tanımayınca kendi yaratmaya çalışıyor.

Bütün kızlar ergenliğe sağlıklı bir şekilde girebilmeli ve daha sonra kendi hayatını devam ettirecek becerileri geliştirmeli. Yoksa, kocasıyla ergenliğe giren kadınlar kendilerini gerçekleştiremeden, bastırılıyorlar.

Tarayan ve Düzenleyen : Oz Büyücüsü

Gönlümün Konuğu

Bir röportaj için Hürriyet Gazetesi'ne gittiğimde tanıştım. Odasına girdiğimde bu kadar rengi bir arada görmemiştim. Ama kendisi de o renkler gibi canlı ve pozitif. Sizler kendisini çok iyi tanırıyorsunuz özellikle de gençler.

Saygı duyar, severim ve inanırım mesleğinde başarılı insanlara. Pınar da inandığım güçlü kadınlardan oldu. Bakın bu güçlü, pozitif ve güzel yürekli kadının gönlünden neler geldi bize:

Erkeklerin soylarını devam ettirmek istediğine dair güçlü bir inancı var toplumda. Fakat bence soyunu devam ettirmek, hem de en güçlüyle devam ettirmek isteyen; kadınlar! Ben hayatta kadını ve erkeği anlamanın, daha doğrusu anlamaya çalışmanın yolunun biraz belgesel izlemekten geçtiğine inanırım. Bizim din, ahlak ve birtakım sosyal sebepler nedeniyle gizlediğimiz, sakladığımız, yönünü değiştirdiğimiz, üstünü örttüğümüz tüm duygu ve davranışlar belgesellerde hemcinslerimiz tarafından alenen yaşıyor. İki erkek bizim için mücadele etse belki toplum tarafından yanlış anlaşılacak adına; "Yapmayın, etmeyin" deyip, onları ayırmaya çalışacağız. Ama o da ne! Benim geyik hemcinsim, kendisi için mücadele eden iki erkeğin boynuz boynuz kan revan içinde dövüşmesini bir köşede izler ve muhtemelen içinden der ki: "Güçlü olan kazanacak ve ben diğerine acımadan güçlü olanla birlikte olacağım. Böylece soyum en güçlünün katkısıyla devam edecek!" İnsanlarda da en güçlü; en zengin, en yakışıklı, en ünlü, en, en, en... oluyor.

Tüm bunlara rağmen annelik durumu, M.Ö. ve M.S. gibi kadınların hayatını ikiye bölüyor. Çevremden, röportaj yaptığım ünlülerden bile biliyorum. Çocuk için bir erkek belirlenir, çocuk yapılır ve erkek artık kendi yoluna gidebilir! Çünkü kadın, amacına ulaşmıştır.

Hem kariyer yapan, hem evinin hizmetçisi, hem kocasının sevgilisi, hem de çocuklarının annesi olan kadınlar... Diyelim ki; kocası ölmüş ve kadın hayatı boyunca hiç çalışmamış. Fark etmez. Çünkü eğitimsiz, iş hayatını hiç bilmeyen bir kadın bile evlere temizliğe giderek, yün örüp para kazanarak, çocuklarını okutabilir. Üstelik hayatı boyunca hiç evlenmeden, sevgilisi olmadan... Ancak bir erkek, karısı öldüğünde; "Bu çocuklara bir anne lazım, ben tek başıma bakamam ki" der ve hemen evlenir. Kadınların önünde saygıyla eğiliyorum!

Pınar Yilmazerler

Hürriyet Trendy Dergisi Genel Yayın Yönetmeni
Kelebek Soru-yorum Köşesi

Ev Kadınları ve İşkolik Erkekler

Her şey kadınla ve erkekle başladı. Ayrı ayrı olamayacağını anlayan bu iki cins bir arada yaşamak için bir araya geldi. Ama...

Ülkemizde 20 yaş üstü çoğu erkeğin anneleri genelde ev kadını. Hayatını evi, eşi ve çocuklarına adanmış kadınlar. Bu yaş ve üstü erkekler kendilerine hayatlarını adanmış kadınlarla yaşamayı bir yaşam biçimi haline getirmişlerdir. Onu doğuran kadın, onu büyüten kadın, onunla ağlayan-gülen kadın, ona arkadaş olan kadın, ona sevgili olan kadın, ona eş olan kadın, arkasını toplayan kadın... Öyle ki tek başına yaşayamaz hale geldiler.

Erkeği dünyaya bir kadın getirir ve sonra onu öğrettikleriyle bir şekle sokar. Bir süre sonra başka bir kadın gelir belli bir şekle girmiş erkeği parçalar, dağıtır ve kendi istediği hale getirir.

Anneyle başlayan kadın ilişkisi sevgili ve evlilik ilişkisiyle kökten bir dönüşüme uğrar.

Kadın kendi istediği haliyle erkeğiyle yaşamak ister. Kaynana-sından aldığı erkeği beğenmez.

Tanışma aşamasında erkek, karşı cinse annesine davrandığı haliyle yaklaşmaz ve bu, kadının çok ilgisini çeker. Bir süre sonra erkek gerçek şeklini ortaya koyduğunda kadın bundan rahatsız olur. Hiç beklemediği bir tabloyla karşılaşır. Kendine güvenen kadın artık bir savaş başlatır. Erkeğine kendisini hak etmesi için köklü bir dönüşüm süreci hazırlar. Bu süreç kadınların erkeğine uyguladığı sınavdır. Bir yandan kaynanaya uyumlu gözüktüp diğer yandan sınavı

başlatır. Çizginin bir tarafı diğer kadına aittir diğer tarafı ise kendisine aittir. Yalnız erkek bir o tarafa bir bu tarafa gider durur. Bu ilişkinin ilk zamanlarında erkeği bunalıma sokar. Hem anasına evet, hem sevgilisine evet der. Çünkü ikisini de kaybetmek istemez.

Bazen çizginin üstünde durmaya çalışır. Kendini dinlemeye alır. Erkek arkadaşlarıyla takılır. Ama bu çizgi üstü nötr durum, uzun sürmez.

Kadın duygusal varlıktır ve altıncı hisleri çok gelişmiştir. Erkek daha çok mantıksal yaşar ve altıncı olayı yoktur. Sezgilerinde başarılı kadınlar perdenin öbür tarafını çok iyi görürler. Önceden hissettikleri için önceden önlem alabilirler. Erkekler önceden hissedemedikleri için önlem alamazlar ve çabucak yakayı ele verirler. Yakayı ele verdiklerinde ise yaptıkları tek şey üste çıkabilmek için kullandıkları öfke nöbetleri, ani tepkilerdir. Bu tepkiler erkeğe özgüdür. Kadın kolay kolay böyle tepkiler vermez çünkü duygusal yapıları sabır mekanizmalarını geliştirmiştir. Yani "Sonra sen görürsün!" gibi...

Erkek yapar unuttur ama kadın kesinlikle unutmaz. Bu da kadını evlilik hayatında geçmiş odaklı erkeği ise gelecek odaklı hale getirir. Aldatılan kadınların hepsi geçmişe çok takıldıkları için şimdiki zamanda bile kocalarına, "Sen bana bunu yapmıştın, bu yüzden seninle seks bile yapmayacağım." derler.

Gelecek odaklı erkek ise, "Ya oldu bitti işte, bundan sonrasına bakalım." diyerek karısıyla olan cinsel yaşamını devam ettirmek ister. Bu da kadını sorun erkeği çözüm odaklı hale getirir.

Aşk hayatına baktığınızda iki farklı cinsten iki farklı dışa vurumlar görebilirsiniz. Şimdi erkek mantıksal dedik. Bu yüzden erkek aşırı duygusallığa alışık değildir. Kadının yoğun duygusal yapısı her türlü duygu yoğunluğuna hazır haldedir. Erkek alışık olmadığı bu aşk kaosunda dalgın halde yaşamaya başlar. Tüm erkeklerde bu vardır. Aşık olunca hayatında, işinde, okul sürecinde, her yerde dalgınlıklar yaşar çünkü alışık değildir. Bazı erkekler de okul, iş temposu yavaşlar. Kadınlar aşık olduklarında her türlü diğer yaşamlarına bu

süreci daha az yansıtırlar. Farkındalıklarını açık tutmak zorunda hissederler. Çünkü gözden hiçbir şey kaçmamalıdır.

Kadın dağıtıp yeni bir şekil verdiği erkeği buyruğunun altına alacağını zanneder ama kesinlikle olmaz. Çünkü temelde başka şekil verilmiş bir şeyi istediğin kadar parçalana ve yeni hale getir. İlki kadar dayanıklı olmayacaktır. Evlilik hayatı böyledir. Tam adam kıvamına geldi derken yavaş yavaş değişmeye başlar. Çünkü bu dönüşüm erkeği rahatsız edecektir. İstek azalır, ilgi azalır, talep azalır, paylaşım azalır. Bu istenmeyen sonuçtur. Yani dışının yaptığı yuva içten yok olmaya başlar.

Hepimiz biliriz ve şunu deriz: "Kadın çok emek verir, savaşı, sabreder..."

Evet, bu dönüşümü yaratırken çok emek verdiği çok bedel ödediği için de kolay kolay vazgeçmez. Aldatılan kadınların çoğu boşanmazlar. Hâlâ savaşı kazanma umutları vardır. Bu erkeğe inanılmaz güç verir. Çünkü başta da dediğim gibi erkek kadının kendisine bağımlı olduğunu fark ettiğinde karısına karşı talepkarlık azalır. Erkeğin talepleri azaldıkça kadınıninkiler artmaya başlar. Kadın aktifleştikçe erkek pasifleşir. Pasif erkek kendi işe güce aşırı vermeye başlar. İşyerindeki çalışanlar, ortaklar, müşteriler kadından daha önemli olmaya başladıkça kadında sinir katsayısı yükselir.

O flört dönemindeki her zaman ilgili, arayan soran, yanında olan, saatlerce beklemekten bıkmayan erkek gider yerine sabırsız, çabuk sinirlenen, unutan, cinsel isteği azalan erkek gelir.

Erkeğin en çok cinsel isteği aşırı duygusallık yaşadığı dönemde fazladır. Evliliikten birkaç yıl sonra sadece gerekli duyduğu anda ister. Flört döneminde görsel anlamda tahrik edip tatmin etmeyen kadın bu sefer her şekilde tamamen açık, sonuna kadar arzulu ve hazır hale gelir. Bu da erkekte itici olmaya başlar. Hayatta bir şeyde çok fazla istekli gözükme her zaman iticilik yaratır. Mesela yazın plajda çıplak kadınlar erkeklerin ilgisini çekmez. Akşam gece kulüplerine dekolteli giyinip gelen kadınlar erkekleri yerlerinden hoplatır.

Konumuza dönelim, erkek işe-güçe sarıldıkça bütün enerjisini dışarıda atmaya başlar. Eğer karısı ev hanımıysa, kadın evde enerjiyle dolar, taşar.

Bu enerjiyi bir şekilde dışarı atması gerekir yoksa o enerji strese dönüşür. Bir süre sonra kocasının tamamen kendinden uzaklaştığını kabul ettiğinde depresyona girer.

Depresyona, olumsuz şeyleri, sıkıntıları yaşarken girmeyiz. Çünkü o anda kabul etmeme dürtüsü vardır. Bu dürtüler kadını savaşımaya iter. Ne zaman ki kabullenir, o anda beyin savaşı bırakır ve depresyon başlar. Mesela bir yakınınızı kaybettiğinizde hemen depresyona girmezsiniz. Beyniniz ilk zamanlarda ölümünü kabul etmez, o bir yerlere gitti tekrar gelecekmiş gibi gelir. Bir süre sonra gelmeyeceğine tam anlamıyla inandığınızda artık beklentiniz kalmaz ve beyin depresyon sürecini yaşamaya başlar. Bu insanın her süreci için geçerlidir. Hastalıklar, iflaslar, şöhretin bitmesi, kazalar, ölümler, boşanmalar, aldatılma...

Evdeki kadının bir süre sonra konuşmaları artar ve bu, erkeği evden soğutur. Erkek uzak kalmak istedikçe dışa açılır ve kendini işe verir. Eve gelmek istemez, karısını çağırıştıran her şey sıkmaya onu başlar. Bunun içinde cinsellik de vardır. Cinsellikte yavaşlama, isteksizlik, onun yerine başka şeyler koyma süreci.

Bu yüzden kadının artık ev kadını değil, iş kadını olması şart.

Kadın, toplumumuzda erkek kadar rahat değil. Öyle her sıkıldığında kendini dışarı atamıyor.

Kendini örgüye veriyor, televizyona veriyor, ya da kurslara yazılıyor, bir derneğe yazılıyor. Bunlarda kesin çözüm olmuyor. Bir süre sonra çalışması ve erkeğe muhtaç yaşamaması gerektiğini anlıyor. Kocasının karşısına şöyle çıkıyor:- ben çalışacağım.

Tabi adam şokta ve hemen tepki gösteriyor:

- Hayır, çalışamazsın.

Bu istek erkekte, kadının kendisine olan bağımlılığının gideceğine işaret olduğu için kabul etmiyor.

Siz siz olun, kadınlar kimseye muhtaç olduğunuzu hissettirmeyin. Çünkü güç kimde ise zalim odur. Güçlü olan merhametli olamıyor yani hemen hemen bir çoğu.

Bu yazı tüm evli çiftler için geçerli değildir.

Evlilikte Mutlu Seks

Ne padişahlar topraklar vermiş, ne sultanlar fetihlere çıkmış, ne insanlar unvanları için vazgeçmişler aşklarından. Niceleri dokunamamış bile aşklarına, niceleri kıyamamış niceleri de doyamamış. Ama hep hayalleriymiş onlara acılar yaşatan onları mutlu eden o hayalde sevgiliye dokunabilmekmiş. Ne zor şey di mi, aşksın ve ona dokunamıyorsun ya da dokunsan bile yetmiyor beynin, kimyan, her şeyin devamlı istiyor istiyor. Kimileri kavuşup evleniyor kimileri bu sonuca ulaşamıyor. Evlensen de ne kadar sürüyor bu aşk ya da mutlu seks? Aslında ikisi de birbirini tamamlıyor. İnsanı çözdükçe insanı var eden her şeyin nedenleri de çıkıyor yavaş yavaş.

Evlilikler, aşklar, seks, mutlu yaşam ya da tam tersleri nedenleriyle veriyor kendisini teker teker. İhtiyaçlarımızın başında gelir seks, evlilik ya da birliktelikler yemek-içmek gibi önemlidir, ama ne kadar önemsiyor ya da dile getiriyoruz? Dünya da yaşamış ilk insanları düşününce acaba şimdi ki zamandan farklı nasıldı beraberlikleri ve seks hayatları? İlk insanlar antropologlar tarafından araştırılmakta ve sonuçlara göre o zamandaki erkeklerin fiziksel yapısı kadının nerdeyse 3 katıymış. Düşünsenize, o zamanlar tek amacınız üremek, üreyebilmek için beslenmek onun içinde avlanmak. O zamanlarda bilirsiniz ki herkes çıplak erkek ve kadın birbirlerinin cinsel organlarını görür, beğenir ve sonra cinsel ilişkiye girerlermiş. Bu esnada kadının fark edilmeyen bir koku salgıladığı söylenir o kokunun tatmininden sonra insanoğlu karar verir işte birlikte olacağı insana. Yüzyıllar geçmiş ve bugünlere gelmişiz, artık birçok yerimizi kapatıyoruz.

O zamanlar her yerimiz açıkken şimdiki gibi cinsel yaşamda problemlerimiz olur muydu acaba? Ama şimdi bu problemin olduğu kesin.

Kültürler ve yaşam şekilleri belirler insanoğlunun evlilik ve cinsel yaşam şeklini. Bizim ülkemizde monogami evlilik türü yaşanmakta yani tek eşe sahip olunan evlilikler. Tabi bu günümüzde ne kadar geçerli tartışılır aslında... Her şeyden önce seksin biyolojik, evliliğin kültürel olduğunu bilmemiz gerekir ama biz ikisini de karıştırır durumdayız. Tamam, evlilik kültürel ama seks yaşamı biyolojikse kadın ve erkeğin biyolojisine göre cinsellik yaşadıkları gerçeği çıkar ortaya. Peki mutlu seks yaşamı beynin kimyasına göre nasıl oluşur? Bilmediğimiz neler var? Bunları bildiğimiz takdirde o zaman bir şeyleri değiştirebilir miyiz? Tabii ki, neden olmasın. Kadın ve erkek aşık olduklarında salgıladıkları mutluluk hormonları (endorfin) sayesinde vücutlarına doping depolanır bu da sakinlik ve tatminlik sağlar. Yani sevdiğinizle yaptığınız seks size sayısız faydalar sağlar. Aşkın geçeceğini bilmek; ki bu kiminde bu 6 ay kiminde 2 yılda sınırlıdır. Ama seks yaşamını mutlu hale getirmek sonuna kadar önemlidir.

Beynimizin 2 lobu vardır: sağ ve sol loblar. Sağ duygusal düşüncemizi, sol ise mantıksal düşüncemizi yönetir. Bir önceki yazımızda kadınların ve erkeklerin duygusal ve mantıksal süreçlerine değinmiştik. Ama insan bu iki lobtan birini daha baskın kullanır ve yaşamı buna göre şekillenir. Aşkları ve seks yaşamları da farklıdır. Duygusal düşünceye sahip insanlar ki ağırlıklı kadınlar olabilir. Bunlar için önemli olan şey estetik, zevk ve acı vardır yaşamlarında. Mantıksallar için önemli olan şey güçtür ve fayda-zarar odaklıdır. Estetik olmadığı için fantezileri de yok denecek kadar azdır. Duygusallar daha çok soyut şeylere odaklanır, maneviyat önemlidir evliliklerinde; duygusal davranırlar, acelecilerdir, hemen olsun isterler, daha eve girer girmez kapıda sevişmeye başlayan tiplerdir, duygular önemlidir ve onun peşinden koşarlar.

Ama bir mantıksal eve gelip üstünü değiştirmeden, yemeğini yemeden ve saati gelmeden seks yaşamak istemez ona göre her şeyin yeri ve zamanı vardır. Mantıksalın evlilik yaşamında belli cinsel ilişki günleri vardır ve şartlanmadan dolayı o tarihleri pek atlamaz ama duygusal için yer, tarih ve zaman perde önemli değildir. Duygusal düşünceye sahip insanlarda abartı çoktur, mantıksalda yoktur. Duygusal düşüncede tonlamalar çok önemlidir ne yapıyor olursa olsun özellikle seks esnasında dokunsal boyuttaki konuşmalar, romantizm önemlidir siz duygusal konuşarak onu etkileyebilirsiniz. Mantıksal-larda kelimeler yani ne söylediğin çok önemlidir. Söylediklerinizle ikna edemezseniz eyleme geçmez.

Evli mantıksal bir eş ön sevişme pek fazla yaşamaz ama duygusal bir eş ise ön sevişme ister. Ükelere baktığınızda soğuk iklim insanları daha mantıksal sıcak iklim insanları daha duygusaldır. Bir Rus erkeği sadece sonuca odaklıdır ve fazla ön sevişme olmaz ama mesela bir Brezilyalı için ön sevişme en önemli kısımdır. Yaşamlarında da öyledirler. Örneğin bir Amerikalı anne yeni doğmuş bebeğiyle günde 2 saat kucak kucağa vakit geçirirken bir Afrikalı annenin kucağından çocuk hiç inmez.

Duygusal bir insan için önce sevgi, sonra saygı ama mantıksal biri için önce saygı sonra sevgi gelir. Biri evlilikte sevgiyi önemserken bir diğeri saygıyı daha çok Önemser. Duygusal ne olursa olsun merhametlidir ve çabuk affeder ama mantıksal kuralcı olduğundan az merhametlidir. Duygusal olan yaşamında tepkilerini davranışlarıyla belli eder ve eşinin anlamasını bekler fakat bir diğeri tepkilerini kelimeleri yani konuşmalarıyla-belli eder konuşmak ister.

Yatağını ilk ayıranlar duygusallardır genelde sonradan pişman olurlar, mantıksal kolay kolay ayırmaz ama ayırınca da kolay kolay birleştirmez. Duygusal daha değişime odaklı olduğundan seks yaşamlarında ilişkilerinde fantezileri sever, buradaki insan özellikle kadınlar mum ışığı fantezisini çok kullanırlar, her şey ayarlanır, yalnız mantıksal koca işten gelir ve çok yorgundur, yemeden içmeden

dinlenmeden olmaz. Mum ışığı ona biraz saçma gelebilir. Tam tersi olsun, duygusal adam ve mantıksal kadın aslında böyle bir ilişkiye tanıkta olmuştum, danışmanlığı yaptığım bir evli çift birbirlerini sevmediklerini ve ne yapacaklarını şaşırılmış halde gelmişlerdi.

Evliliklerinin ilk yıllarında küçük anlaşmazlık olmuş bunlar üst üste seks yaşamlarını da olumsuz etkilemiş. Kadın kolay kolay eşleşmeyen ve ikna olmayan, konuşulmamış ve halledilmemiş birçok şey olduğu kanısında erkek ise yaşanan yaşandı tekrar tekrar tartışmanın anlamı yok yarınımıza bakalım yaklaşımında ve eşine çiçekler, böcekler alıp sevgisini göstermekte ama kadın duymak konuşmak istiyor. Konuşmalarda ikna olmayan kadın bir süre sonra eşinin cinsel isteklerine de cevap vermez hale gelir ki, bu bir duygusal için ciddi sorundur. Her şeyi yap ama onu evliliğinde seksiz bırakma...

Bu boyuta kadar getiren mesele inanıncı çok basit bir mesele bile olabiliyor ki bu da onlardan biri. Duygusal olumsuz yapılan ya da yaptığı her şeyi 'salakça, iğrenç, güzel, çirkin, hoş' diye nitelerken mantıksal ise 'mantıksız, doğru, yanlış, gerçekçi değil' diyerek betimler. Yaşamın her yerin de bunları arar olurlar sonra. Evlilikte mutlu bir seks deyince mantıksalın aklına düzenli, temiz, faydalı, gerektiği kadar ve belli saatler gelirken duygusalın aklına çılgın, güzel, romantik, hoş saatler gelir. Şimdi beyin loblarına göre evliliklerde mutlu seks yaşamı nasıl olur, ona bakalım:

1. Mantıksal düşünceye sahip biri duygusal düşünceye sahip biri ile beraber olursa çok şey paylaşır, az tartışır, birbirlerini tatmin edebilirler, yeniliklere açık olurlar. Sadece maddi anlamda tartışılar çok risk aldıkları için bu pek fazla seks yaşamlarını etkilemez.

2. Mantıksal düşünceye sahip biri, mantıksal düşünceye sahip biri ile tek düze bir hayatları olur, seks esnasında bile yatırımlarını konuşabilirler yani aslında bol bol para biriktirirler. Evliliklerinde seks onlar için ihtiyaçtır ilk önce.

3. Duygusal düşünceye sahip biri, mantıksal düşünceye sahip biri ile birlikte olursa ve her ikisi de değişime kapalı ise felaket olur. Ortak nokta çok fazla bulamayacaklarından genel evliliklerinde seks yaşamlarında da problemler artacaktır. Duygusal taraf doyum yaşayamayacaktır, ilişkiden sonra yatamayan, rahat uyuyamayan taraf olacaktır. Ama mantıksal olan hemen sırtını dönüp yatabilir. Değişime açık olurlarsa mükemmel olur. Birbirlerinden farklı tatlar almaya başlarlar. Biri diğerin hayatına devamlı değişik zevk ve tatlar katacaktır.

Hiçbir şey değiştirilemez değildir, hayatın genelinde imkansızlık yoktur, kişinin kendisinin imkansızlıkları vardır. Evlilik sürecinde mutlu bir seks yaşamı için ilk önce eşinizin bu yönlerini bilmelisiniz en önemlisi kendinizi tanımalı ve ne istediğinizi bilmelisiniz. Eğer kendinizi değişime açık hale getiremezseniz bunu eşinizden de beklemeyin. Çünkü değişim insanın kendisinde başlar. Mutlu bir seks yaşamı için cinselliğinizi, seks boyutlarınızı eşinizle konuşmalısınız konuşmadığınız bir şeyin eyleminde de başarılı olamayız. Bizim toplumumuzda kültürümüz, yetiştirilmemiz gereği cinsellik yaşamı, seks hep göz ardı edilmiş ve ayıp sayılmıştır.

Aileler çocuklarını bu konuda doğru yönlendirip bilinçlendir-mediklerinden dolayı çoğu evlenen ya da adaylar için bu bir kabus olur. Eşinizle parayı, evi, yemeği konuştuğunuz gibi başında orta-sında ve sonunda devamlı bunu konuşmalısınız. Eşiniz mantıksalsa kelimeleriniz önemli, istekleriniz mantık çerçevesinde aktarmalısınız, eşiniz duygusal düşünceye sahipse konuşmalarınıza, duygunuzu da katmalısınız. Üstüne basa basa söylüyorum, yatak ayırmamalısınız eğer çok ciddi değilse problemlerinizi. Eğer bir mantıksalsanız eşinizle seks esnasında sadece o anı konuşmalısınız, nerde ne yapıyorsanız o ana odaklanın, aklınızda başka şeyler olmamalı.

Kendinizde ya da eşinizde cinsel akivite ile ilgili bir problem hissediyorsanız muhakka bir uzmana başvurun. Mutlu bir seks yaşamı olmayan çiftler psikolojik anlamda hertürlü sorunlara davetiye çıkarır.

Seks duygusal bir boyuttur ve fantezileriniz çoğaltmalısınız. Çiftin vücutlarıyla barışık olmaları gerekir, kendi vücudunu beğenmeyen bunu beden diliyle karşısındakine hissettirir. Hiçbir zaman seksle ilgili suçluluk duygusuna kapılmamalıdır çiftler, bu mutsuzluğu getirir. Cinselliği eğlence haline getirmeli, ona bir oyun gibi bakmalı insan, içine yenilikler katmalı ve bunu paylaşmalı. Seksi bir performans gösterisi gibi görmemeli.

Eğer evlilikte seks yaşamımızı mutlu hale getiremezsek bizi gerginlik, stres, uykusuzluk, ani parlamalar, dengesiz beslenme süreçleri gibi problemler bekliyor olacaktır. Unutmayalım seks su, yemek gibi biyolojik bir ihtiyaçtır diğerlerinden farkı duygusal yönden hazzının yüksek olmasıdır. Yiyeceğiniz yemeği konuşur, tarif eder gibi, susadığınızda su ister gibi, içecek tercihi yapar gibi seksi de konuşun ve değişik tercihleriniz olsun. Menüünüzü arada bir değiştirin.

Cinsel İlişki Sonrası Arzular

- Eşiniz sadece ilişkiye girmek istiyorsa reddedin, yoksa cinsel hayatınız kabus olacak.
- Bir kadına dokunsal temasta bulunmayan, sadece ilişki yaşamak isteyen erkekler ruhen sürekli aldatılır.
- Dokunularak uyarılmayan, kocasına sarılamayan kadınlar çocuğunu kendisine bağımlı yapabiliyor.
- Erkeklerin yaşadıkları her olaydan sonra seks düşünceleri olur ama kadınlar yaşadığı olumsuz olaylardan sonra seks kölesi olurlar.

Cinsel yaşam evlilikler de en çok önem ve özen gerektiren bir süreç. Deneyimlerime göre birçok evlilik ilişki sonrası arzuları yaşamaz halde. Halbuki sağlıklı bir cinsel yaşamda ilişki sonrası arzulama devam etmelidir. Birçok kadın, kocalarının ilişkiden sonra çok soğuk davrandığını söyler. Cinsel uyarılma davranışları çok önemlidir. Örneğin kadının uyarılma noktaları ile erkeğinki çok farklıdır. Kadın birçok noktadan uyarılırken erkek en çok cinsel organından uyarı alır. Tüm enerjisini o noktaya vermesinin sebebi de budur.

Cinsellikte 4 ana unsur temel yapı taşıdır:

1. İstek
2. Uyarılma

3. Orgazm

4. İlişki sonrası arzu

Yani ilk önce her şeyde olduğu gibi istemek önemli, kadının istemesi düşünceyle olur ve uyarılma yaşaması için fiziksel temasa ihtiyaç duyar. Daha sonra orgazm yaşar ve ilişki sonrası arzular oluşur. Ama erkeklerde istek ve uyarılma zihnindeki görüntüler ile olduğu için daha kadını gördüğü anda zihninde filmler oluşur. Bu filmler uyarılmayı arttırdığı için kadın orgazm olmadan erkek boşalır sonrasında ise cinsel soğuma oluşur. Tabiri caiz ise döner kışını, uyur.

Burada farkında olmamız gereken çok önemli noktalar var yine kadın ve erkeğin farkları ortaya çıkıyor.

Kadının iletişim gücü buradan geliyor, istemek, temas etmek, konuşmak ve en önemlisi paylaşmak. Erkek ise zihnindeki tasarımlardan enerji aldığı için genelde susmayı tercih edebiliyor. Kadının erkeği, anlayamaması burada gizli.

Sağlıklı iletişim kurabilen, empati becerisi gelişmiş çiftler cinsel ilişkilerinde de daha başarılı oluyorlar.

Kadına kendisini robot gibi hissettiren cinsel deneyimlerde romantizm olmaz. Erkeklerin enerji aldıkları tek nokta cinsel organlarıdır. Eşiyle cinsel temaslar oluşmaya başladığında erkek sadece cinsel organına temas edildiğinde harekete geçiyor. Kadın için durum biraz farklı, bir erkek karısına dokunmaya başladığı anda, hatta sarıldığında bile kadın için uyarılma başlar. Ama bu durum yeterli zaman diliminde olmadığında istenmeyen durumlar ortaya çıkıyor. Diyelim ki, kadın ve erkek cinsel ilişki için istek duymaya başladılar. Erkek ve kadın birbirlerine dokunmaya başladı. Bu dokunma süresi erkekte pek uzun olmaz. Hemen sonuca ulaşma isteği olan erkek hızlanmaya başlar. Çünkü erkek zihinsel haritasında cinsel ilişkiye girmiştir bile. Yalnız kadın, dokunma sırasında uyarılabildiği için, erkek bu süreyi kısa tuttuğu için, kadın uyarılmayı tamamlamadan erkek ilişkiye giriyor. Bu süreç, kadının isteğinin azaldığı ve erkeğin

isteğinin arttığı dönem olmaya başlıyor. Böyle bir durumda erkek için her şey normal iken kadın için yaşananlar sıkıntılı bir sürece dönüşüyor. Bari orgazm olduktan sonra erkeğine sarılıp, duygusal uyarılmayı devam ettirmek isteyen kadın erkek tarafından dışlanınca kadın mutsuzlaşıyor ve soğuma başlıyor. Genelde cinsel ilişki beklentilerimiz ile ilgili konuşmayı pek bilmediğimiz için bekletip bekletip sonunda birbirimize çok kırıcı olabiliyoruz:

- Tek bildiğin hayvanlar gibi mek.
- Çok duygusuzsun.
- Bir kez olsun ne istediğimi düşündün mü?

Bunları konuşmazsak, ihtiyaç alanlarımızı başka şeylerle doldurmaya başlar ve hiçbir şey yokmuş gibi yaşamaya devam ederiz. Ama eksik bırakılan her şey peşimizden geldiği için farklı bir sorunun kıyafetini giyer ve karşımıza tekrar çıkar. Biz uzunca bir süre bu yeni problemin, üstünü örttüğümüz asıl problem olduğunu anlamayız. Sonra uzman uzman gezip, TV seyredip vah vah demeye başlarız. Her kadın kendi kültürü, adetleri, inançları, kişiliği ve dişiliğine göre çare arar. Kimi bir başkası ile aldatırken, kimi eşine ihtiyaçlarını anlatır, kimi kendisini örgüye verip tüm kadın kuşaklarındaki uzmanları dinler ama sadece dinler ona buna anlatır, kimi fark edip destek alır, başka bir sürü çözüm yolları vardır.

Davranış bilimlerine göre insanlar geçmiş yaşamları ve güncel duygularını davranışları ile dışa vururlar. Evliliğinde mutlu olan ile olmayan kadın ve erkeklerin yaşadıkları yüzlerinden ve tutumlarından anlaşılabilir. Cinsel yaşamında mutlu olamayan insanlarda görülen ortak davranış şekli, agresifliktir. Erkeklerde genelde sürekli bir cinsellik mevcusu baskındır.

ERKEK TIPLERİ

Bir erkek vardır...

Sokak Erkeği: Kendi özünü sokakta, cadde de, arabada gördüğü her güzel kadına laf atarak dışa vurur. Bu tip erkeklerin sadece dilleri aktiftir. İnanılmaz iticidirler. Bu erkekler kadını gördüklerinde, zihin haritalarında bazı resimler ve kareler oluştururlar. Kadını kollarının arasında, yatağında resimleyerek haz duyarlar. Eyleme geçemeyeceklerini bildikleri için sadece dilleri çalışır. Ya da genelde kendi vücutlarını okşayarak, kur yaparlar. Kadınların çoğu da bu tip erkeklerin işe yaramayacaklarını bildikleri için geri zekalı, sapık, pislik, ayı gibi sıfatlarla karşılık verirler. Aslında erkeklerin %90'ı bu evreyi yaşarlar. Genelde gençlik dönemlerinde dışarıda ya da resimlerdeki güzel kadınlarla kurulan iletişim şeklidir. Bir kısmı bu evreyi kazasız ve sağlıklı atlattır, bir kısmı da ömrü boyunca orda kalıp, çok konuşan ve seyreden olur. Bu erkekler kazara evlense de aynı yaşam şeklini sürdürürler. Evlilikte bir süre cinsel doyum yaşarlar. Bu cinsel yaşam kanıksanmış hale geldikten sonra her şey tekrar başa döner. Sadece eşleriyle bir arada iken sokaktaki kadınlara laf atmazlar ama dayanamadıkları için göz tacizi ile tatmin olurlar.

Bunun bir uzantısını şöyle anlatabilirim: Eğer eşiniz sizinle birlikte olduğu halde gözlerini başka kadınlardan alamıyorsa, bilin ki zihnindeki tasarımlar hâlâ devam ediyordur. Çünkü onlar zihinlerinin derinliklerinde gizli tuttukları şeylerden kurtulamazlar. Kadın sürekli kızar ama bu tip erkekler bunları yapmaktan kendilerini alıkoyamazlar. Bir de öyle bir şey vardır ki, sokak erkekleri kadınlar hakkında

sürekli belden aşağı muhabbet ederler, kadınların zihinlerindeki imajları genelde budur.

Sokak erkelerinin ergenliği gerçekten iğrençtir. Ergenliğe girdiklerinde karşı cinsle seks yaşadıklarında bunu genelde erkek popülasyonun olduğu arkadaş ortamlarında ballandıra ballandıra anlatmayı severler. Dediğim gibi, zihinlerindeki bütün tasarıları sesli dile getirmekten zevk alırlar.

Düşünce nerdeyse ilgi ordadır. İnsan, beyinde en çok tuttuğu düşünceyi hayatında yaşar. Bu tip erkeklerinde sürekli düşündükleri şey karşı cins ile ilgili sapıkça düşünceleri olduğu için ilgilen de kadın üzerinde yoğunlaşmaktadır.

Şöyle açıklayayım; hepimiz günlük dilimizde konsantrasyon kelimesini sıkça kullanırız. Konsantrasyon iki türdür. İç algı konsantrasyonu ve dış algı konsantrasyonu. İnsan iç algısında yoğunlaştıkça dış algıda pasifleşir. Sokak erkekleri iç algılarındaki resimlerde aşırı konsantre olduklarından günün uzun zamanlarını beyinlerinde konsantre olduklarıyla doldururlar. Gerçekten iticidirler. Ama onlar için böyle bir şey söz konusu değildir. Sen ona kızdıkça o pişkin pişkin güler.

Oturduğum semt İstanbul'un seçkin ve belli bir sosya-ekonomik standartları olan bir yer. Ben daha çok işim gereği bu semtte bulunuyordum yıllarca ama kendimi oraya ait hissetmediğimi anladığımda kuzu gibi annemin evine geri döndüm.

Bu semtte parası olan çok ve belli bir yaşam şeklini oturtmuş, kendilerince nezih ama gerçekten de nezih insanlar yaşıyorlar.

Semtın bulunduğu araziler değerlendirildiğinde para hırsı gözlerini bürümüş insanlar. İnanılmaz bir hızla arazileri parselleyip binalar dikmeye başladılar. O kadar sakın bir yerd ki, trafik olmaz, her yer yeşillik, yürüyüş yapmak vazgeçilmez bir yaşam biçimi idi. Butik olan bu semtte herkes kendini tanır, selam verirdi.

Arazilere binalar dikilmeye başlandığında, bu inşaatları yapacak yüzlerce hatta binlerce işçi semte gelmeye başladı.

Biliyorsunuz İstanbul, eğitim değil iş göçü alan bir şehir. Bu sebeple dengelerin sürekli bozulması kaçınılmaz. Nereden geldiğini bilmediğimiz bu işçilerin bazıları. Hatta bir çoğu hayatlarında kadın, kız görmemiş gibi 'Abazalar' gibi olmaya başladılar.

Size anlatacağım olay gerçekten gerçek:

20'li yaşlarda çok sevdiğim üniversite öğrencisi bir kız, bir gün çalıştığım şirkete uğradı. Yaşadığı olayı anlattığında bende şok geçirdim.

Bir haftasonu babasıyla semtten uzak bir yere gitmek için apartmanlarından çıkmışlar. Babası önden arabaya doğru hızlanmış. Araba binanın arka tarafına park edildiği için kızına, "Sen yolun başına kadar yürü, ben arabayı alıp yanına gelirim." demiş.

Kız yolun başına ilerlerken bu sokak erkeklerinden iki tanesi karşıdan kıza doğru yaklaşmışlar. Gözlerini direkt kızın gözlerine dikmişler, sadece arada bir göğüslerine bakıyorlarmış. Kız bundan baya bir rahatsız olunca, "Ne bakıyorsun?" diye terslemiş.

İşte şok olacağınız nokta burası. Sokak erkekler bu lafı duyunca hiçbir tepki vermeden bu sefer kızın kalçalarına bakmaya başlamışlar. Kız bunu fark edince çok daha ağır bir lafla karşılık verince bizim sokak erkekleri sadece tebessüm etmişler. Ama bu tebessümü yaparken elleri cinsel organlarındaymış.

Be adam bu kadar da transa girilir mi? Bir anda yaşadığın yerden uzaklaşıp kendini porno karelerinde mi gördün? Bu cesaret nedir?

Gerçekten sokak erkeklerinin iki türü açlığı var; birincisi yemek içmek, ikincisi seks.

Hepiniz bilirsiniz bizim ülkemizde yıllar önce bir kültür vardı. Hala devam ediyor mu, bilmiyorum. Aylarca, sabah akşam çalışan sokak erkekleri bayram geldiğinde izine çıkarlar. Arefe gününden itibaren kerhanelerinin önünde kendilerine ödül dağıtırlar. Bir yılın

sonunda en büyük zevkleridir. Ya porno sinemaları ya da kerhane eğlenceleri...

Bunun en büyük ispatı, yakın bir zaman Önce ölen vergi re-kortmeni kerhane sahibi kadının ödediği vergiler olsa gerek. Suçlu kim? Arz-talep meselesi mi? Eğitimsizlik mi?

Suç belki de büyüklerimizde, ergenliğe giren genç erkeklerin %90'ının büyükleri tarafından teşvik edildiği bir mekan değil mi kerhaneler? Öyle ki, yıllar öncesinden beri olan bir adet bu. Ergen erkekleri babalarından ziyade amca ya da dayıları kerhaneye götürerek erkeklığe adım attırıyorlar.

Hiç düşünemediğimiz bir gerçekle yüz yüzeyiz aslında. Bu ecdadın çoğunluğu kadınları nasıl görüyor acaba? Kadın denilince akla ilk gelen şeyin cinsellik olmasının nedeni de bu olsa gerek.

Kızı ergenliğe girdiğinde, bir erkekle olmasına göz yuman kaç kişi var bu memlekette.

Her şey arz-talep meselesi.

Erkeklerin erkeklik ispatlarının sonuçları aslında genelev maceraları. Ama sokak erkekleri için hiç fark etmeyen bir durum söz konusu. Çünkü onlar için kerhanede çalışan da, yolda yürüyen de, evli barklı her kesimden kadın aynı. Hepsi cinsel obje. Birileri, bu sokak erkeklerine erkeklığın ne olduğu yanlış öğretmişler. Kadına laf atmak, taciz etmek ve pişkin pişkin sırtmak onlara göre erkeklik ispatı.

Çoğunun ilişki problemi olduğu için bu izledikleri yolla rahatlıyorlar.

Bir erkek vardır...

Mekan Erkekleri: Lüks restoranların, barların, açılışların ve bu tip yerlerin erkeğidirler. Eğlence anlayışları kültürel değil tamamen seksüeldir. Maddi durumları iyi olduğundan sahip olduklarıyla kendilerini ortaya koyarlar. En sık yaptıkları davranış, garsona yüklü bahşiş ve masadan masaya ikramlar. Genelde kültür seviyeleri düşüktür. Okumuş olsalar da kültürleri az gelişmiştir. Kitap okumaktan çok magazin dergileri ve araba fuarları ilgilerini çeker. Her mekanın sahibiyile dostluk kurma alışkanlıkları vardır. Babaları tarafından "Senden adam olmaz." cümlesini çok duydukları için aksini ispat etmek için daha çok kadına sahip olmaya çalışırlar. Başarının burada gizli olduğunu düşünürler. Aynı ekonomik standarttaki arkadaşların dışında dostluk kurmazlar. Ne kadar çok ünlü tanırılsa o kadar egoları şişer. Somut yaşamın esiri oldukları için soyut iletişim kurma problemleri vardır. Mikrofon uzatsanız iki kelimeyi bir araya getiremezler. Zaten konuşmaya başladıkça sende ondan soğumaya başlarsın. Hani vardır ya; kadın bir erkekten çok hoşlanır ve onunla tanışmak ister. Bunun için birçok yol dener. Sonra da tanışır ama bir şeyler terstir. Çünkü dış görünüşünü beğendiği erkekle tanışana kadar kadın kendi zihninde erkekle ilgili pozitif tasarımlar yapar. Tanıştığı anda beklentilerine cevap alamadığı için şoka girer.

Hayatın bilmediğimiz ya da çok fazla farkında olamadığımız bir işleyiş süreci vardır. İnsanoğlu sürekli kendini satan ve satılan alan varlıktır. Bazen işe girmek için, bazen karşı cinse beğendirmek için kendimizi satarız. Burada "satış" kelimesi yanlış anlaşılmasın.

Satış derken; insanın karşısındakine kendisini sunmasından bahsediyorum.

Kendileri nasıl mutlu oluyorsa kadının da öyle mutlu olacağına inanırlar. Kadının sürekli gezdirmek, pahalı hediyeler almak, tanıdığı ünlüleri tanıştırmak gibi davranışları vardır. Bu tip erkekler evlilik hayatına uzaktırlar. Belli bir yaştan sonra babalarının parasız bırakma cezalarına dayanamadıkları için ailelerinin seçecekleri kızlarla evlenirler. Eski hayatlarını gizliden gizliye sürdürürler. Evet çoğunu bilir tanırız belki ama hiçbir şey dışarıdan gözüktüğü gibi değildir. Genelde yanlarında zengin erkek delisi güzel kadınlar bulunur. Her iki taraf da oyunu kuralına göre oynar. Zaten zengin erkek arayan kadınlarda bilirler nasıl davranmaları gerektiğini. Her iki tarafta somut gerçeklerin peşindedir. Hayatlarında huzur yoktur anlık mutluluklar vardır. Hafta içi herkes işinde gücündedir. Mekanların belli günlerinde bir araya gelirler. Her iki tarafta ne zaman nereye gitmeleri gerektiğini bilirler.

Mekan erkeklerinin yüzde 80'i seks bağımlısıdır. Çok fazla kadınla beraber oldukça kendi güçlerini ispat etmeye çalışırlar. Özellikle herkesin beraber olamayacağı kadınlar çok ilgilerini çeker. Aynı bir Ferrari ye sahip olmak duygusu gibi.

Biliyor musunuz insan neden Ferrari alır?

Çünkü çok istediğinden değil herkesin sahip olmak isteyip te olamayacağı araba olduğundandır. İşte yine size seks gibi bir ispat çabası.

Ben yolda Ferrari marka bir arabayla gezen birini gördüğümde yanımdakilere hep şunu söylerim:

- İnanın içindeki adamdan daha huzurluyuz.

Genellikle beni ilk önce kimse anlamaz daha sonra yaptığım açıklamadan sonra anlarlar.

Hayatında sahip olduğun somut şeyler arttıkça buna bağlı olarak soyut yaşamın azalmaya başlar. Toplumda insanların çoğu para ve

malın arttıkça mutluluk ve huzurun da buna paralel artacağına inanır. Bu duygusal düşünene insanların gerçekleridir, genelde mantıksal değil duygusal düşünürüz zaten.

Bunu en güzel bir şekilde çocukları örnek göstererek anlatabiliriz.

Çocuğu olan aileler bilirler. Çocuklar büyüdükçe istekleri artar. Hele bazı çocuklar vardır ki istedikleri aldırarak için her yolu denerler. Öyle ki, anne ve babalarını çileden çıkarırlar. Yazık anne ve babalar da çocuklarına dayanamadıkları için, üzülmesinler diye eninde sonunda çocuk ne istiyorsa alırlar. Bu da yaptıkları en büyük hatadır.

Diyelim ki çocuğunuz oyuncak dükkanında gördüğü arabayı almanızı istedi. Bunu isterken gayet normal bir şekilde istedi ve siz de aldınız. Buraya kadar her şey normal.

Çocuk oyuncağı aldı ve eve geldiniz. Birkaç gün oynadı ve oyuncaktan sıkılıp kırdı. Bir kaç gün geçtikten sonra sizden başka bir araba istedi. Siz de ona 'hayır' dediniz.

Hayır dediğiniz için sizden araba isteme şeklini değiştirmeye başladı.

Daha sinirli bir şekilde istedi. Sizde dayanamadınız ve istediği yeni oyuncak arabayı aldınız.

Yeni aldığınız oyuncağın artık ömrü yavaş yavaş kısaltmaya başladı. Daha hızlı tüketip kırdı ve tekrar yeni bir oyuncak istedi. Siz de sinirlenmeye başladınız ve 'hayırrrrr' demeye başladınız.

Şimdi artık işi daha da abartıp isteme şeklini değiştirir oldu. Bu sefer bağırma, ağlamaya, sizi kızdırmaya başlar. Ama bir şekilde o kazanır. İsteddiği yeni oyuncağı da aldınız. Alacağınız her yeni oyuncağın ömrü gittikçe kısalır ve artık çocuğunuz hiçbir şeyden mutlu olmaz hale gelir.

Eğer önleminizi almazsanız işiniz zor.

Karşınızda sürekli isteyen biri var. Sürekli isteyen iletişimi doğru kullanamaz, empati kuramaz onun en çok yaptığı somut şeylere sahip olma isteğidir.

Mekan erkeklerinin de hali buna benzer. Her şeye sahip olmak ister, en güzel kadına, en güzel sekse, en son model arabaya, en iyi barda eğlenmeye.

Öyle ki seks bağımlılığı artar. Size bir mekan erkeğinin ağzından yaşadıklarını aktarıyorum:

"Kendimi seks yapmaktan alamıyorum. Günün her saati aklımda cinsel fantezilerle bir kadını düşünüyorum. Büyük bir sıkıntı içindeyim. Cinsellikten başka bir şey düşünemiyorum. Artık işlerimi de aksatmaya başladım, arkadaşlık ilişkilerim zarar gördü ve yaptığından suçluluk duymaya başladım. Sabah başka, öğlen başka bir kadınla beraber oluyorum, sonra da akşam evime gidip eşimle birlikte oluyorum. Toplumda çok zor durumlarda kalıyorum, insanların içimdeki bu arzuları fark ettiğini düşünüp kimsenin yüzüne bakamıyorum, bunu saklayamıyorum. Ailemle veya dostlarımla vakit geçirmek yerine hangi kadınla birlikte olsam düşüncesinden kendimi kurtaramıyorum."

Aradan 6-7 sene geçtikten sonra bu düşüncelere sahip oluyorlar.

Bir erkek vardır...

Yatak Erkeği: Her sosyal sınıfta bulunabilir. Zengini, fakiri, doktoru, öğretmenini, amelesini, mühendisi hiç fark etmez.

Bir kadınla ilişkiden anladıkları tek şey ikna edip yatağa atmak. Kesinlikle uzun ilişki kuramazlar. Günleri akşama kadar işleri ile yoğun geçer, başka bir şey yapmazlar. İşleri bitince ekonomik durumlarına göre kadın arayışına girerler. Bir internet kafede arkadaşlık sitesinden, bir gece kulübünden, parayla ajanslardan o da olmazsa sokakta çalışan kadınlardan faydalanmaya çalışan erkeklerdir. Bildikleri çok az şey vardır. En sık kurdukları cümleler:

- Çok güzelsin.
- Yüz yüze konuşsak bunları.
- Fiyat nedir?
- Olmaz haftaya işim var, bu gece göreyim seni.
- Bir şeyler içelim mi? Nerde oturuyorsun?

Bu tipler evlenir ama eşlerine de uzun bir süre bu gözle bakarlar. Daha çok çocukluk yıllarından kalan travmaların etkileridir. Hard seks yaparlar.

Bir erkek vardır...

Eşleşen Erkek: Kendini bütün kadınlar için yaratılmış görür. Aldatmaya programlanmıştır. Bir anda birden fazla kadını idare edebilir. Çok çabuk eşleştiği için hiçbir kadını da kıramaz. Hayır diyemeyen erkekleridir.

Arkadaşları "Ya bu kadar da olmaz, karar ver de sadece biriyle ol." dediklerinde "Ne yapayım birini bıraksam kalksam çok üzülecek." gibi bahanelerin arkasına sığınır. İçten içe hemcinsleriyle olan popülasyonunda hayvanca zevkler alır.

Yaşadığı hayatın sadece kendinde olduğunu sanar ve arkadaşları eleştirdiğinde, kıskançlıktan öyle davrandıklarını zanneder. Hayatı birkaç ortamla sınırlıdır. Ailesi, iş, kadınlar. İlginç bir şekilde hepsiyle pozitif yaşam görüntüsü çizer. Onu tanıyan herkes çok iyi, neşeli, eğlenceli biri der. Ama bunun nedeni her ilişki de farklı bir kişiliğe çabucak girebildiği için geçişler esnektir. Çabucak bulunduğu ortama uyum sağlar.

Genelde ayrılıklardan sonra dost, arkadaş kalabilirler.

Bir erkek vardır...

Su Erkeği: Bu tip erkekler nerden baksan aynıdır. Her şeyi ihtiyaç olduğu için yaparlar. Sürekli yaşayacakları şeyden fayda ararlar. Hayatlarında toplumun gerektirdiği düzen hiyerarşisi vardır. Okul hayatı, askerlik, iş hayatı, evlilik, çocuk...

Genelde fazla kadınla ilişkiye girmek yerine ilk tanıdığı, güvendiği kadınla evlenmek isterler. Eğer evlenirse evliliği kurallarına uygun yaşar. Seksi faydalı olduğu için yapar meyveyi yararlı olduğu için yerler. Hayatlarında romantizm olmaz. Güzele değil faydaya programlıdır. Eşlerine sadıktır ama heyecan yaşatmazlar. Su gibi ne zaman istersen elinin altındadırlar. Dışarıdan bir etki olmadıkça bozulmazlar. Aynı su gibi çay ve kahve kattığında rengi gider. Ne zaman ne yapacağını bilirsin. Keskin sınırları vardır. Merakta bırakmaz. Akşam geliş sabah gidiş saati bellidir. Ona sadece ne yapacağınızı birkaç gün önceden söylemeniz yeterli. Fazla sosyalliği sevmez. Siz ona "Canım" dersiniz o size "Efendim Ayşe" diye cevap verir.

Bir aşk filmi izlediğinizde, siz "Çok romantik ya, ne aşkış" dersiniz, o ise "Bence başrol karakter bu filmde az performans sergilemiş, yönetmenin eski filmi daha profesyoneldi." diyerek sinir katsayınızı artırır.

Kesinlikle aldatma eğilimi olmaz.

Bir erkek vardır...

Sepet Erkeği: Bu tip erkekler kadın ne yaparsa yapsın sineye çekenlerdir. Sepet gibi bir sürü derdi, sıkıntıyı çeker gıky çıkmaz. Evden işe, işten eve gidip gelen erkeklerdir. Çok fazla söz söyleme hakkı yoktur. Ama genelde söylediğini zanneder. Dolarlar dolarlar ve bir gece karısı lütfedip cinsel ilişkiye girdiğinde ne var ne yok hepsi boşalır gider. Yaşadığı her şeyi unutabilir ve sepet dolmak üzere tekrar boşalır. Evde pek hakimiyeti olmaz.

Kumandayı eline aldığı anlar kendini çok mutlu hisseder aynı bir çocuk gibi. Kendi yaşam alanları pek olmaz. Yaptığı her şeyin hesabını vermek zorundadır. Ekstra kendine bir şey alsın, karısı "Biz burada ne yiyeceğimizi düşünelim, ohhh sen keyfine göre yaşa." der.

Kendini sadece seks yaparken güçlü hisseder. Ama cinsel ilişkisi bile karısının istediği şekildedir. Orada bile güçlü olan karşı taraftır. Ama sepet erkeği bununla bile yetinmesini bilir.

Karşı cinse bakmaz, korkudan aldatamaz, içten içe aklından sürekli geçer, evin dışında aslan olmaya çalışır ama bunu da başaramaz. Sürekli rüyalar görür, kendini her yerde sözü geçen bir padişah olarak görür ama rüyanın tam ortasında "Hadi kalk artık işe geç kalma." cümlesiyle uyanır.

Sepet erkeği, her şeyini sepetine koyar koyar biriktirir. Halk dilinde kılıbık erkeklerdir. "Tamam" kelimesini çokça kullanırlar. Kadınların çoğu için sıkıcı erkeklerdir. Komşular arasında da örnek gösterilen kocalardır.

Sepet erkeklerinin karılarının, en çok uğraştığı kişiler kaynanalarıdır. Çünkü sepet erkeğinin annesi gelininden nefret eder.

Oğlunu elinde muma çevirdiğini düşünür ve sürekli yakınır. Aslında evlenmeden önce annenin de oğluna yaptığı şey aynıdır. Baktığınız zaman sepet erkeği değişmemiştir. Sadece annesi rolünü bir başkasına kaptırmıştır gelini.

Hani vardır ya tüm anneler çocuğuna bağırır, kızar ama bir başkası bunu yaptığında aslan kesilir. Bu da öyle bir durumdur. Sepet erkeklerinin yaşamlarında heyecan yoktur. Çünkü erkek ve dişi rolleri değiştirdikleri için ne erkek, erkek gibi davranır ne de kadın, kadın gibi davranır. Aldatılmak istemeyen kadınlar için sepet erkekleri idealdir. Ama bu kadınlar kendilerini aşk dizilerindeki jönlerle tatmin ederler. Dizideki erkek oyuncu yakışıklı, kadın ruhundan anlayan, sürprizler yapan, kadını koruyan kollayan bir erkektir.

Sepet erkeklerin karıları bu dizileri kocaları ile seyrederek. Zaten sepet erkeğinin dizi başladığında başka bir kanala geçme gibi bir isteği söz konusu olamaz.

Bir erkek vardır...

Mevsimlik erkek: Bu tip erkekler uzun süreli aşk, ilişki yaşayamazlar. Her başladığı ilişki de sanki ilk kez aşık oluyormuş gibi davranırlar. Karşı cinsi de sadece kendilerine ilk kez aşık oluyormuş görüntüsüyle aldatırlar, ilişkiyi uzun süreli yaşayamadıkları için bu kısa zamanı dolu dolu geçirip, bir bahane yaratıp ya da huzursuzluk çıkarıp bitirirler. Bu alışkanlıkları olduğu için farkında olmadan yaparlar. Bir mevsimi sadece bir kadınlar geçirirler. Her mevsim başka birileri hayatlarına girer. Özellikle yaz başka kış başkadır. Sürekli ah alan erkeklerdir. Aldıkları ahlar kendilerini uzun süreli ilişki adamı yapmaz.

Kadınların ilişki anında çok eğlendikleri ama hiç güvenmedikleri erkeklerdir. Kısa süre ilişki yaşadıkları için o kısa zamanda kadını mutlu edebilmek için ellerinden gelenin en iyisini yaparlar. Muhteşem anlayışlı, eğlenceli, zevkli tam bir aşk adamı çizgileri vardır. Ama süreç kısadır.

Çünkü hızlı motive olup kısa süre sonra sönerler. Bu yüzden süreklilik olmaz

Bir erkek vardır...

Nimetten erkek: Kendisini nimetten sayan bulunmaz hint kuşağı görünümlü erkeklerdir. Bu erkeklerin tipleri biraz düzgündür ve ceplerinde paraları vardır. Sürekli bir kadına ihtiyacı yokmuş gibi gezerler. Yakışıklı olduklarından daha çok karşı cinsin yaklaşmasına alışık oldukları için, kendileri pek yanaşmak istemezler.

Sosyal ortamlarda kadınlarla birlikte iken yaptıkları sohbetler daha çok gezdiği, gördüğü yerlerdir.

Kendilerini çok önemserler. Düzenli spor yapar, özel zevklerini bırakmazlar. Dış görünüşleri önemlidir. Bir kadından daha fazla bakıma girerler. Kendi görünümüne aşırı düşkün olduklarından karşı cinsi gözlemlemeye pek vakitleri kalmaz.

Genelde erkek cinsinin kırklı yaşlardan sonra bu sürece girdikleri gözlenir.

Banyoları bir kozmetik dükkanı gibidir. Kayak malzemeleri, av tüfeği, dalış ekipmanı sürekli hazırda bekler.

Seks yaşamlarında bile daha çok kadının aktif olmasını isterler. Çünkü kadının kendisine aç olduğu gibi hastalıklı bir düşünceye sahiptirler. Çok fazla aşk deneyimleri yoktur. Sorsanız çoğu hayatında bir kere aşık olmuştur. Zamanlarını daha çok kendilerine aşık olarak geçirirler.

Bir Erkek Nasıl Yola Gelir?

Belki de bu zamana kadar çok fazla düşünmediğiniz bir süreçten bahsedeceğim size. Evlilik öncesinde yapılan bazı yanlışların başında gelen en önemli şey, sadece erkeğe bakarak karar verilmesidir. Genelde evlenmeden önce yapılması gereken en önemli şey evleneceğiniz erkeğin annesini tanımak. Bir erkeği annesinin nasıl yetiştirdiği çok önemlidir. Genelde erkek anneleri evlatlarının bir dediğini iki etmez. Çoğu erkek şımartılarak büyütülür. Böyle erkekler ise aynı süreci evlendiği zaman eşinden bekler. Şımartılan erkekler bir kadının sorumluluğunu pek fazla almayı bilmezler. Çünkü hayatlarındaki en önemli kadın olan anneleri her işlerini kendileri yaptıkları için çocuklarına pek fazla sorumluluk vermemişlerdir. Böyle bir erkeği kaynanadan alan kadın ise yıllarını onu değiştirmekle harcar. Bu da en büyük hatadır. Erkekler kendilerinin değiştirilmeye çalışılmasından hoşlanmazlar. Ama kadınlar tam tersidir, gerçekten seviyorlarsa kocaları için değişmeye razı olabilirler.

Ben çok kadın tanıyorum kocası için işini bırakan, ortamını değiştiren, dostlarından kopan, yaşam tarzını değiştiren.

Bu kadar erkek tanımiyorum karısı için kendini değiştiren. Erkek nereye giderse gitsin kendi kurallarıyla ve istediği şekilde yaşamak ister.

Erkeklerin çoğu flört dönemlerinde olumsuz yanlarını genelde saklı tutarlar. Eş adaylarına bu yönlerini pek göstermezler. Evlendikten bir süre sonra anneleriyle olan ilişkilerini devam ettirmek isterler.

Yani anne nasıl her istediğini yapıyorsa ona kızmıyorsa aynı süreci eşlerinden beklerler. Bu süreç cicim aylarının bitimine denk gelir.

Kadınların dikkat etmediği çok önemli bir şey vardır. Erkek çocuğu olan kadınlar, çocuklarına iyi yaptıkları her şeyde "aferin" kelimesini kullanırlar. Ama bu kocaları olduğunda aynısı yapmazlar. Erkek çocukları bebeklikten itibaren "Sen yaparsın, erkeksin, aferin." gibi... kelimelerle büyürler. Yaptıkları her şeyde genelde bunu beklerler.

Evlilik hayatında kadın kocasına bunları söylemek istemez. Çünkü şımarmasını istemez. Çok ilginç bir şekilde erkek ise bilinçaltısında bunu bekler. Bu aslında erkeğin ödülüdür.

Bütün aldatmalara baktığınızda, aldattığı kadınlar, erkeği yere göğe sığdıramaz.

"Sen çok özelsin, yakışıklısın, bir tanesin, harikası." gibi cümlelerle erkeği bolca ödüllendirirler. Bu erkeğin sürekli o kadının popülasyonunda kalmasını sağlar. Erkek hangi popülasyondan ödül alıyorsa orda yaşamayı ister. Aslanların popülasyonuna baktığınız zaman, erkek aslanların sahip olduğu bir alan vardır. O alanda birden fazla dişi aslan vardır. O dişi aslanlar sürekli erkek aslanla zaman geçirirler. Erkek biriyle çiftleşir ve sürekli onunla flört eder. Bir süre sonra dişi aslan yavrularıyla çok zaman geçirdiği için erkek aslanı ihmal etmeye başlar. Ama erkek aslan boş durmaz diğer dişi aslanlarla flört etmeye başlar. Kadınların çocuk olduktan sonra erkekleri ikinci plana atmaları da ayrı bir konu aslında.

Kadınlar sürekli ceza yöntemi kullanırlar. Ödül, kullandıkları bir yöntem değildir. Bu sebepten erkeğin sadece seksle yola geleceğine inanırlar. Evet erkeğin en önemseydiği şey seks olabilir. Seks somut bir yaşamdır. Tenlerin birbirine değmesiyle somut hisler içselleşip yoğun duygulara dönüşür. Ama kadın soyut bir yaşamı daha çok önemser. Tenler birbirine değmeden bile direkt içselleşip yoğun duygular yaşayabilir.

Belki de kadının ve erkeğin sahip oldukları duygu ve düşünce yapılarını bilmek gerekir. Erkek ve kadın aynı resme bakıp farklı şeyler görürler. Diyelim ki bir resim sergisine gittiniz. Resimlerden bir tanesi doğa resmi olsun. Kadın bu resme baktığında direk içine girmeye başlar. Çiçekler, yeşillik derken resmin vermek istediği mesaja kadar inerler düşünce boyutunda. Ama genelde erkekler "Orman resmi işte." diyerek dışsal bir yaklaşımda bulunur. Baktığınızda tümüyle olaylara bakış açıları da böyle farklılıklar gösterir. Kadın sürekli duygularını anlaşılmasını istediğinde erkek partnerinin kendisinden bir şeyler istediği düşüncesine kapılır. Bu da erkeği rahatsız eder. Kadınlarda direk yansıtma olayı yoktur. Erkeğin bir şekilde kendisini anlamasını bekler.

Ey kadınlar hala öğrenemediniz mi erkeklerin böyle bir yapıları yoktur. Evlilik hayatlarına bile baktığınızda bir anneyle çocuğun ilişkisine bakın. Sürekli çocuğun ne hissettiğini önemseyen ve fark eden kadınlardır. Babalar ise anlamadıkları şeylere kafa yormazlar.

Bu özellik kadına yaratıcı tarafından bahşedilmiştir. İlk çocuğunuzun doğduğu ilk zamanları düşünün. Anne bebeğini kucağına aldığı anda otomatik olarak, bebeğin ne hissettiğini, neden ağladığını, ne istediğini anlar. Ama babalar bebeği kucağına aldıktan bir süre sonra panik yaşarlar. Kucağında bebek ağlamaya başladığında hemen eşlerine verirler.

Aynı erkek karısının da duygularını genelde anlamaz.

Erkeğin kadını anladığı tek zaman dilimi vardır. O da kadını elde etmeye çalıştığı zamanlardır. İlişkinin ilk başlama aşamasında, kadının kendisini terk etmek istediği zamanlarda ya da kadını aldattığının öğrenildiği süreçlerde.

Erkekler beyinlerinin duygusal bölümünü pek kullanmazlar. Çünkü kazanmaya programlanmış beyinleri duyguyu önemsemez. Önemse de onun için sonuç önemlidir. Aynı maç izlerken yaşadığı süreç gibi. Erkek maçı kazanmanın vereceği hazı yaşamak

için seyrederken kadın ise bir an önce kim kazanırsa kazansın bitsin ister.

Kadın daha duygusal olduğu için sürekli anlaşılmayı bekler. Diyelim ki kocanızla bir konu hakkında tartıştınız ve sizi gerçekten kırdı. Kadın kırılırsa erkek yanmıştır. Artık erkeğin bir süre kendi evinde misafir olarak yaşaması gereken süreç başlar. Çünkü kırılan kadın, yaşadığı olayı sonlandırmadığı için uzunca bir süre tutum ve davranışlarıyla bunu erkeğine hissettirmeye çalışır. Daha bir soğuk davranır, isteksiz sevişir, aramaz, sormaz ya da sadece ihtiyaçlar için zorunlu arar, genelde istekleri veya ihtiyaçları için varsa çocukları kullanır. Aslında kadının vermek istediği mesaj: "Beni kırdığın için seni cezalandırıyorum"dur.

Erkekler ceza almayı sevmeyizler.

Kadın, erkeğe cezayı anlaşılacak isteyerek verir. Bunda da daha çok beden dilini kullanır. İnsanlar sizinle iletişim halindeyken sürekli farkında olmadan beden dilinize odaklanırlar. Bu hepimizin yaptığı bir şeydir. Aynen çok fazla zaman geçirmediğimiz halde bazı insanlardan hoşlanmamız gibi bir şeydir.

Kadın duygularını daha çok beden diliyle verdiği için ortaya beden diliyle net duruş sergileyemeyen kadınlar çıkıyor.

Bunu şu örnekle daha iyi anlayabiliriz: Çoğunlukla erkekler işten eve geldiğinde, karısının beden diline bakıp, "Yine ne oldu?" gibi soruları çok sorarlar. Bu bir süre sonra değişir çünkü erkek kanıksadığı için bu durumu sormayı bırakır. İşte kadın bu süreçten sonra inanılmaz sinirli olmaya başlar. Çünkü kocasının artık kendisini anlamadığını düşünür.

İlişkilerde, evliliklerde yapılan en büyük yanlış anlaşılmayı beklemektir. Sağlıklı ilişki karşındaki anlamaktan geçer, insan ancak anladığında kendini değiştirebilir; bu hem erkek hem de kadın için geçerlidir.

Erkeklerin %80'i zor çocuk gibidir. Çünkü Türk toplumu erkek çocuklarını şımartmayı sever. Bir çoğu ana kuzusudur zaten. Ana kuzuları sorumluluk almaz, sürekli istekleri olan yapılmadığında sinirlenen yapılardır. Hiçbir kadın bir ana kuzusu ile evlenmek istemez. Ama erkekler flört dönemlerinde bu dürtülerini saklamayı çok iyi bilirler.

İnanılmaz sorumluluk sahibi gibi gözükürler. Kadın sürekli böyle olacağınız düşünür ve evlilik hayalleri kuramaya başlar. Bu hayaller inanılmaz haz verir. Kadın bu hayal sürecine bir kere girdiğinde sele kapılır gider. Artık tek isteği evleneceği erkekle kuracağı yuvanın nasıl olacağıdır. Bu hayal aşamasında zaten kendini saklayan ana kuzusu iyice ser verir sır vermez hale gelir.

Gönlümün Konuğu

Tartışmaktan keyif aldığım az insandan biridir. Kızınca güzelleşen kadınlar var ya, işte onlardandır Pınar. Ama kızınca daha çok konuşur, daha çok anlatmak ister.

Severim, dinlerim, eğlenirim, güvenirim dediklerimdendir.

Seven kadın (erkek) vardır. Sevip de istediğini bulamayan kadın (erkek) vardır. Seven, aradığını karşısındakinde bulamayan ama içten içe "aslında beni seviyor" diye tırmalayan kadın (erkek) vardır. "Kaçarsam belki yüz verir" diyen kadın (erkek) vardır. Ve kaçan kadın (erkek) vardır. Kaçan ve arkasından gelen olmadığını görünce geri dönüp kovalayan kadın (erkek) vardır. Kalbi çok kırılıp giden kadın (erkek) vardır. "Bu erkeklerin (kadınların) topunun Allah belasını!" deyip sapıtan kadın (erkek) vardır. Bozulan ruhunu temizlemeyen, ruhunu satan kadın (erkek) vardır. Erkeği (kadını) kullanan kadın vardır. Beraber olduğu erkeğin (kadının) parasını sömüren kadın (erkek) vardır, facebook'ta, her ortamda günde 1580 kere "aşkım ama ben seni çokook seviyorum amaaaa" diye beraber olduğu erkeğe (kadına), her nedense, yalakalık yapan kadın (erkek) vardır.

Liste uzar gider ve aslına bakarsanız kadınlar da erkekler de aynıdır ama tek fark vardır bildiğim: bir kadın bir kere gittiye gerçekten gitmiştir. Yıllar önce bir erkekten duyduğum ve sonradan tecrübeyle sabitlediğime göre ise; giden erkek mutlaka bir gün geri döner ancak erkeklerin geri vitesi yoktur. O yüzden dünyayı bir kez turlamaları gerekir. Bu belki 1 gün belki 10 yıl sürer ama mutlaka geri dönerler. Beklemek ve görmek gerekir.

Pınar Aktaş
Gazeteci

Futbol Cinsel Mesajlar İçerir

FUTBOL BAĞIMLILIĞI

Uzmanlar 'futbol hastalığının' psikolojik yönlerini incelediler ve bu güzel oyun sayesinde nasıl mutluluk ve kimlik bulduğumuzu sizin için anlattılar.

Eğer siz de futbolsuz günlerde yaşamaktan şikâyetçiyseviz ve her gün sezonun başlamasına ne kadar kaldığını hesaplıyorsanız, size bir haberimiz var; futbol bağımlısı olabilirsiniz.

Hiç şüphe yok, futbola tutkuluyuz. Her yıl hemen hepimiz en az bir maçı tribünden izliyoruz. Duracell'in yaptığı bir araştırmaya göre; erkeklerin 4'te 1'i büyük bir maçı izlemek için ailesinden birinin cenazesini kaçırmayı göze alabilir. Peki, nedir bu futbolun sırrı?

Futbolun izlemesi en zevkli spor olduğunun bilimsel olarak kanıtlanmasını bir kenara bırakırsak, Meksika Los Alamos Laboratuvarları'nda yapılan araştırmalara göre, psikologlar erkek psikolojisi ve futbol arasındaki bu karışık ilişkiyi çözmeye çalışıyorlar. Şu bir gerçek ki, futbol izlemek vakit geçirmek için yapılan bir aktivite değil, bir ihtiyaç. Taraftarlar da bizi doğrulayacaktır.

Dahası, futbol tutkusunu atalarımıza dayandıran iddialar da mevcut. Uzmanlar, avcı atalarımızın av seferlerinin yerini futbolun aldığını söylüyor. Bu da neden futbol seyircisinin %86'sının erkek olduğunu açıklıyor. Psikolog Barbara Pease konu hakkında: "Binlerce yıl, erkekler birlikte avlanmaya çıkarken, kadınlar da yemek işleriyle ve çocuklara bakmakla yükümlüydüler. 18. yüzyılda çiftçilik avcılığı

gereksiz hale getirerek bu gidişata bir dur dedi. Bundan sonra, erkekler top oyunları icat ederek avcılık günlerine bir alternatif geliştirdi. Ve bugün maçlara giden erkeklerin stadyumlarda kendilerine bir av grubu bulduğunu söyleyebiliriz." Amerikan Hastanesi'nden Psikolog Aslı Akkan da Türkiye'deki futbol tutkusunun, yüzyıllar evveline olmasa da, yine geçmişe dayandırıyor: "Türk kültürü gibi 'erkek adam futbol oynar' anlayışının yaygın olduğu toplumlarda kişiler daha çocukluklarında futbol olgusuyla tanışırlar. Mahalle aralarında, sokaklarda, halı sahalarda düzenli olarak oynadıkları, daha önemlisi yaşadıkları bu oyunu ileriki yaşlarında takip etmek kaçınılmaz olmuştur. Bu kişiler sadece futbolu izleyip taraftarlık yapmazlar; aynı zamanda geçmişleriyle özdeşleştirerek yaşarlar."

Hormonlar da futbolsever

Bu güzel oyun ayrıca erkek beyninin kendine özgü sistemine de hitap ediyor. Oyuncuların hızları, açılar, topun yönü gibi bilgileri beynimizde tahmin etmemizi sağlayan bu özgün yapı futbol ve motor sporları gibi birçok başka sporu erkekler için daha çekici kılıyor.

Maç izlemenin ayrıca hormonlarımıza da büyük bir etkisi var. Bu da futbolun bağımlılık yönünü açıklıyor. Öncelikle, adrenalin oranında ve kalp atışlarında belirgin bir artış yaşanıyor (BBC'nin bir araştırmasına göre, atılan bir gol, taraftarların nabzını 160'a kadar çıkarabiliyor). Yeditepe Üniversitesi Hastanesi'nden Yardımcı doçent doktor Hakan Atalay, futbol bağımlılığının temelinde adrenalin seviyesindeki bu artışın yattığını belirtiyor: "Futbol maçı seyretmek vücutta genel olarak adrenalin gibi maddelerin salınmasına neden olarak heyecan yaratıcı eylemlerin tekrarlanması eğilimine yol açabiliyor. Futbol maçı seyretmek beyindeki sinir hücreleri arasında dopamin gibi maddelerin salınmasına yol açarak bağımlılık yapıcı maddelerin oluşturduğuna benzer bir mekanizmayla bağımlılık davranışlarına neden olabiliyor.

Ayrıca, testosteron oranlarımız da futboldan nasibini alıyor. 1994'te Brezilya'nın İtalya'yı penaltı atışlarıyla yendiği Dünya Kupası finali sonrası İtalyan ve Brezilyalı taraftarlardan alınan salya örnekleri bunun en önemli kanıtı. Georgia State Üniversitesi'nin araştırmasına göre; Brezilyalı taraftarların testosteron seviyesi %28 artarken, İtalyan taraftarlarda aynı oranda bir düşüş saptanmış. Uzmanlar bunun, testosteronlarından artışların yardımıyla savaşlar kazanan atalarımızdan miras kalmış olabileceğini söylüyor. Ama hepsi bu değil. Testosteron hormonunun şiddetle de bir bağı var. İngiltere'de Dünya Kupası maçları sırasında aile içi şiddetin 3 katına çıkması bunun en önemli göstergesi. Daha da ilginç olan şey, bu artışın Portekiz'e yenildikleri maçtan sonra değil, Paraguay galibiyeti sonrası kendini göstermesi."

Futbol ve alkol

Futbolun, bizim başka bir takıntımızla da harika bir uyumu var: Alkol. Maç günü dışarıda, barlarda geçirilen saatler veya televizyon karşısında bira eşliğinde maç izlemek adeta futbolun bir parçası. Glasgow Üniversitesi Futbol Araştırma Birimi Müdürü Bert Moorhouse: "İngiltere'deki birçok futbol kulübü, bira evlerinde alkol ve erkek arkadaşlığının bir sonucu olarak doğmuştur," diyor ve ekliyor: "Alkol de futbol gibi erkeklerin kendini ilk maça gittikleri günkü kadar genç ve erkeksi hissetmelerini sağlıyor."

Futbolun ve insan psikolojisi

Futbolun insan psikolojisi üstünde pozitif etkileri vardır. Futbol sayesinde kalıcı dostluklar kurabilirsiniz. Ancak maalesef her şeyde olduğu gibi futbol tutkusundaki aşırılık da sorunlar doğurabiliyor. Psikolog Andy Barton'a göre; birçok erkek taraftarlık seviyesini geçip sağlıklı birtakıntılılıkla takımlarına bağlanabiliyor: "Takımlarına olan bağlılıklarını göstermek için kavga eden, takım armalarını dövme yaptıran veya çocuklarına tuttukları takımın futbolcularının ismini

verenler buna en güzel örnek." Barton ayrıca futbolla ilgili bir başka tehlikeye de dikkat çekiyor, o da özgüven eksikliğiyle başa çıkmak için futbolu kullanmak: "Özgüven eksikliği olan erkekler takımları sayesinde kendilerine bir kimlik yaratabiliyor. Bazı taraftarlar bir aile kurup futbol hayatlarında daha mantıklı bir yere koyarken, bazı obsesif taraftarlar hayatlarının en önemli parçasını futbol olarak görüyor."

Eğer futbol sizin hayatınızı da ele geçirdiyse, maç izleme keyfi dışında futbolun size ne verdiğini gözden geçirmelisiniz. Psikolog Andy Barton, "Futbolun getirdiği bir aidiyet duygusu olabilir; ama bunu yaşamamanın daha sağlıklı yollarının da bulunması gerekir," diyor. Amerikan Hastanesi'nden Psikolog Aslı Akkan ise bu durumun farklı yanlarının da ülkemizde geçerli olduğunu belirtiyor: "Sıkıntılı haberlerin çok olduğu, ekonominin darboğaza girdiği, politik çalkantıların olduğu bir toplumda, futbolun bu bir araya getirici, eğlendirici, ortak payda yaratıcı rolü daha da önem kazanır. Bireyler ve dolayısıyla toplum için bir kaçış ortamı yaratır."

Gelelim iyi habere, futbolun faydaları zararlarından çok daha fazla. Nortumbria Üniversitesi'nden Psikolog Sandy Wolfson, futbolun psikolojimize pozitif bir etkisinin olduğunu söylüyor: "Futbol sosyal bir buz kıracağıdır ve futbol tutkusu sayesinde erkekler birçok arkadaş edinebilir."

Futbol terapisi

Diğer uzmanlar da futbolun sadece bir gösteri değil, tedavi olduğu konusunda hemfikir. Futbol bizim öfke, acı, coşku gibi normalde içimizde tutacağımız duygularımızı ifade etmemizi sağlıyor. Mental Health Foundation'ın yaptığı bir araştırmaya göre; erkeklerin %64'ü futbolun duygularını paylaşmayı kolaylaştırdığını söylüyor. Andy Barton da bu konuda onunla hemfikir: "Futbol maçları erkeklerin yoğun duygularını ifade edebilmeleri için uygun bir ortam yaratıyor." Örneğin tuttuğunuz takım şampiyonluğu kaçırdığı zaman

ağlamanız gayet normal görülebilir; ama duygusal bir film izlerken bunu yaparsanız bu normal karşılanmaz. Moorhouse konuya başka bir açıdan da yaklaşıyor: "Futbol maçları erkeklerin toplum içinde tutuklanmadan damarları gözükene kadar bağırabildiği tek yer."

Futbol ayrıca çevre edinmek için de iyi bir yöntem. Maça giden erkeklerin %90'ı maça arkadaşlarıyla ya da aileleriyle gidiyorlar ve futbol birçok zaman erkekleri birbirine bağlayan bir yapıştırıcı görevi görüyor. Her gün daha bireysel davranmaya itildiğimiz bu dünyada, futbol erkekliğimizi ve kimliğimizi ifade etmemizde bize yardımcı oluyor.

Nottingham Üniversitesi akıl sağlığı uzmanı Alan Pringle, "Aile dışındaki sosyal ağlar, akıl sağlığı için genellikle göz ardı edilse de hayati önem taşımaktadır," eliyor. Scottish Medical Journal'ın bir araştırması da bunu doğrular nitelikte: 1998 Dünya Kupası'nın yapıldığı iki ay süresince hastanelere yapılan akıl sağlığı ile ilgili başvurularda %14 oranında azalma olduğu görülmüş. Yani, akıl sağlığınızın yerinde olmasını futbola borçlu olabilirsiniz.

Eğer sahada işler yolunda giderse, işiniz kolay; çünkü kendinizi 'kazanan' bir takımla özdeşleştiriyorsunuz. Bazı psikologlar bunun, futbolun neden daha çok düşük gelirli kesimler tarafından takip edildiğini açıkladığını söylüyorlar. Aslı Akkan da bunlardan biri: "Futbolun popülerliğinin bir başka psikolojik açıklaması da bireylerin kendi başarısızlık ve ümitsizliklerinden kaçıp, bu oyunla kendilerine başarı duygularını, mutluluklarını yaratacakları birer dünya yaratma istekleridir. Araştırmalar, futbol tutkunlarının en çok kaçmak istedikleri duyguların yalnızlık ve kendine yabancılaşma olduğunu gösteriyor. Bu bireyler futbol izleyerek kendilerine daha çok güven duyuyorlar."

Kaynak: www.menshejlth.cum.tr

Buyurun bu da benim futbol yorumum:

Araştırmalar erkeklerin maç izlemeyi partneriyle seks yapmaya tercih ettiklerini gösteriyor. Erkek sadece maçı sekse tercih etmekle kalmıyor aynı zamanda da maç günleri tüm odağını olduğu gibi futbola endeksliyor. Bu nedenle de futbol kadınların en büyük düşmanı olmakta.

Futbola ve sekse ısınmadan başlanmaz. Vücudu az sonra yapılacak etkinliğe hazırlamak gerekir. Eğer her ikisinde de ısınma yapılmazsa genelde istenmeyen sonuçlar yaşanır.

Futbolcu her zaman kiminle dans edeceğini iyi bilmeli ve ona göre ısınma sürecine girmelidir. Genelde maç öncesi taktikler belirlenir bunu yapmazlarsa rakibini tanıyamaz başarısız olursun. Seksteki süreçte aynıdır. İdeal erkek partneri iyi tanımalı ve ısınma turlarını ona göre ayarlamadır. Eğer bu süreci etkin yaşamazsa sonuç istenmeyen olur.

Her iki eylemde de amaç skordur. Sonuçları önemseyen erkek sürekli kazanmak ister. Erkeklerin kazanma içgüdülerine önceki sayfalarda değinmişim. Başarısız olmayı hiç istemez. Takımı yenilen erkek ile eşiyle gece seks süreci olumsuz olan erkeklerin hepsi gündüz aynı psikolojiyi yaşar. Her ikisi ya çok sinirli olur ya da sessizliğe bürünürler. Çünkü istenmeyen sonuçları kendilerine yediremedikleri için dile getirmek istemezler. İş ve sosyal hayatlarında bunu çok fazla belli ederler. Hatta çoğu işyerinde çalışanlar, patronlarının işyerine sinirli geldiği günlerde, aynı şeyi düşünürler: "Kesin akşam yengeyle bir problem yaşamış..."

Erkekler futbol seyretmeyi de seksi de ertelemeyi sevmezler. Bir kısım erkek için maç seyredeceği ve seksi yapacağı yer önemli değildir. Maçı, cafede, kahvede, restoranta ya da evde seyredebilir. Seksi de mutfakta, misafirlikte, yatak odasında ya da asansörde yapabilir.

Bir kısım erkek maç da, seksi de evde ister. Bunlar kişiden kişiye değişir.

Ama erteleme can sıkıcıdır. Maçı canlı izleyemezse tekrarı hiç hoş gelmez. Sekste de aşırı istekli olduğunda eş karşılık vermezse sonrasında ilk motivasyonu zor toparlar.

Her ikisinde de aşırı bir konsantrasyon vardır. Erkek maç seyrederken de seks yaparken de dikkat dağıtacak hiçbir şeyi istemez. Dikkatini dağıtacak ses, gürültü gibi şeylerden nefret eder. Tüm odağını toparlamak ister.

Erkeklerin futbolu aşırı sevmelerindeki alt neden bu faaliyetin cinsel içerikli gizli mesajlar taşımasıdır. Peki nedir bu gizli cinsel mesajlar?

11 kişinin bir top peşinde koşması neden erkeklere bu kadar haz veriyor sorusunu hemen hemen tüm kadınlar hayatlarında en az bir kere de olsa sormuştur. Doğada savaşmayı seven erkeğin engelleri aşabildiğinde enerjileri artar. Bu engeller iş hayatındaki herhangi bir problem de olabilir. Ama futbolda da rakip takımın her bir oyuncusu bir engeldir. Bir kere bu engelleri aşmaya çalışmak erkekte genetik şifresinde yazılı olan savaşma dürtüsünü arttırırken erkeklik hormonlarını da arttırır. Ya da erkek hayvanların dişiler ile cinsel ilişkiye girmeden önceki hallerini gözlerinizin önüne getirseniz anlarsınız.

Yaptıkları ilk şey, etraftaki diğer rakipleri yok etmek onlarla savaşmak çünkü savaşı kazanan dişiyle çiftleşir. Daha sonra futbol topunun uzaktan deliği andıran kaleye sokulması buda ilişki sırasındaki penisin vajinaya girmesi ile yaşanan hazzı verir. Çünkü erkek her ikisinde de aynı duyguları yaşar. Dikkat ederseniz gol

atan tüm futbolcuların hepsinin el ve beden hareketleri birbirine benzer. Cinsel mesaj taşıyan hareketler yaparlar. Hatta gol sonrası kullandıkları kelime ve kurdukları cümleler ise tamamen cinsel mesaj taşır. Daha abartıp kabalaşan erkeklerde az değildir. Yalnız futbol ve seks arasındaki bu kadar benzerliklerin dışında çok önemli bir fark vardır.

Erkekler, cinsel ilişki sonrası arzularını yitirirken futbolda galip olduktan sonra arzuları devam eder. Bu yüzden de kadınlar futboldan nefret ederler. İnanın kocasını futbol yüzünden boşayan, futbolu kıskanan kadın sayısı az değildir.

İşte kadının, "Futbola verdiği değeri bana vermiyorsun, maç bitti hâlâ dilinde, bir de oturup geçen haftaki maçları seyreliyorsun." cümleleri birçok kadına yakın geliyordur.

Erkek Neden Konuşmaz?

Arkadaşlarınızla bir restorana gidiyorsunuz ve herhangi bir masaya oturuyorsunuz. Karşı masanızda bir çift oturmuş yemek yiyorlar. Aralarında öyle bir sohbet var ki, erkek sürekli bir şeyler anlatmaya çalışıyor. Kadın sigarasını çıkarıyor ve erkek bir hışımla kadının sigarasını yakıyor. Sürekli kadınla ilgilenen bu erkeği gördüğünüzde siz de şaşıyor hatta imreniyorsunuz. Kadın garsondan bir şey istiyor gibi oluyor ve bizim atıl kurt bir anda davranıp garsonu masaya getirtip kadınının isteğinin yerine getirilmesini istiyor.

Şimdi size soruyorum: "Sizce bu çift evli mi yoksa flört eden iki sevgili mi?"

Bütün erkekler evlenmeden önceki dönemlerde çenesi yerlerde gezer. Her şeyi konuşmak için can atar birikmiş yoğunluğu bitirmek ister gibi bir boşalım yaşarlar. Öyle ki hem konuşmak hem de sevgilisini dinleme istekleri oldukça fazladır.

Çoğu evli kadın bu süreç için; "İstediklerini elde edene kadar hep bunu yapıyorlar, istekleri olunca dut yemiş bülbül oluyor." diye düşünüyor.

Ne yani erkeklerin susmalarını nedeni gerçekten evlenmek mi? Neden tüm kadınların tek inancı bu gerçek acaba?

Nasıl bir psikolojiye giriyor erkek, eski konuşkan adamdan bir eser kalmıyor?

Bir zamanlar kadınıyla her şeyi yapmaya her şeyi konuşmaya hevesli adamın sus pus hale gelmesindeki neden bir ömür boyu yatağını doldurma garantisi mi gerçekten?

Galiba kadınların kabul etmesi gereken gerçekler var, biraz bunların üzerine gitmemiz gerekiyor bence.

Kadınlar evlendikten sonra kocalarını nasıl sustururlar?

1. Genelde kadınlar kocalarının anlattıklarına hemen karşı çıkma eğilimindedirler. Daha lafını bitirmeden ağzına tıkmak gibi bir şeyden söz ediyorum. Eşinin söylediklerine hemen karşı çıkan kadınların sonu, az konuşan bir koca ile ömür geçirmek oluyor.

2. Kadınlar akıl vermeyi severler: Genelde bazı kadınlar hatta çoğu kocasına çocuğuna konuşur gibi konuşurlar. Onların akıl hocaları olmayı isterler. "Bak hayatım, aslında böyle yapmalıydın. Sen insanları tanımazsın... Hayatım sana söylüyorum... Bak hiç dinliyor mu? Hey!"

3. Adam eve birkaç alışveriş paketiyle geldiğinde, "Ne şimdi bunlar, abartmışsın hayatım ya. Senden de bir şey isteyince dibini kazıyorsun. Ben sana on kere söyledim alışverişini yapma ver parayı ben alayım. Ama dileyen kim! Canım sana söylüyorum... Hey nerdesin? Offf ya, zaten evde vardı bunlardan..."

Yukarıda kadınların kocalarına gösterdikleri birkaç tutumdan bahsetmeye çalıştım. Bu kadının kocası genelde az konuşur.

Olayın nedenlerinden bir diğerini incelersek;

Kadınlar genelde her şeylerini, sıkıntılarını, sevinçlerini, endişelerini başka birileriyle konuşmayı isterler. Bu bazen komşu, arkadaş, dost, anne, kardeş olabilirken erkekte bu durum çok farklı.

Erkekler sıkıntıya girdiklerinde genelde konuşmayı istemezler. Yaptıkları tipik tutumları, içe kapanmak olur. İçe kapandıkları dönemde sessizleşirler. Bu sessizlik dönemlerini maç izleyerek, gazete okuyarak geçirirler. Ama kadın durmaz ve bu tutumları genelde kendisine yapılan bir tavır olarak algılayıp erkeğin üstüne gider.

Genç erkek çocukları olan anneler bilirler, çocukları sorunlar yaşadıklarında içlerine kapanır ve süreçlerini paylaşmak istemezler. Anneleri üstlerine gittiğinde ise bundan rahatsız olurlar.

Çoğu zaman anneleri çocuğunu yalnız bırakıp sakinleşmesini bekler.

Kocalarda da aynı durum söz konusu iken kadınlar bu yaklaşımı gösteremez tam tersine kendilerine yapılmış bir tavır olarak algılayıp, daha çok kendilerinden uzaklaşırlar.

- Hoş geldin Mahmut.
- Hoş bulduk.
- Ne bu surat ne oldu?
- Bişey yok, yemek hazır mı? Açım.
- Anlatsana, ödemelerle ilgili mi?
- Yok bişey dedim ya, ne yemeği yaptın?
- Ya anlatsana, yoksa annelerle mi tartıştın?
- Çocuklar nerde, uyudular mı?
- Ya bak, yine aynı şeyleri yapıyorsun, susuyorsun.
- Ben senin karınım, bana anlatmayacaksın da kime anlatacaksın?
- Uykum var, ben uyuyorum.
- Mahmut, Mahmut, Mahmut!
- Adımı mı ezberliyorsun, iyi geceler.
- İspanak yapmıştım.

Evlenmeden Önce, Evlendikten Sonra

Erkekler hayatının en hareketli, en romantik, en duygusal dönemlerini evlenmeden önce yaşarlar. Erkek anaları da oğullarının tamamen değiştiğini söylerler bu dönemde. Savaşmayı sever erkek, hele bu savaş bir kadın için ise, inanılmaz bir değişim sürecine girerler.

Evli kadınlar bilirler, kocalarıyla tanıştıkları ilk dönemlerini.

Şimdiki halleriyle evlenmeden önceki dönemlerini gelin bir değerlendirelim.

Bana göre erkeklerin evlenmeden önce ve evlendikten sonra diye iki farklı dönemleri vardır.

Erkekler genelde ilişkileri için sorumlulukları evlenmeden önce bolca alırlar. Eğer bir ilişkiye başladıysanız sevginin yanında aynı ölçüde sorumlulukta almanız gerekir. Partnerinizle, beraberliğiniz için belli başlı yapılması gerekenler vardır. Çoğu zaman tek başınıza karar alamazsınız. Sadece kendi beğenilerinize göre hareket edemezsiniz. Partnerinizi gerçekten seviyorsanız ve ciddi bir ilişki düşünüyorsanız bu histerinizi her yönüyle göstermelisiniz.

Kadın, erkeğin ilişki içerisindeki tutum ve davranışlarına çok dikkat eder. Genelde erkek kendini evlenilecek erkek olduğuna bir şekilde ikna eder. Ve bu ilişki sürecinde bu güveni verebilmek için kadını aşırı derecede gözlemler. Kadının hoşuna giden, gitmeyen her şeyi bilir. Yani etkili bir konsantrasyon geliştirir. Konsantre olmak bir işte hata yapmanızı engeller, başarılı olmanızı sağlar.

Erkekler evlilik öncesinde kadına konsantre olmuş haldedirler. Öyle ki, bu yaklaşımlar kadının çok hoşuna gider. Ama şunu bilmezler ki konsantrasyon uzun süreli olmaz.

Kadını sahiplenir, kadının ailesini sahiplenir, hoşuna gidecek her şeyi yapar, sürekli yanında olduğunu hissettirir. Şaşırır kalırsın, "İşte bu!" dersin. İçinde bir şeyler uyanmaya başlar.

Aşk, kendini karşındakine beğendirme çabasıdır, dersek eğer, erkek bunu evlenmeden önce çok iyi yapar. Bir kadının beklentilerini çok iyi bilir ve sürekli bu beklentilere cevap vermeye uğraşır.

Kadın; evet bu adamdan çocuğum olsun istiyorum, derse, son karar verilmiştir. Ama kadın buna karar verinceye kadar baya bir sınavdan geçirir erkeği.

Belki de hayatımızın bütününde sürekli sınav vermekteyiz. İsteddiğimiz her şeyin bizi hak edip etmediğine bakarız bunun içinde farklı farklı sınavlar uygularız.

Mesela bir elbiseye ihtiyacımız olduğunda şartlarımızı uygun hale getirip alışverişe çıkarız. Ama öncesinde kendimizi iyi tanıdığımız ve ne istediğimizi bildiğimiz için sokağa çıkıp bize layık olanı aramaya başlarız. Mağazalarda gezerken, elbise seçerken sayısızca sınav yaparız, elbiseye dokunup kumaşı tanımaktan, fiyatını sorup kalitesini analiz etmeye kadar.

Bir ev almak istediğimizde yaptıklarımızda aynıdır aslında. Bütçemizi uygun hale getirip bizim paramızı hak edecek evlere bakmaya gideriz.

İnsanoğlu kendisinin hak ettiğini aradığını zanneder ama yaptığımız bizi hak eden aramaktan başka bir şey değildir.

İlişkilerde böyledir. Birinden hoşlanınca ilişkiyi uzun süreli devam ettirebilmek için partnerimizi sürekli gizli sınavlara sokarız. Sınavların sonuçlarına göre değerlendirmeler yaparız. Bizi hak eden erkeği ya da kadını bulduğumuzda kararımızı vermek isteriz.

Ama erkek ve kadında bu süreç yoğunluk anlamında biraz farklı çünkü kadınların sınavı erkeklerden daha çok. Erkek kadını iyi tanıdığı için yapması gerekenlere önceden iyi hazırlanır. Belki de yapılması gerekenler çok klişeleşti. Şimdi birçok erkeğe sorsanız kadınlar ne ister diye? Hemen hemen aynı cevapları alacaksınız. Bana göre bu sınavların değişmesi gerekiyor.

Erkek istediğine ulaşma sürecinde avına odaklanmış aslan gibidir. Hangi hamlenin nasıl sonuçlanacağını iyi bilir. Kadın ise bu avlanma sürecinde aynı taktikleri uygular sürekli.

Ey kadınlar bir erkeğin doğru bir eş, iyi bir partner, sağlıklı ve etkin bir baba olup olmayacağını nasıl anlıyorsunuz.

Bazı kadınlar;

- Eşim doğru bir eş ama doğru bir baba değil,
- Eşim aslında çok iyi ama sorumluluklarını bilmiyor,
- Eşim çok iyi ve doğru bir baba ama iyi bir koca değil. Acaba

en çok baba olmak için mi benimle evlendi,

şeklinde düşünürler.

Evet hanımlar, bir erkeğin gerçekte evlenme ya da sizinle olma isteğinin nedeni ne?

Bazı erkekler soyunun devamını çok önemser çünkü doğaya bir kendini kanıtlama isteği vardır. Bunun içinde doğaya bırakacağı evlat için en iyi kadını arar. Elde edene kadar da sınavına çok iyi çalışır.

Bazı erkekler bir kadınla yaşamak ve onunla bir ömür yaşamak ister. Ve size aşık olur ama çocuk olduktan sonra sizi yalnız bırakmaya başlar.

Sınavdaki sorular mı eksik acaba?

Dest-i İzdivaç

Dikkatinizi çekiyor mu bilmiyorum ama bir süredir TV programları sürekli birilerini evlendirme telaşına girdiler. Aslında internet ortamında uzun zamandır olan bu etkinlik televizyonla birlikte farklılaşmaya başladı. Evet, insanların evlenmelerine vesile olmak dinimize göre hayırlı bir iş, kültürümüze göre de güzel bir çabadır. Başkalarının evlenmelerine neden olan, tanışmalarına aracı olan insanlar bundan mutlu olurlardı. Hatta övüne övüne onların evlenmelerine ben sebep oldum da derlerdi.

Şimdi bakıyorum da; "Aman aman, kimsenin günahına giremem." gibi cümleler kuruyor. Evlilik, günaha mı sokmaya başladı aracıları.

TV programlarına tekrar dönersek...

Aslında hepimize de dersler veriyor bu programlar. Ben yapımcıların oturupta, ya şu topluma faydalı işler yapalım derdi olduğunu düşünüyorum.

Farklı bir açıdan bakarsak yapımcılara teşekkür etmek gerekiyor çünkü bize erkeğe ve kadına gerçek bir açıdan bakmamızı sağladılar.

Tüm programlarda; kadın hayatını kurtaracak adamı, erkekler yatağını dolduracak, yemeğini yapacak kadını arıyorlar. Tüm kadınlar, erkeklere ne kadar malı mülkü olduğunu soruyorlar. Erkekler ise eli ayağı sağlam olsun derdindeler. Katılan tüm erkekler, ne kadar malı olup olmadığını anlatıyor, kadınlar da düşünme payı istiyorlar.

- Hımmmm, evi yok ama maaşı iyi.

- Annesi var ama, yaşlı.

- Çocukları var ama hepsi evli uzaktalar.

Bizim toplumumuzda yıllar önce büyüklerimiz gençleri evlendirmek için aracı olurlardı. Kadın ve erkeğe birbirlerini tanımaları için pastaneye gidilmesi önerilirdi. Kimse birbirini kırmadan, aşışılardan iletişim kurar. Beğenirlerse evlenirler, beğenmezlerse kibarca yollarını ayırırlardı. Ama TV'cle, beğenmeyenler milyonların önünde birbirlerini rezil ediyorlar. En son dikkatimi çeken bir olayı sizinle paylaşmak istiyorum. Bu programların birinde tanışmış bir erkek ile bir kadın evlenmeye karar verirler. Evlendikten bir ay kadar sonra kadın boşanmak ister. Ama mahkemeye gideceğine doğru koca bulduğu kanala gider ve canlı yayına çıkmak ister. Yalnız erkek erken davranıp canlı yayına çıkınca kadın telefonla bağlanır. Kadın şu cümleleri kurar: "Bu adam evimden altın yüzüğümü çaldı." (yorumsuz)

Burun Deliklerimiz ve Cinsiyetimiz

Cinsel İmgelere Saplanmak

Bu konuda bir gazetede yayınlanan yazımıza atıfta bulunalım: "Cinsel objelere odaklanan, onlarla ilgili imajları zihninde tekrar eden insanın zihnindeki mesaj akışı üst loblardan çekilerek cinsel- liğin yönetildiği alt kısımlarda -hipotalamus- gerçekleşmeye başlar. Beyin çalışmakta, ama beynin düşünce mekanizması durmaktadır."

Bu tıbbi tespiti doğrulayan dini eksenli bir yaklaşımın mezhep imamlarından İmam-ı Şafii (ra) tarafından ortaya konduğu bilinmektedir. Şafii, "Harama bakmak unutkanlık verir" demiştir. Çok daha önemlisi ve tehlikelisi şudur: Cinsellik konusunda aşırıya kaçan tutum, bilhassa genç erkek bireylerin tatmin arayışlarıyla aşırı enerji tüketmelerine yol açar. Bu konuyu yukarıda sözünü ettiğimiz yazıda şu şekilde ele aldık: "Gözün gayri mahrem cinsel objeden ya da hayalden sakındırılmamasının sebep olduğu ikinci unutkanlık nedeni de beyin hücrelerindeki ölümle gelen hafıza kaybıdır. Zira göz ve hayalin kontrol edilememesi yoğun tahrike, hormon salgısına yol açar ve bu da kişiyi haftada birçok kez istimale sevk eder. Bunun anlamı, vücudun çalışma ve normal üretim mekanizması aşıl原因 aşırı enerji tüketimidir ki bu birçok hastalığı beraberinde getirebildiği gibi beyin hücrelerinde tahribata da yol açar. Bayanlarda bu konuda görsellik değil dokunsallık hakim olduğu için sözünü ettiğimiz bu sorunu ciddi şekilde yaşamazlar. Nitekim bu konudaki iddialarımızı

destekleyen yeni bilimsel araştırmalar devam etmektedir. Son olarak ABD California Üniversitesi'nde erkek fareler üzerinde yapılan deneyler aşırı cinsel istimalin farelerin beyinlerindeki gri hücreleri azalttığını ve beyinlerini küçülttüğünü ispatlamıştır." (Sabah, 24. IO. 1997)

Önceki bölümlerde kadın ve erkeklerin beyinlerinin hangi yarımkürelerini kullandıklarını ve bunların yarattığı kişilik özelliklerinden bahsetmiştim. Yarımküreler vücudun çapraz bölgelerini yönetir. Yani sol beyin vücudun sağını, sağ beyin vücudun solunu yönetir. Burun deliklerimizin de beynimizi kullanma şeklimiz ile bağlantısı yüksektir. Kadınlar sol burun deliklerinden daha çok nefes alırken erkekler ise sağ burun deliklerinden nefes alırlar. Çünkü sağ beyin sol burundan sol beyin ise sağ burundan daha aktif nefes almayı sağlar. Nefesi doğru delikten düzenli alamayan insanlarda problemler oluşabilir.

Bir kadın zamanla sağ burun deliğini daha çok kullanmaya başlarsa, kadınlık hormonları azalır ve ilişkilerinde problemler artabilir. Bu erkekler içinde geçerlidir. Artık nefes egzersizleri üzerine birçok teknikler geliştirildi. Bu konunun da ele alınması gerekmektedir. Size önerim düzenli bir şekilde kadınlar sağ burun deliklerini kapatıp erkekler ise sol burun deliklerini kapatıp nefes alma nefes verme çalışmaları yapmalıdır.

Özellikle kadınları daha iyi anlamak isteyen, öfkelerine yenik düşmek istemeyen, daha yapıcı olmak isteyen erkeklerin bu çalışmaları arttırmaları gerekir. Çünkü kadın beyni olaylar karşısında daha az öfkelenir, daha yapıcı davranırlar.

Oyuncu Kadınlardan Uzak Durun

Böyle kadınlar çoğalmaya başladı. Bazen bulaşıcı mı ne diye düşünmüyor değilim. Yalnız öyle ustadırlar ki onların size zarar verdiklerini uzunca bir süre anlayamazsınız. Çünkü o sürekli yanınızdadır, ilişkilerini sizinle bağlı tutmaya çalışırlar. Çoğu insan en yakın arkadaşım dostum der ama o herkesle aynı ilişkiyi kurmuştur bile. Başına ne gelirse gelsin böyle kadınlar sürekli güzel ve alımlı olmaya çalışırlar. Bu yüzden sizler onun sıkıntıları olduğunu düşünemezsiniz. Oyunculukta üstlerine yoktur. Her şeyi o kadar güzel dizayn ederler ki siz kendinizi hep hatalı görürsünüz. Aslında medyada çok görünürler şimdi isimlerini vermeye gerek yok ama aşağıdaki özellikleri okuduktan sonra kim olduklarını az çok anlarsınız. Hatta sizin de yakınınızda varsa oyuncu kadınlar araya mesafe koymakta fayda var. Peki böyle bir eşiniz varsa ne olacak? Tabii ki ayrılmayacaksınız ama nasıl davranmanız gerektiği ile ilgili birkaç öneride bulunacağım. Ama siz yine de bir uzmana gidin derim.

Aşağıdaki özellikleri okuyun bu özellikleri taşıdığını düşündüğünüz kadına sakın bunu okutmayın çünkü reddedecektir.

Oyuncu kadının tipik özellikleri:

- Sürekli her şeyi abartıp olayları, yaşananları dramatize ediyorsa,
- Alımlı ve seksi görünme çabası sürekli ise,

- Benmerkezciyse ve kendini çok fazla önemsiyor ise,
- Sizden sürekli sevgi, şefkat ve ilgi bekliyorsa, bunu direkt söylemese de davranışları ile gözünüzün içine sokuyorsa,
- Yapmadıkları için kendini suçlamıyor ve sürekli bahanelerle yanınıza geliyorsa,
- Bulunduğunuz ortamlarda ilgiyi çekemeyince sıkılıyorsa,
- Başkalarının etkisinde çok kalıyorsa,
- Ayılıp, bayılma ve ağlama nöbetleri sık sık tekrarlanıyorsa, genelde nöbetten 1 saat sonra eski ruh haline kavuşuyorsa,
- Dışardan cinsel ilişkiye davet edip gerçekte cinsel ilişki problemi yaşıyorsa,
- Her yeni ortamdan hızlıca dostluklar kuruyor ve kişilerin hayatlarına giriyorsa,
- Aile problemleri olduğunda çözüm üretmeyip görmezden geliyorsa,
- Bir ilişkisi olduğu halde başka yerlerde ilişkisi yokmuş gibi davranıyorsa,
- Herkesi kendi çıkarları için kullanıyorsa,
- Genelde hep talep eden kişi oluyorsa,
- Abartılı mimikleri, beden dili varsa,
- Başkalarının kendisinden hoşlandığını düşünüyorsa...

Oyuncu bir kadın ile karşı karşıyasınız. Yapmanız gereken en önemli ve tek yöntem; oyuncu kadın ne yaparsa yapsın, ne söylerse söylesin aşırı içselleşmemektir. Bu onun olumsuz ve dengesiz tavırlarını devam ettirmesini sağlar.

Eğer karşınızda hüngür hüngür ağlıyorsa, sakın sarılıp sakinleştirmeye çalışmayın. Koparın bir peçete verin eline, daha sakin bir anda konuşabileceğinizi söyleyin.

Oyuncu kadına; duygularını görüyorum ama davranışlarını onaylamıyorum mesajını vermeniz gerekir. Bu tavırlarda ısrarlı olursanız bir süre sonra olması gereken davranışları sergilemeye başlayacaktır.

Ama yapmasanız sizinde ruh haliniz bozulmaya başlar. En sonunda psikolojik bir destek almaya karar verirsiniz. Yalnız sadece size destek olmak için yanınızda uzmana gelir. Kendisinde bir problem görmediği için seansta bile oyuncu halini sürdürür. Siz tedaviye yalnız devam etmek zorunda kalabilirsiniz.

Gönlümün Konuğu

İlk kitabım sayesinde tanıştık, iyi ki de tanıştık. İzmir'de birçok öğrencisini de tanıdım. Onlardan dinledim Şebnem hocayı, tek görebildiğim gençlerin gözlerindeki ışıktı. Sönmemesi dileği ile, teşekkürler...

"Kadın-erkek ilişkisi" deyince aklıma nedense hep kocaman bir aşk, birleşen ve büyüyen kocaman bir kalp geliyor. Öyle bir sevgi ki aklıma gelen kadın erkeğin, erkek de kadının uzunlarını, tenini sanki kendisininmiş gibi hisseder. Ona dokunmaktan, öpüp koklamaktan haz alan, öylesi bir ten ve ruh uyumu aklıma geliyor. Bu derece muhteşem bir ilişki, böylesi bir uyum mümkün mü? Evet, sayıları az da olsa mümkün. Birlikte oldukları için her fırsatta Tanrıya şükreden çiftler tanıyorum. Dünya yüzündeki insanların yarısı birbirine bu derece aşık olsa bu yeryüzünde "kötülük" diye bir kavramın kalmayacağını düşünenlerdenim.

"Kadın-erkek ilişkisi" toplumun bütün katmanlarında (yaş, sosyal statü, alt-üst kültür, dinciler, dindarlar, laikler, libareller vs) her zaman konuşulan ve yeryüzünde son iki insan kalana dek de konuşulacak olan tek konu...

Kadın da erkek de aslında aynı şeyi istiyor. Ne mi? "İlgi ve sevgi" Erkeğinize/kadınıza ilk günlerde gösterdiğiniz ilgi ve sevgiyi aradan yıllar geçse de aynı özenle göstermeye çalışın. O ilişkinin gün geçtikçe daha da sağlamlaşacağını, onun için 'Vazgeçilemez' olacağınızı göreceksiniz.

Yard. Doç. Dr. Şebnem Soygüder
Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi

Erkek ve Kadının Beden Dili

Erkek *Flört Hareketleri*

Çoğu havyan türleri gibi insanların da erkeği dişiye yaklaşırken hazırlık hareketleri yapar. Elini boğazına götürerek kravatını düzeltir. Kravatı yoksa yakasını düzeltir veya omuzlarından hayali tozları silkeler ve kol düğmelerini, gömleğini, ceketini ve diğer giysilerini düzeltir. Ayrıca saçını da düzeltebilir.

Dişiye karşı yapabileceği en saldırgan cinsel gösteri genital bölgeyi vurgulayan saldırgan başparmaklar kemerde hareketidir. Ayrıca vücudunu kadına çevirerek ayağını ona doğru uzatabilir. Mahrem bakışı kullanır ve bakışlarını normalden bir an daha uzun tutar. Gerçekten ilgileniyorsa gözbebekleri büyür. Genellikle boyutlarını vurgulamak ve dişiyle ilişkiye geçmek konusundaki hazır olma durumunu göstermek için elleri kalçalarında olarak durur. Otururken veya bir duvara yaslanırken apış arasını göstermek üzere bacaklarını da açabilir.

İş flört ayinlerine geldiğinde çoğu erkek nehir kenarında durup kafalarına büyük bir sopayla vurarak balık avlamaya çalışan biri kadar başarılıdır. Aşağıda göreceğimiz gibi kadınların balıklarını avlamak için hiçbir erkeğin hayal edemeyeceği kadar çok hileleri ve avcılık becerileri vardır.

Sandalye Binicisi Erkekler

Yüzyıllar önce insanlar kendilerini düşmanların mızrak ve sopalarından korumak için kalkanlar kullanırlardı. Bugünse, uygar insan fiziksel veya sözel olarak saldırıya uğradığında aynı korunma hareketini simgelemek üzere etrafında ne bulursa onu kullanır. Buna bir kapı, çit, masa, arabasının kapısının önünde durmak veya bir sandalyeye binmek (Şekil 1) dahildir. Sandalyenin arkılığı vücudunu koruyan bir kalkan görevi yaparken onun saldırgan ve egemen bir savaşıya dönüşmesini sağlayabilir.

Sandalye binicilerinin çoğu konuşulanlardan sıkıldıklarında başkalarının veya grupların kontrolünü ellerine geçirmeye çalışan baskın kişiler olup sandalyenin arkılığı da grubun diğer üyelerinden gelebilecek 'saldırı'lara karşı iyi bir koruma olanağı sağlar. Bu kişiler genellikle sessiz tipler olup sandalyeye binme pozisyonuna fark edilmeden geçebilirler.

Sandalye binicisini etkisiz hale getirmenin en kolay yolu arkasında durmak veya oturarak onun kendini saldırılara maruz hissetmesine neden olmak ve konumunu değiştirmeye ve daha az saldırgan olmaya zorlamaktır. Grup içerisinde bu işe yarayan bir yöntemdir çünkü sandalye binicisinin arkası açıkta kalır bu da onu konumunu değiştirmeye zorlar.

Peki ya döner bir sandalyeye binmiş bir erkekle teke tek karşılaşmayı nasıl halledersiniz? Özellikle döner bir atlı karıncanın üzerindeyken onu mantığa davet etmenin hiçbir anlamı olmadığından en iyi savunma sözel olmayan saldırdır. Konuşmaya ayakta durarak ve sandalye binicisine yukarıdan bakarak devam edin ve kişisel alanına girin. Bu onu çok rahatsız edecek ve belki de konum değiştirmeden kaçınmaya çalışırken sandalyesinden geriye düşebilecektir.

Bir sandalye binicisi ziyaretinize gelecekse ve saldırgan tavrı sizi rahatsız ediyorsa en sevdiği pozisyonu almasını engellemek için onu kolları olan sabit bir sandalyeye oturtmaya çalışın.



Şekil 1- Sandalye binicisi Erkek

Pamukçuk Toplayıcı Erkekler

Biri başkalarının görüş veya davranışlarını onaylamadığı ama kendi görüşünü bildirmekten de çekindiğinde yaptığı sözel olmayan hareketler açığa vurulmayan bir görüşten kaynaklanan hareketler olup bunlara yerine koyma hareketleri denir. Kıyafetlerinin üzerinden hayali pamukçuklar toplamak da bu hareketlerden biridir.

Pamukçuk toplayıcı erkekler genellikle bu önemsiz ve ilgisiz hareketi yaparken bakışlarını kadınlardan, diğer insanlardan kaçırır ve yere bakar. Bu onaylamamayı gösteren en önemli işaretlerden birisi olup dinleyici sürekli olarak kıyafetlerinden hayali pamukçukları topluyorsa sözel olarak her şeyle fikir birliğinde olduğunu belirtse bile söylenenlerden hoşlanmadığı rahatlıkla anlaşılabilir.

Bu durumda avuçlarınızı açarak Teki ne düşünüyorsun?" veya 'Bu konuda bazı düşüncelerin olduğunu görüyorum. Bunları bana anlatır mısın?' deyin. Kollarınız ayrı, avuçlarınız görünür şekilde arkanıza yaslanın ve cevabı bekleyin. Karşınızdaki sizinle fikir birliğinde olduğunu söyler ama pamukçuk toplamaya devam ederse gizli itirazını keşfetmek için daha doğrudan bir yaklaşım gerekebilir.



Şekil 2- Pamukçuk toplayıcı Erkek

Baş Hareketleri

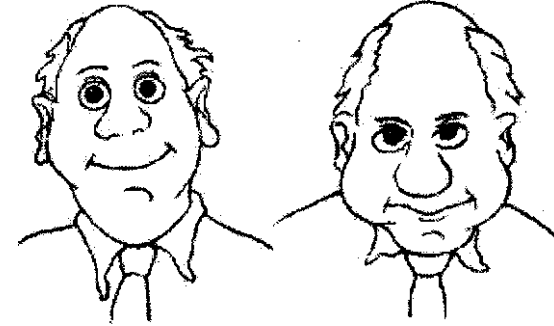
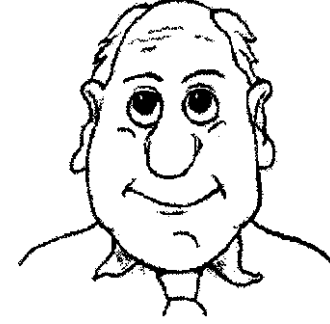
En yaygın olarak kullanılan iki tanesi onay için baş sallama ve reddetmek için başı yana sallama olmak üzere temel baş hareketleri tartışılmadan bu kitabın tam kabul edilmesi imkansızdır. Onay için başı sallama hareketi çoğu kültürde 'Evet' veya onay anlamına gelen olumlu bir harekettir. Doğuştan sağır, dilsiz ve kör olan kişilerle

yapılan araştırmalarda bu kişilerin de onay amacıyla bu hareketi kullandıklarını göstermiştir. Bu da bu hareketin doğuştan gelebileceği kuramına yol açmıştır.

Genellikle 'Hayır' anlamına gelen kafayı yana sallama hareketinin de doğuştan geldiğini iddia edenler olduğu gibi bunun insanların ilk öğrendikleri hareket olduğunu iddia edenler de vardır. Bunlara göre yeni doğan bebek yeterince süt içtiğinde annesinin memesini reddetmek için kafasını yana sağlar. Aynı şekilde karnı doyan küçük bir çocuk da ebeveynlerinin kendisini kaşıkla yedirme girişimlerini reddetmek için aynı kafa sallama hareketini kullanır.

Başkalarıyla ilişkilerinizde gizlenen bir itirazı keşfetmenin en kolay yolu karşınızdaki sözleriyle sizinle aynı fikirde olduğunu söylerken kafasını yana sallayıp sallamadığına bakmaktır. Örneğin "Ne demek istediğini anlıyorum." "Seninle olmak gerçekten hoşuma gidiyor." veya "Yılbaşından sonra kesinlikle birlikte yaşayalım." derken bir yandan da kafasını yana doğru sallayan bir erkeği ele alalım.

Kulağa ne kadar inandırıcı gelirse gelsin kafa sallama hareketi olumsuz bir tavır olduğunu ve söylediklerini ciddiye almayarak onu biraz daha sorgulamanızın iyi bir fikir olacağını gösterir.



(Solda) Şekil 3- Nötr baş pozisyonu

(Ortada) Şekil 4- İlgilenmiş baş pozisyonu

(Sağda) Şekil 5- Onaylamayan pozisyon

Temel Baş Pozisyonları

Üç temel baş pozisyonu vardır. Birincisinde baş yukarıda olup (Şekil 3) duydukları konusunda nötr bir tavra sahip birinin pozisyonudur. Baş genellikle hareketsiz olup ara sıra ufak eğilme

hareketleri yapabilir. Bu konumda eli yanağa götürme değerlendirme hareketleri sık kullanılır.

Kafa bir yana doğru eğildiğinde (Şekil 4) bu kişinin ilgilenmeye başladığı anlamına gelir. Kadınlar bu baş hareketini çekici bir erkekle ilgilendiklerini göstermek için kullanırlar. Birileri sizinle konuşurken onların size karşı sıcak duygular beslemelerini sağlamanız için kafa yana eğik pozisyonu kullanarak ara sıra başınızı öne eğmeniz yeterlidir.

Baş aşağıya eğikken tavrın olumsuz hatta yargılayıcı olduğunu gösterir (Şekil 5). Eleştirel değerlendirme hareket gruplarında genellikle baş aşağıya eğiktir ve karşınızdakinin başını kaldırmasını veya yana eğmesini sağlayamazsanız bir iletişim sorunuyla karşı karşıya kalabilirsiniz.

Her iki El de Başın Arkasında

Bu hareket muhasebeci, avukat, satış müdürü, banka müdürü gibi mesleklerden olan erkekler veya kendilerine güvenli veya bir konuda kendilerini baskın ya da üstün hisseden kişilere özgü bir harekettir. O kişinin düşüncelerini okuyabilsek büyük olasılıkla "Tüm cevaplar bende", "Bir gün belki benim kadar akıllı olursun" veya "İlişki kontrolüm altında" gibi bir şey söylüyor olurdu. Bu hareketi aynı zamanda 'her şeyi bilenler' kullanır ve çoğu kişi bu hareketi sinir bozucu bulur. Avukat olan erkekler meslektaşlarıyla bu hareketi ne kadar bilgili olduklarının bir göstergesi olarak sık sık kullanırlar.

Ayrıca kişinin o bölgenin sahibi olduğuna dair bir alan işareti olarak da kullanılabilir. Şekil 6'daki adam aynı zamanda bacaklarını 4 şeklinde de kilitlemiş olup sadece kendini üstün hissetmekle kalmayıp aynı zamanda tartışmak istediğini de göstermektedir.

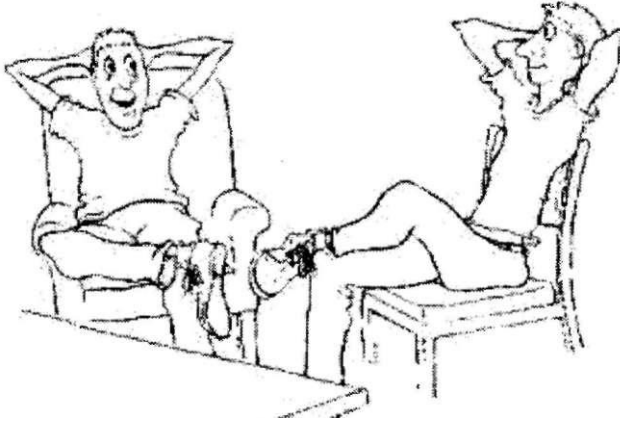
Meydana geldiği duruma bağlı olarak bu hareketle başa çıkmanın birkaç yolu vardır. Erkeğin üstün tavrının nedenini öğrenmek

istiyorsanız avuçlarınız yukarı doğru olarak öne eğilin ve "Bu konuda bilgili olduğumu görüyorum. Yorumda bulunmak ister misin?" deyin. Ardından avuçlarınız hâlâ görünür şekilde olarak geriye yaslanın ve cevap bekleyin. Başka bir yöntem de karşınızdakini konumunu değiştirmeye zorlayarak tavrını değiştirmesini sağlamaktır.

Bunu yapmak için yetişemeyeceği bir yere bir şey koyup "Bunu gördün mü?" diyerek onu öne eğilmeye zorlayabilirsiniz. Bu hareketle baş etmenin başka iyi bir yolu da taklit etmektir. Karşınızdakiyle aynı fikirde olduğunuz göstermek istiyorsanız, yapabileceğiniz en iyi şey hareketlerini taklit etmektir.

Öte yandan eller başın arkasında hareketini yapan erkek sizi azarlıyorsa hareketini taklit ederek onu sözel olmayan yollarla tedirgin etmiş olursunuz. Bu hareketin kökeni çok açık olmasa da ellerin kişinin arkaya yaslanıp rahatladığı hayali bir koltuk gibi kullanıldığı düşünülebilir.





Şekil 6- "Belki bir gün benim kadar akıllı olabilirsin."

Şekil 7- "Ben de senin kadar akıllıyım!"

Saldırganlık Hareketleri

Aşağıdaki durumlarda hangi hareket kullanılır: ebeveynleriyle tartışan küçük çocuk, yarışın başlamasını bekleyen atlet ve kavgaya eden karı koca?

Bu durumların hepsinde de kişiyi saldırgan bir tavır belirtmek için kullanılan en yaygın hareketlerden biri olan eller kalçada pozunda görürüz. Bazı gözlemciler bu harekete 'hazır olma' adını vermişlerdir. Bu da bazı bağlamlarda doğru olsa da temel anlamı saldırganlıktır. Bu duruşa ayrıca hedeflerini elde etmek üzere hazır durumdayken bu duruşu kullananlardan hareketle 'iş bitirici' duruşu da denmektedir. Her iki durumda da kişi bir şey konusunda harekete geçmeye hazır olduğundan bu gözlemler de doğru olsa da saldırgan, ileriye doğru bir hareket olarak kalır. Erkekler bu hareketi yaygın olarak kadınların yanında saldırgan, baskın bir erkek tavrı göstermek için yaparlar.

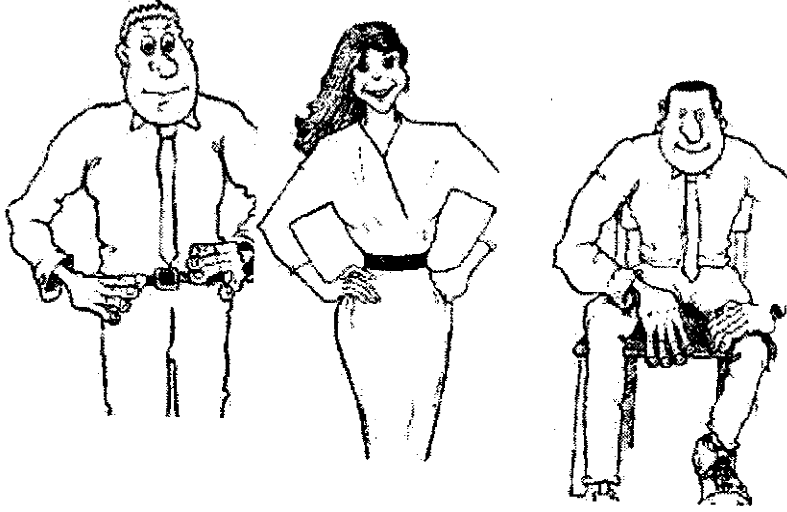
Kuşların da kavgaya veya flört durumunda daha iri görünmek için tüylerini kabarttıklarına dikkat çekmek isterim. İnsanlar da ellerini

kalçalarına aynı amaçla, daha iri görünmek için koyarlar. Erkekler bunu bölgelerine giren diğer erkeklere karşı bir meydan okuma olarak kullanırlar.

Erkeğin tavrını doğru değerlendirebilmek için elleri kalçaya götürme hareketinden hemen önceki durum ve hareketleri de dikkate almak gerekir. Birkaç başka hareket de vardığınız sonucu destekleyebilir. Örneğin, saldırgan poza geçildiğinde ceketin önü açık ve ceket kalçalara doğru geriye itilmiş durumda mı yoksa önü ilikli mi? Ceketin önü kapalı olarak hazır olma saldırgan bir kızgınlığı gösterirken ceketin önü açık ve geriye itilmiş durumda (Şekil 8) kalp ve boğazım sözel olmayan bir korkusuzlukla sergilemek anlamına geldiğinden doğrudan saldırgan bir pozdur. Bu poz ayrıca ayakları yere düzgün bir aralıkla yerleştirerek veya hareket grubuna sıkılmış yumrukları ekleyerek güçlendirilebilir.

Saldırgan-hazır olma hareket grupları profesyonel modeller tarafından kıyafetlerinin modern, saldırgan, ileri düşünceli kadınlar için olduğu izlenimini vermek için kullanılır. Bazen bu hareket sadece tek el kalçada diğer else başka bir hareket yaparak görülebilir. (Şekil 9)

Eleştirel değerlendirme hareketlerine de eller kalçada hareketiyle birlikte sık sık rastlanır.



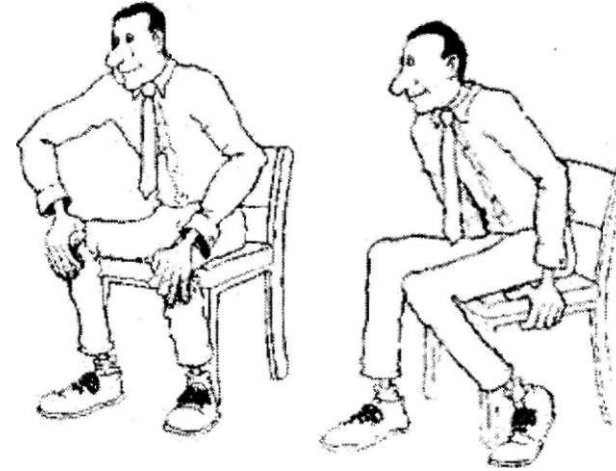
(Solda) Şekil 8- Eyleme hazır

(Ortada) Şekil 9- Kıyafetleri
daha çekici göstermek için
kullanılan eli kalçaya koyma
hareketi

(Sağda) Şekil 10- Harekete
hazır

Başlangıç Pozisyonu

Bir konuşma veya görüşmeyi sona erdirmeye arzusunu gösteren erkeklerle hazır olma hareketleri her iki el de dizlerin üzerinde olarak öne eğilme (Şekil 11) veya her iki elle de sandalyeyi kavrayarak öne eğilir. (Şekil 12) Bir konuşma sırasında bu hareketlerden biriyle karşılaşmanız durumunda öncülüğü ele alıp konuşmayı sizin bitirmeniz daha akıllıca olabilir. Bu da psikolojik bir avantaj elde ederek kontrolü elinizde tutmanızı sağlar. Genelde erkekler kadınların konuşmalarından ya da taleplerinden rahatsız olduklarında salonda bu şekilde otururlar. Kadınların en rahatsız olduğu beden dilleridir. Çünkü bu beden dili kadına önemsenmediğini hissettirir.



(Solda) Şekil 11- Bir görüşme veya konuşmayı

sona erdirmeye hazır olma: Eller dizlerde

(Sağda) Şekil 12- Yerlerinize, hazır: Sandalyeyi kavrayarak
öne eğilmiş

Cinsel Saldırganlık

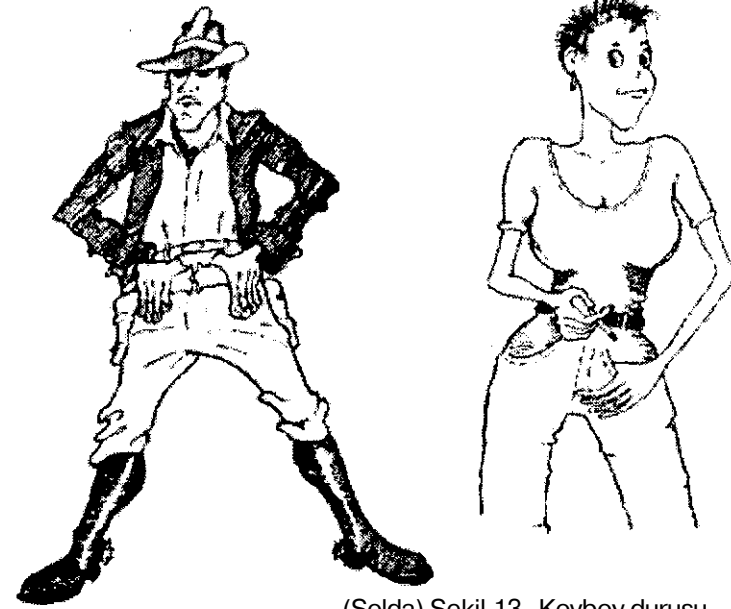
Kemer veya ceplere sokulmuş başparmaklar cinsel olarak saldırgan bir tavrı göstermek için kullanılan harekettir. Televizyondaki Western'lerde halka en sevdikleri silahşorun erkekliğini (Şekil 13) göstermek için kullanılan en yaygın hareketlerden biridir. Kollar hazır olma konumuna geçer ve eller de genital bölgeyi vurgulayarak ana gösterge görevini yapar.

Erkekler bu hareketi bölgelerini belirlemek veya diğer erkeklerle korkmadıklarını göstermek için kullanırlar. Kadınların yanında kullanıldığında bu hareket 'Ben erkeğim, sana hükmedebilirim' anlamına gelir.

Büyümüş göz bebekleri ve ayaklardan birini dışıya çevirmeyle birlikte bu hareket çoğu kadının kolayca tespit edebileceği bir harekettir. İstmeden akıllarından geçeni kadınların anlamasına neden olan çoğu erkek için sözel olmayan yollarla kendilerini ele vermelerini sağlayan hareket bu harekettir.

Bu hareket grubu her zaman erkeklere özgü olmuş olsa da kadınların kot ve pantolon giymeleri onların da bu hareket grubunu kullanmaya başlamalarını sağlamıştır. (Şekil 14)

Gene de kadınlar bu hareketi sadece kot veya pantolon giyerken yapmaktadırlar. Elbise veya benzeri kıyafetlerle cinsel olarak saldırgan kadın bir başparmağını kemer veya cebine sokar. (Şekil 14)



(Solda) Şekil 13- Kovboy duruşu
(Sağda) Şekil 14- Cinsel olarak saldırgan dışı

Erkek Erkeğe Saldırganlık

Şekil 15'te tipik eller kalçada ve başparmaklar kemerde hareketleriyle birbirlerini ölçüp biçen iki erkek görülmektedir. Her ikisinin de belli bir açıyla birbirlerinden uzağa dönük olması ve vücutlarının alt kısımlarının gevşek olması nedeniyle bu iki erkeğin farkında olmadan birbirlerini değerlendirmekte olduklarını ve saldırmalarının beklenmeyeceği sonucuna varmak hatalı olmaz. Konuşmaları havadan sudan veya dostça olabilir ama eller kalçada hareketleri sona erip de eller açık hareketlere geçmeden tamamen rahat bir ortam olamayacaktır. Bu iki adam ayakları yere sınıksı basarak doğrudan birbirlerine bakıyor olsalardı (Şekil 16) kavgaya çıkması pek muhtemel olurdu.



(Yukarda) Şekil 15- Birbirini ölçüp biçme
(Aşağıda) Şekil 16- Bela geliyor



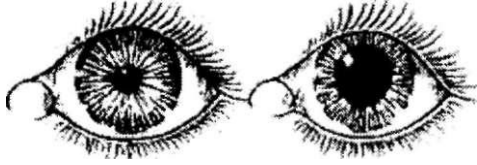
Gözbebekleri

Tarih boyunca göz ve insan davranışı üzerindeki etkileriyle uğraştık durduk. Hepimiz "Gözleriyle onu parçaladı", "Kocaman bebek gözleri var", "Gözlerini kaçırıp duruyor", "Çok davetkâr gözleri var", "Gözünde öyle bir pırıltı vardı" ya da "Bana en kötü bakışıyla baktı" gibi ifadeler kullanmışızdır. Bu gibi ifadeleri kullandığımızda farkında olmadan kişinin gözbebeklerinin büyüklüğünden ve bakışla ilgili davranışlarından bahsederiz.

Belli ışık durumlarında, kişinin ruh hali ve tavrı olumludan olumsuz veya olumsuzdan olumluya geçerken gözbebekleri küçülür veya büyür. Heyecanlanan birisinin gözbebekleri normal büyüklüklerinin dört katına çıkabilir. Tam tersine, kızgın, olumsuz bir ruh hali gözbebeklerinin 'minik boncuk gözler' ya da 'yılan gözleri' olarak bilinen şekilde küçülmesine yol açar. Flört sırasında gözler oldukça fazla kullanılır, kadınlar gözlerini vurgulamak için göz makyajı yaparlar. Bir kadın bir erkeği severse ona bakarken gözbebeklerini büyütecek ve erkek de farkında olmadan bu bilgiyi doğru yorumlayacaktır. Bu nedenle romantik buluşmalar gözbebeklerinin büyümesine neden olan loş yerlerde gerçekleşir.

Birbirlerinin gözlerine bakan genç aşıklar farkında olmadan gözbebeklerinin büyüüp büyümediğine bakmaktadırlar. Her biri diğerinin gözbebeklerinin büyümesinden heyecanlanır. Araştırmalar, kadın ve erkekleri cinsel pozisyonlarda gösteren pornografik filmler erkeklere gösterildiğinde gözbebeklerinin normal büyüklüklerinin üç katına kadar çıkabildiğini göstermiştir. Aynı filmler kadınlara gösterildiğinde gözbebeklerindeki büyüme erkeklerdekinden daha

fazladır. Bu da kadınların pornografiden erkeklere göre daha az etkilendikleri iddiasıyla ilgili şüphelere neden olmaktadır.



(Solda) Şekil 17- Minik boncuk gözler

(Sağda) Şekil 18- Yatak odası gözleri

Bebekler ve çocukların gözbebekleri yetişkinlerinkinden daha büyüktür; yetişkinlerin yanındayken onlara olabildiğince çekici görünerek sürekli olarak dikkatlerini çekme çabasıyla gözbebekleri büyür.

Gözbebeği takibi fiyat pazarlığı sırasında alıcıların gözbebeği büyümesini izleyen eski Çinli mücevher tacirleri tarafından kullanılırdı. Yüzyıllar önce, fahişeler gözbebeklerini büyüterek daha arzulanır olabilmek için gözlerine dulavratotu losyonu damlatırlardı. Aristotle Onassis'in düşüncelerinin gözlerinden okunmaması için iş görüşmeleri sırasında koyu renk gözlük taktığı bilinirdi.

Erkek Kadınlar Arasına Mesafe Koymak İsterse

Sevgili kadınlar eşiniz ya da partneriniz eğer sizinle kendi arasına mesafe koymuşsa ya da bir olay yüzünden sizinle ciddi bir konuşma yapacaksa bu bakışı kullanırlar. Erkekler eşlerine sürekli bu bakışla iletişim kurarlarsa zamanla kadınla arasına duvar örme-ye başlarlar. Ben bu bakışı ergen babalarında da çocuklarına karşı gözlemleyebiliyorum.

Erkekler sizin gözlerinizle alın bölgenize bakarlarsa bilin ki araya mesafe koyuluyor. Çoğu kadın bu bakış türünden rahatsız olurlar. Genelde kadınlar, "Bakma bana öyle." derler.



Şekil 19- Mesafe Koyan Erkek Bakışı

Erkek İletişim Kuruyor Hayret

Eğer erkek, konuşurken kadının gözleriyle dudakları arasına bak.yorsa etkili bir iletişim kurmak istiyordur. Bu bakış kad.nlar. ve diğer insanları rahatlatır.



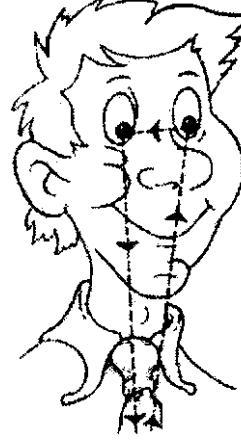
Şekil 20- Erkeğin iletişim bakışı

Yan Bakış

Yan bakış ilgi veya saldırganlık iletmekte kullanılır. Hafif kalkmış kaşlar ve bir gülümsemeyle birlikteyse ilgi anlamına gelip flört işareti olarak yaygın şekilde kullanılır. Aşağıya dönük kaşlar, çatık alın veya aşağıya dönük ağız köşeleriyle birlikte şüpheli, saldırgan veya eleştirel bir tavır anlamına gelir.

Mahrem Bakış

Bakış gözlerle ve çenenin altından kişinin vücudunun diğer bölgelerine doğrudur. Yakın karşılaşmalarda gözler ve göğüs ya da memeler arasındaki üçgen, daha uzak karşılaşmalarda ise gözlerle ağız arası arasındaki üçgendir. Kadın ve erkekler bu bakışı birbirleriyle ilgilendiklerini göstermek için kullanırlar ve ilgi karşılıklıysa aynı bakışlarla cevap verilir.



Şekil 21- Mahrem bakış

Gözle Dışarıda Bırakma

Karşılaştığımız en sinir bozucu erkeklerden bazıları konuşurken gözle dışarıda bırakma hareketini kullananlardır. Bu hareket bilinçsizce yapılır ve o kişinin sizden sıkılması veya artık ilgilenmemesi ya da kendini sizden üstün görmesi nedeniyle sizi görmemeye çalışmasından oluşur.

Bir erkek üstün olduğunu düşünüyorsa gözle dışarıda bırakma hareketini yaygın olarak 'burnunun üzerinden bakmak' olarak bilinen kafayı geriye atarak size uzun bir bakış atma hareketiyle birlikte yapar. Konuşma sırasında bir gözle dışarıda bırakma hareketiyle karşılaşırsanız bu kullandığınız yaklaşımın olumsuz bir tepkiye yol açıyor olabileceği ve etkin bir iletişimi için yeni bir taktik gerektiği anlamına gelir. (Şekil 22)



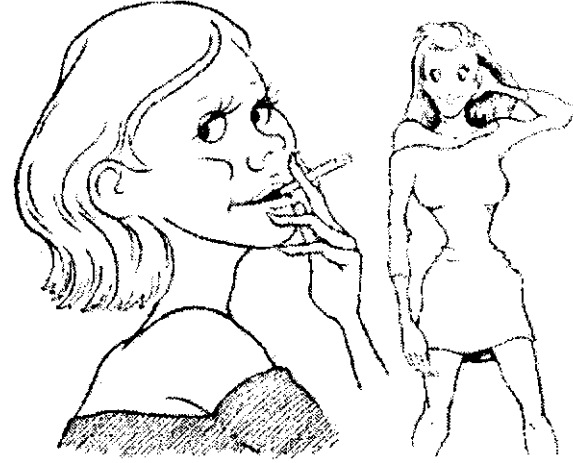
Şekil 22- Kadını dışarıda bırakma

Kadın Flört Hareketleri

Kadınlar da erkekler gibi saça dokunma, giysileri düzeltme, bir veya iki ellerini birden kalçalarına koyma, ayak ve vücudun erkeğe çevrilmesi daha uzun mahrem bakışlar ve artan göz teması gibi aynı temel hazırlık hareketlerini kullanırlar.

Ayrıca erkek saldırganlık hareketi olmasına rağmen bir dişi inceliğiyle kullanılan ve sadece tek başparmağın kemere sokulduğu veya bir çanta veya cepten dışarı çıktığı başparmaklar kemere hareketini yaparlar.

Heyecan dolu bir ilgi kadınlarda da gözbebeklerinin büyümesine ve yanakların kızarmasına yol açar. Bunun ardından diğer dişi flört sinyalleri gelir.



(Solda) Şekil 23- Sigara satmakta kullanılan flört hareket grubu

(Sağda) Şekil 24- Kadın hazırlık hareketleri

Saç Atma

Baş hafifçe savrularak saçlar omuzlardan geriye veya yüzden uzağa atılır. Kısa saçlı kadınların bile bu hareketi yaptıkları görülebilir.

Bilek Gösterme

İlgilenen bir dişi potansiyel erkek eşine bileklerinin iç tarafındaki düzgün yumuşak teni gösterecektir. Bilek bölgesi uzun zamandır vücudun en erotik yerlerinden biri olarak kabul edilmektedir. Konuşurken avuçlar da erkeğe gösterilir. Sigara içen kadınlar bu tahrik edici bilek/avuç göstermeyi sigara içerken çok kolay yaparlar. Bilek gösterme ve saç atma hareketleri dişi bir görünüme sahip olmak isteyen eşcinsel erkekler tarafından da taklit edilir.

Bacak Açma

Bacaklar erkek orada olmasaydı açılacaklarından daha fazla açılırlar. Bu hareket kadın oturur pozisyonda da olsa ayakta da olsa ve sürekli olarak bacaklarını çapraz ve bitişik tutan cinsel olarak savunmaya geçmiş kadınla tezat oluşturur.

Kalça Yuvarlama

Pelvik bölgeyi vurgulayacak şekilde yürürken kalçaların rolü önem kazanır. Aşağıda verilen daha rafine dişi flört hareketlerinden bazıları yüzyıllardır mal ve hizmetleri satmak için yapılan reklamlarda kullanılmaktadır.

Yan Bakış

Göz kapakları kısmen düşük olarak kadın erkeğin bakışına erkek fark edene kadar karşılık verir ardından hemen bakışlarını kaçırır. Bu tahrik edici bir gözetlenme ve gözetleme hissi uyandırır ve çoğu normal erkeği ateşlendirmek için yeterlidir.

Ağız Hafif Aralık, Islak Dudaklar

Bu hareket dişi genital bölgesini simgelemek amacını güttüğünden Dr. Desmond Morris bunu 'kendi kendini taklit' olarak tanımlar. Dudaklar yalanarak veya kozmetiklerle ıslak gösterilir. Her iki durumda da kadının cinsel bir davette bulunduğu izlenimini uyandırır.

Ruj

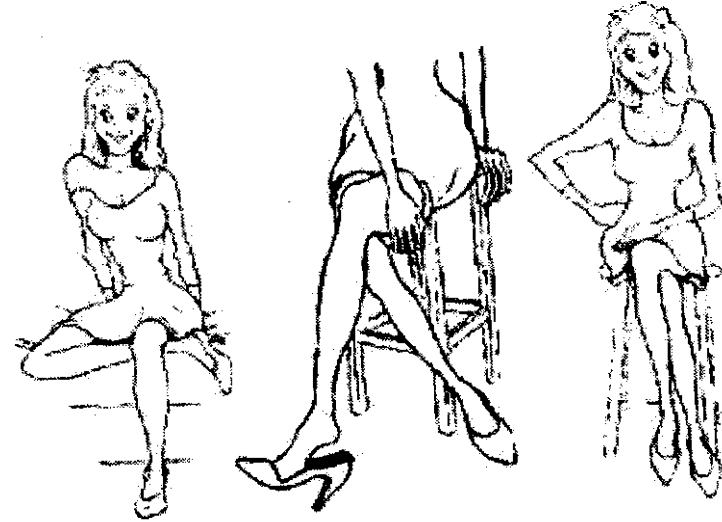
Bir kadın cinsel olarak uyarıldığında dudakları, memeleri ve cinsel organları kanla dolarak daha büyük ve daha kırmızı olurlar. Ruj da binlerce yıldır kullanılan ve cinsel olarak uyarılmış dişinin kızarmış cinsel organını taklit etmeyi amaçlayan bir tekniktir.

Kalkık Omuz Üzerinden Yana Bakma

Bu da yuvarlanmış kadın göğüslerinin taklit edilmesidir. Şekil 23'te de büyümüş göz bebekleri, saç atma, bilek gösterme, yan bakış, isleyerek uzun uzun bakma, ıslak dudaklar, yukarıda tutulan baş ve silindirik şeklinde bir nesneyi elleme gibi hareketleri kullanarak belli bir sigara markası için arzu uyandırmaya çalışmaktadır.

Kadınlarda Bacak Atma Hareketleri

Erkekler genellikle bacakları açık ve saldırgan bir şekilde apış aralarını sergileyerek otururlarken kadınlar bacak bacak üstüne atmayı hassas genital bölgeleri için bir koruma olarak kullanırlar. Kadınlar flört ettiklerini göstermek için üç temel pozisyonu kullanırlar.



(Solda) Şekil 25- Dizle gösterme

(Ortada) Şekil 26- Ayakkab. yeterli ipucu sağlar

(Sağda) Şekil 27- Bacak dolama

Dizle göstermede (Şekil 25) bir bacak öbürünün altına toplanırken ilginç bulduğu kişiyi gösterir. Bu çok rahat bir pozisyon olup konuşmanın resmiyetini ortadan kaldırır ve uylukları sergiler.

Ayakkabıyla oynama Şekil 26'da rahat bir tavrı gösterir ve bazı erkekleri çıldırtabilen bir şekilde ayağın ayakkabıya sokup çıkarılması gibi baştan çıkartıcı bir etkiye sahiptir.

Çoğu erkek bacak dolamanın (Şekil 27) bir kadının yapabileceği en çekici oturma pozisyonu olduğunu düşünür. Bu kadınların dikkat çekmek için bilinçli olarak kullandıkları bir harekettir. Dr Sheflen bir bacağın diğerine daha önce de belirtildiği gibi kişi cinsel performansa hazır olduğunda vücutta görülen durumlardan biri olan yüksek kas tonu görünümü vermek üzere bastırılır.

Kadınlar tarafından kullanılan diğer işaretler arasında bacakların erkeğin karşısında yavaşça kavuşturulup ayrılması ve dokunulma arzusunu gösterircesine eliyle uyluklarını hafifçe okşamak sayılabilir. Genellikle buna alçak sesle konuşmak eşlik eder.

Dipnot: Kadınlar yalan söylerken burunları ile erkekler ise gözleri ile oynarlar.

Beyaz Gelinlik ve Kadın

Renkler insanların bir iletişim aracıdır. Bu iletişim aracını kullanırken duyguları da katarız. Renksiz bir hayat düşünülemez. Öyle ki genetik kodlarımızda bile maviyi erkeğe, pembeyi kadına yakıştırmışızdır. Doğaya baktığımız zaman birçok rengi bir arada görebiliriz, insana da baktığımızda birçok duyguyu içinde barındıran bir canlı görürüz. Şimdi renkleri duygularla ilişkilendirip kadına ve erkeğe özdeşleştirelim.

Hepimizin kabul ettiği ve tüm renkleri içinde barındıran renk beyazdır. Beyaz bir sonsuzluktur. Her şey beyazdan doğar. Tüm duyguların sevgiden doğduğunu söylersek ve bunu beyaz renk olarak adlandırsak bir kadın evliliğe beyaz olarak gelir. Beyaz rengin özelliği içinde farklı duygulan da barındırmacıdır.

Beyaz: Sevgi + Güven + Umut

Yani kadın erkeğiyle evlenmek istediğinde yukarıdaki üçlüyü tamamlamak için yola çıkar. Büyük bir sevgi taşır ama bu sevgi başlı başına yetmez. Hayatını devam ettireceği erkek ona yeni bir yaşam verecektir. Bu kadın için büyük bir anlam taşır. Kadının, erkeğiyle ilgili umutları olacak ki her güne sevgiyle başlasın. Umut kadını yaşatır, güzelleştirir...

Her kadın der ya, "Çok büyük umutlarım vardı, ne güzel şeyler hayal etmişim evlenirken." diye.

Sevgi ve umut tek başına evlilik için yetmez. Çünkü doğa kadına bir erkeğin gücünü vermemiştir. Bu yüzden kadın, kendisini sevgiyle umutlarına götürecek güçlü bir erkek bulup ona güvenmek ister. Kadın, erkeğine güven duyarsa, yuvasını işler, çocuğunu büyütür, yaşamdan zevk alır.

Her kadın bu üç duyguyla evlenir.

Bir erkeğin, karısının bu duygularını taze tutması gerekir. Eğer ki ilişkinizde bu üç duygu sağlam işlenmemişse dikkat etmeniz gerekiyor. Ya da zamanla bu duyguların gücü azalmaya başlamışsa tehlike sinyal veriyor demektir. Bu duyguları canlandırmanız gerekir.

Eğer bir erkek karısının:

Güven duygusuna zarar verirse: Bu kadın depresyona girer, içine kapanışlar gösterir.

Umut duygusuna zarar verirse: Bu kadın çabuk yaşlanır, sık sık hastalanır, enerjisi düşer.

Sevgi duygusuna zarar verirse: Bu kadın, erken menopoza girebilir, başkasına ilgi duyabilir, en önemlisi ise bir süre sonra kocasından tiksinemeye başlayabilir.

Karınızın size sadece ev arkadaşı ama başkasına kadın olmasını istemiyorsanız bu duygularını anlayın ve yaşatın.

Gönlümün Konuğu

Hep savunduğum bir şey vardır; sanat eğitimle öğretilip geliştirilmez. Doğuştan gelir. Yaratıcının hediyesidir. Öyle ki 19'unda olursun şiirler yazıp, aşkı, hayatı, böceği anlattırın, yaşından dolayı okurlar ama anlamazlar. Fikirler üretirsin hayata dair, dinlemek için büyümeni beklerler. Aşık olursun daha önünde ne aşklar bekliyor derler. Hep derler ama bilmezler ki bazılarının yıllarca yaşayıp da hissedeceklerini yaratıcı birilerine doğuştan üfler.

19 yaşında bir adamdan hayatı, parayı, saygıyı, öfkeyi, aileyi, eğitimi, dini ve birçok şeyi dinledim; bir şey vardı ki en çok onu sevdim: "KADIN"

Daha yeni görmekten bahsederken seni buldum bir anda önce gözlerine tapındım sonra bilmediğim bir parçan da doyurur oldum karnımı.

Paylaşmak istemedim kimselerle seni, sonra göz yaşımı buldum tesadüfen aktığı geceler de. Alaycı tavrımı bezin için de sakladım herkes ellerini kaçırır oldu benden. Daha kurumamışken yalnızlık sen yetişir oldun tekrarlayan anlar da.

Atışlarını duyduğum ufak ufak ritimlerle ilk şarkımla tanıştırdın beni.

Herkes yaşıma vurdu ayaklarımı ama ben bir tek Tanrıma ibadete koştum her adım da. Bilmediğim birçok sahne geldi karşıma, reddettim, öğrendiğin kilo parçaları arasın da.

Şimdi büyüdüm, senden çok varmış öyle dediler, bana verdiğin gözlerle açıldım ilk defa dünyaya, her çiçeği kokladım ama ben bir tek senin kokunu aradım her birinde, ve sonra biraz daha büyüdüm sonbahara benzer oldu dudaklarım.

Şimdi bir daha büyüdüm meğer her gün anlattığın güneş, toprakla anlaşmalıymış, hiç bilmedim ama durdurmaya çalıştım büyümeyi, her gün inkar ettiğim duvar da.

Sonra biraz daha büyüdüm karım oldu sonunda sanki sana benzer hayatlar yaşadım. Anlamsızca dönen dünyalar buldum. Her gün hoşuma gittiği mezardan kalkıp bilmediğim kağıt parçalarında aradım mutluluğu.

Öpmesi için verdiğin dudaklar buldum yine ama bu sefer Tanrım gülmüyordu bana.

Ben de ufakken tesadüfen aktığı geceler de bulduğum göz yaşımı akıttım istemsizce. Günler aylara büründü gecelerse sessiz çılgınlıklar arasında biter gibi göründüler bana.

Şimdi biraz daha büyüdüm sonunda baba dedikleri şey oldum ufak bir kul daha çıktı. Oda bana benzer roller üstlendi bir anda önceleri paylaşamadığımı bir anda elimden alır oldu . Kapı aralığından baktığım Tanrım, bir anda başkasının Tanrısı oluverdi şimdi.

Yine kapı aralığından meraklı roller üstlendim küçüklüğüme döndüm bir anda yine o ufak ritimler arasın da kadın kutsaldır sesleri çınladı peş peşe gelen kurşunlar arasın da.

Tanrı kimdi ben kime o kadar güzel baktım beni o yaratmadıysa ondan daha güzel ne var yaratacak .

Kimin gözlerinde uyuyacağım artık, kimde son bulacak dualarım?

Her gün inkar ettiğim duvardan kaçıp kimin dudaklarında yıkanacağım.

Yağmurları kim getirecek de fırtınaya karıştırarak. Şimdi biraz daha büyüdüm ve öğrendim ki dünyanın bile daha kabul etmediği aylarda kadınmış beni kabul ettiren.

Ben Tanrım sanmışım halbuki o Tanrının yanındaki cennetmiş.

Şimdi daha yeni görmekten bahsederken fark ettim ki ilk yaptığım iş onu görmek için açtığım gözlerim.

Her gün nefes alışı duymak için karnımı doyurduğum bedenim.

Kimse almasın diye kendimden koparıp da verdiğim göz yaşlarım.

Korumak için emrettiğim ayaklarım...

Kendinin bile sevmediği sırf sen de diye, aşık olduğum kolların.

Şimdi biraz daha büyüdüm, Tanrıyı yerine koydum, kadını kendi yerine ve sonra fark ettim meğer her bir parçam senin içini.

Her bir ibadette Tanrımınmış ben daha yeni fark ettim, halbuki çoktan paylaşılmışım.

Yasir Erdem
Atılğan İnşaat - İzmir
www.yasirerdem.com

Renklere Göre Kadınlar ve Erkekler

BEYAZ

Kadınlar:

ilk renk olarak tercihi beyaz olan kadın, isteyerek veya istemeyerek olsun kalbinin saf ve temiz duygularla yüklü olduğunu ortaya koyuyor demektir. Nezaket kurallarına uyabilen, yumuşak beraberinde de alçakgönüllü biri olmanın yanında, asil olmak ve iyilikte onun meziyetleri arasında sayılabilir. Gösterişli ve gürültü patırtılı, neşeli bir yaşam onun için hiç de cazip değildir. Evi onun her şeyi, başka insanlara yardım da hedefidir. Neşeli olabilir ancak genel olarak sakin ve sessiz bir yapıdadır. Yaratılış gereği düzeni olması, elinin her işe yatkın olması ve becerileri onun diğer yanlarıdır. İtinai ve pozitif düşünce tarzı, onu zaman içinde sert ve acımasız birisi yapsa dahi adaletli ve doğru insan olması başkalarına karşı dürüst davranmasını sağlamaktadır.

Erkekler:

Beyaz seven bir erkek ise asla korkak ve de çekingen bir yapıda olamaz. Tersine zalim ve soğukkanlı bile olabilirler.

Heyecanını dışarı yansıtmayan, sabit ve sakin yapılı bir insan kimliği çizerler, onların yaşamında telaş olmadığı gibi bir de, düzenli, aşırı derecede titiz yapıdadırlar. Pratiğe önem verirler, güçlü bir hafızaları olması için ise hiç bir çaba göstermezler. Sabırlı, enerjik ve aşırı güven duygularına sahiptirler. Sağlam yapılı vücutları, sır dolu ikilemli de bir kişilikleri vardır. Bir de cömert ve kişilere yardımda atılğan olmak hiçbir zaman için çekinmezler.

SARI

Kadınlar:

Sarı rengin parlak ancak koyu ton olanını seven kadın, dedi-koduya meyilli fazla olan bir insandır. Çok sınırlı konuları olmasına karşı, durmaksızın konuşmayı çok severler. Davranış, hareketlilik bakımından da durağan bir tablo sergilerler. Yüzleri boş ve manasız baktığı zaman bilirsiniz ki, konuşulan konu ağır, onlar bakımından oldukça çok yüksektir. Ancak konu hafifleyip de dedikodu safhasına girdiği zaman, işte onları o an tutamazsınız. Sarıyı seven bu kadınlar özünde negatif kimseler değildir. Ama, bilmek isteme, herkesle en ince detayına kadar alakadar olmaları, her şeyi bilmek istemeleri, bu kişileri çekilmez kılmaktadır. Cömert olamamalarına karşı, şayet pozitif bir günlerinde iseler herkese yardım edebilirler.

Erkekler:

Bir erkeğin önüne pek çok renk koyup da seç dediğinizde, şayet sarı rengi seçer ise, o erkek bilmeyerek de olsa biraz korkaklığını ortaya koyuyor anlamındadır. Ama onu korkutan manevi anlamda korkular değil, maddesel anlamdaki korkulardır. Düşüncelerini dobra olarak söylerler, karşı düşüncelerden de zerre kadar çekinmezler. Herkesin kendisine merakla bakmasın neticesinde hoşlanan yapısı itibarıyla ara sıra, rengarenk kıyafetler de giyebilirler. Kendi ile alakalı konularda büyük övünç duyarlar, sözleri ara sıra abartı noktasına varmaktadır. İnsanlarla iyi geçinen bir yapısı olmasının yanı sıra kadın arkadaşları azınlıktır.

TURUNCU

Kadınlar:

Sıcakkanlı yapının sahibi, iyi kalpli, dost bir insan istiyor iseniz, turuncu ve bu rengin tonlarını seven bir kadın oldukça idealdir. Soğukluk, sertlik onların kitabında yok gibi bir şey diyebiliriz. İnsanlara

göstermiş oldukları ilgi daima dengeli ve sevecendirler. Ne uzak ne soğuk dururlar, ne de çok samimi-laubali olurlar. Tam olarak orta kararın her an için aşırıktan çok daha iyi olduğunu savunurlar. Kendisine bir zarar verildiği takdirde bağışlayıcıdır, asla kindar olmayan, kızdıklarında kesinlikle bağırıp çağırmayan tiplerdir. Ancak onun bu hali kimseyi yanıltmamalıdır, tepesine çıkılmak istendiğinde de kuvvetli, sağlam karakterleri neticesinde bu duruma hiçbir şekilde tolerans göstermezler. Bu kişinin en büyük meziyetlerinden biri de, hakkını savunma bunu karşısındakine onu kırmadan, üzmeden yapmasını çok iyi bilmesidir.

Erkekler:

Turuncu rengi seven erkekler ise de aynı turuncu seven kadınlarda olduğu gibi, dengeli, ılımlıdır. Anlayış gücü, sabır gücü, sevecenlik, dayanma gücü onlarda da vardır. Hoşlarına gitmeyen bir şeylere ise asla müsaade etmezler. Böylelikle bir kişi orta yaş gurubunda ise, bütün çocukların sevdiği saydığı bir baba, bir dost olurlar. Şayet çocukların yapmalarına müsaade edilmeyen şeylere onlar, alçakgönüllü ve sevecen kişilikleri sebebinden izin verirler. Ama hiçbir an için de çocuklarının şımarmasına izin vermezler. Kavgalar, tartışmalar onların barış sever karakterleriyle hiç bağdaşmadığından dolayı bu gibi durumlardan daima kaçarlar.

PEMBE

Kadınlar:

Ahenkli, neşeli kadınların rengidir pembe. Yürek kıpırtıları sanki uçar gibi olan, mutlu kişilerdir bunlar. Ancak, asla aşırıkları, hafif davranışları yoktur. Gereken durumlarda ise ciddi, ağırbaşlı, sorumluluklarının bilincinde olabilirler. Hayatın, pek çok ağır konu ve gerçeklerden oluştuğunu bilirler ve sadece neşe için yaşamamayı öğrenmiş bir ruh halleri vardır. Utanma hisleri, çekingenliklerini saklamasını becerdikleri gibi, bunu çok nadir olarak dışa vururlar,

coşku, ateşli olma, fırtınalar içersinde yaşamaktan oldukça çok uzaktırlar.

Erkekler:

Pembe rengi tercih eden erkekler maddi anlamda, manevî anlamda yapıları çok güçlü olamayan kişilerdir. Onlarda cesaret, atılcılık aramamalıdır. Yavaşlıkları onları uysal yapı sahibi yapmıştır, konuşmaları da bu doğrultudadır. Bitmek bilmeyen, devamlılık arz eden bir sinir, heyecan durumu içersindedirler. Alınganlık, hassasiyet durumları da bu sebeptendir. Ancak insanlara olan sevgisi en üst düzeydedir. Onlar için dost kazanma, çevrelerinkileri memnun etme en baş görevdir. Olayların beraberindeki tartışmaların dozu arttıkça oradan kaçmak açısından şayet bir yol bulamazsa, bu seferde her söylenileni yapması kaçınılmazdır. Ancak bütün bunları da yapar iken, kendilerinin tersine etrafın huzurunu daha çok düşünürler.

KIRMIZI

Kadınlar:

Kırmızı, tüm renklerin içinde en çok ilgi uyandıran bu rengi seven kadınlar, neşeli, yaşam dolu, hayattan zevk almasını bilen kariyer sahibi kişilerdir. Dengesizdirler de bazı zamanlar. Hemen heyecana kapılırlar, çabuk kızarlar, öfkelenirler. Amatörce de olsa dans etmekten, şarkı söylemekten hoşlanırlar, bundan zevk alabilirler. Asla somurtkan, durağan bir durumda olamazlar. Etrafları onlar açısından önemli değildir. Her kim ne düşünürse düşünsün umurlarında olmaz, kendi yaşamlarının arkasında durarak; "Bu benim yaşantım, size ne oluyor?" der gibi bir ifade ile kendilerini anlatırlar.

Erkekler:

Korkusu asla olmayan, cesur, sosyal olan bu kişiler, tam bir erkek sembolüdür. Onlara kabadayı bile dersek abartmamış oluruz.

Tehlike sinyali onlar için günlük, olağan bir davranışlardandır. Gülmek istedikleri durumlarda bile tehlikeye girerek gülerler. Daima kendi bildikleri en doğru olduğu için, toplum adetleri onları asla ilgilendirmemektedir. Şaşırtıcı işler yapmak konusunda da üstlerine yoktur, küçük ya da büyük olmaları onların havai olmalarının önüne kesinlikle geçemez. Bu onların yaramazlıklarla dolu olan dünyalarının bir parçasıdır. Gene de onlar çevrelerinin rengi tanınır, gerek onlarla gerek de onlarsız bir çevre zor düşünülür diyebiliriz.

KAHVERENGİ

Kadınlar:

Kahverengi seven kadınların çok geniş hayal güçlerinin olduğu söylenmemektedir. Ancak yöntemiidirler, ani duygusallıklar, parlak zeka işaretleri onlarda pek de mevcut değildir. Bu kişiler için reel olan sakinlik, kendi halinde olmak, bunların yanında sessiz sedasız olmaktır. Olağanüstü eylemlerde bulunmadıkları bakımından, çok fazla derecede göze çarpmazlar, gözleri de rahatsız etmezler. Bu rengi seven kadınlar ev işlerinde çok başarılı olurlar, ev işlerini büyük bir zevkle yaparlar. Onların kitabında düzensiz olmak, rasgele bir iş yapmak yoktur. Sistem, programdır bütün yaşamları. Bu sebepten de sistematik bir çalışma düzenleri mevcuttur. Çevresinde olanların kusurlarını bağışlayıcı, hoşgörülüdürler. Yalanı sevmezler, hatta iyi bir şey için bile beyaz yalan dahi asla konuşmazlar. Dinsel tarafları, inançları da güçlüdür.

Erkekler:

Orijinal olmaktan yoksun olan erkekler genellikle bu rengi severler. Anlayış seviyeleri geniş, iyi işleyen beyinleri, izleme güdülerine ise son derece gelişmiştir. En belirgin özellikleri sadelik yanlısı olmalarıdır, nefret ettikleri en önemli değer, darbedir. Abartılı şeylerden, gösterişten hiç hoşlanmazlar. Küçük şeyler onları tatmin

edebildiğinden dolayı, büyük para harcamaları yoktur. Az harcama, çok tasarruf kazanmaları da onları son derece mutlu eder, cimrilik derecesinde diyebiliriz. Hırslı olmaları, alakasızlık, alışkanlıklardan doğabilecek kaosları ortadan kaldırmaktadır. Maniler, bütün zorluklar onları asla yıldıramaz.

YEŞİL

Kadınlar:

İğneleyici tarzdaki cevapları seven, alaycı, hazır cevap insanlardır. Özellikleri de kıvrak zekalı olmalarıdır, bu rengi seven kadınların, yaşamda başarılı olamayanları genel olarak, alaycı, pısırık, fesat duygular taşımalarındandır. Çoğu zaman bir alaycı üsluba, espri savurganlığına sahiptirler. Bu nedenle ağız dalaşında onlarla baş edebileceğinizi hiç düşünmemelisiniz. Yeşil rengi seven kadının beyni de daimi olarak iyi bir şekilde işlemektedir. Etraflarına karşı duyarlı olmaları, olanı biteni anlamalarına oldukça çok yardımcı olur. Ancak beyinleri hareketlidir, bedenleri değil. Bazıları vardır ki, onlar tam anlamıyla tembel sınıfına girerler. Çoğunda sabırsızlık mevcuttur, uzun, yorucu işler onların ilgisinde değildir, insanı yarı yolda bırakırlar.

Erkekler:

Yeşil huzursuz, düşüncesiz erkeklerin sevdiği bir renktir. İyi kalplidirler, istemeden de olsa ara sıra kalp kırabilirler. Para pul onlar bakımından önemli değildir, bu yüzden ellerindeki paranın en azından yarısını dağıtırlar. Ama, çoğu anda ceplerinde dağıtılabilecek kadar para olmaz, adeta nerede akşam orada sabah diyen tiplerdendir. Her şey onları mutlu edebilir, başkalarına da çok fazla güven duyarlar. Eğlence hayatı, zevk onların sembolleridir. Eğlenemedikleri günlerin kaygısına düşerler, yeşil rengi seven kadınlar gibi onlarda esprili, sohbetleri dinlenen kişilerdir. Kendisini dinleyen birilerini

buldukları zaman uzunca anlatılarda bulunmaktan hiç kaçınmazlar. Nedeni ise onlar güzel konuşma gibi bir meziyete sahip olduklarını bilirler. Bunun yanında sorumluluk sahibi olma duygusundan uzaktırlar. Ancak her şeye rağmen sevimli insandırlar, geçinilmesi kolay, karşısındaki kişiyi mutlu eden bir karakterleri vardır.

MAVİ

Kadınlar:

Mavi rengi tercih eden kadınlar son derin duygulara sahiptirler. Bir şeye sevinmeye görsünler, onu abartma yolu ile en üst noktaya çıkarırlar, üzüntüleri de aynı bu biçimde gösterirler. Duygusal alanda da iniş, çıkışları ani, hızlı olur, tıpkı sevinç ve üzüntüde olduğu gibi, bir an neşeli iken hemen akabinde üzüntünün kollarına kendilerini atıverirler, bu duygu kontrolsüzlüğünden doğan ahenksizlik onları şaşkına çevirir. Kendilerini hiçbir an tam olarak anlayamadıklarından dolayı da hiçbir zaman kendilerinden emin değildirler. Ve her an; Bana neler oluyor böyle dediğini duyar gibi olursunuz. Daimi olarak korkuları vardır, her türlü telkin, tedavilere rağmen o korkuları ile yaşamayı tercih ederler. Korkunun temel kaynağı da kendisidir, o bunu bilerek korkar. Derin acı, yoğun düşünceler, onların sıklıkla dalıp gitmelerine neden olur. Çevrelerine karşı ise sevgi dolu, cömerttirler. Çevreleri onlar bakımından oldukça çok önemlidir, nedeni ise kendisinden kaynaklanan şikayetleri devamlı olarak çevresine aktararak teselli bulurlar. Bu hal kimseyi gücendirmez, tersine o kişinin samimi biri olduğuna inanırlar, ona saygı gösterirler.

Erkekler:

Mavi rengi seven erkekler, kadınlarına nazaran çok daha sakin, daha dengeli olurlar. Çalışıp, yaşamlarını kazanmak zorunda olduklarının farkındadırlar. Onların iş hayatlarında fırtına estiren duygusal hislere de yer yoktur. Mavi rengi seven erkekler iş yaşamlarında

duygularına duvar çekerler. Yöntemi değil, içlerinin sesini dinleyerek çalışmayı tercih ederler. Bu sebepten de yönetime dayanan işlerde başarı gösteremezler, ancak sisteme dayanmayan işlerde hep bir numaradılar. Günlük hayatlarında değişiklikler yaşamak, onlar için olağan bir durumdur. Bu sebepten masa başı gibi durağanlık isteyen işler onlara göre değildir, aktive olmuş hallerini oturdukları yerden değil de, hareket halinde iken sergilemek isterler.

MOR

Kadınlar:

Bu rengi tercih eden kadınlar lüks düşkünlüdürler. Tarihe bile dönüp bir bakacak olur isek, sosyete, saray erkanına mensup kadınların ilk renk tercihleri hep mor renk olmuştur. Bu bir abartı değildir tamamen gerçektir. Mor rengi seven kadınlar içinde saltanat, lüks, zarafet, rahat bir yaşam, ün, mevkii sevmeyen çok az bir kitledir. Tüm bunlara rağmen çalışmak için de hiçbir çaba göstermezler. Bazı şeyleri daima başkalarından beklerler, kısaca ise armut piş ağzıma düş derler. Bu gibi beklentilerin ardının arkasının gelmediğini bildiklerinden dolayı, hiçbir zaman doymak bilmezler. Onların bazı ihtiyaçlarını karşılayanların kıymetini bilmezler, daima onlara yeni istekler için sürekli manevi baskıda bulunurlar. Kendilerini rahat hissetmeleri içinde sürekli iltifat edilmeleri gerekmektedir, onların hava, su kadar ihtiyaçlarında gıdalar. Erkekler:

Erkekler:

Mor rengi seçen erkeklerde mor kadınlarından farklı değildirler. Pahalı eşyalar, lüks onların yaşam felsefesidir, üstelik bu konuda çok da abartılıdır. Öyle herkesle dost olmazlar. Onların birisiyle dost olabilmeleri, o kişinin mevki, parasal durumuna bağlıdır. Ancak bu, hiçbir zaman onları servet avcısı yapmaz. Onlar bu davranışları kendilerine menfaat sağlamak için değil, egolarını, aristokrat düşüncelerini

tatmin için yaparlar. Bu sebepten de demokrasi diye bir kavramları yoktur, işe soyundukları an, çok dikkatli, ağır hareket ederler. Onların hata yüzdesini düşürür, ancak bu her an böyle değildir, gereken yerde, zamanda hızlı olmayı da pekala becerebilirler.

GRI

Kadınlar:

Gri renk beceri ve sessizliğin adıdır, bu rengi seven kadınlar. İş hayatında iyi mesleklerde bulunur, başarılı olurlar. Başka insanlar tarafından itici, soğuk olarak isimlendirilseler de içlerinden sadece bir kısmı bu sınıfa girer. İçlerindeki dışa vuramadıklarından dolayı, böyle bir duygu uyandırır. Bu kişilere sorarsanız d" duyguları olur olmaz dışa vurmak gereksiz, hoş değildir. Tarafsız davranmaktan hoşlanırlar, bundan da son derece gurur duyarlar. Kimileri ise duygularını içlerine hapsederler, ancak duygularını nasıl dile getirip, hayata geçireceklerini bilmezler. İyi bir uzman olurlar, her konuda. Ancak bu kendi tercih ettikleri konular olur ise. Ve o alanlarının dışında başka bir alana ilgi duymazlar. Düşünce yapılarında mükemmellik, zekalarıyla bütünleşir. Hane içinde sıradan bir ev kadını olmak hiç tarzları değildir. Buna neden de iş yaşamına girerler, burda bütün yetenek, yönlerini ortaya sererler.

Erkekler:

Gri zeka seviyesi yüksek, işler durumda olan kuvvetli erkeklerin rengidir, gri. Ancak el becerilerinde yok denecek kadar azdır, en ufak bir el becerisi isteyen işi yapmak, bu kişiler için büyük başarı olarak nitelenir. Ancak bu işleri yapacak birileri vardır, onlar da buna çok güvenirlir, bu onların onurunu biraz kırar ancak, kendileri yapmasın da! Zaten onlar beyin, zeka adamıdır, elbette yapacak bir işleri vardır. Bu konuda son derece güven duyarlar, bunda da çok haklıdır, kusur, yeteneklerini iyi bilirler.

SİYAH**Kadınlar:**

Siyah renk seven, hüznün ve kederin kadınıdır. Yaşam serüvenleri hayal kırıklıkları ve aldanmalarla geçer. Çevreden yaşam dolu, neşeli görülseler de somurttukları günler boyunca hayalet gibi gezdikleri de olmaktadır. Aslında içteki gerçeklerin bir biçimde dışa vuruş şeklidir, nedeni ise o dışa vuran taraf, onların gerçek yüzleri olmasıdır. Bu kadınların kimi de sert ve soğuk olurlar. Siyah rengin parlak, gösterişli olanını seçen kadınlar ise, öbürlerine hiç benze-
mezler, neşeli, mutlu, huzurdan hoşlanan, keyif alan kişilerdir.

Erkekler:

Siyah renk seven erkekler, düşünce özgürü ve düşünceli olanlardır aynı anda sert kişiliklidirler. Yaşamdan zevk almayı bilmezler, şayet böyle bir zevk alma olayı onlar için, günah sayılır, soğuk kalmayı tercih ederler. Ancak başkalarının yaşamı söz konusu olduğunda, karışmadan duramazlar, tepede olduklarında herkesin hayatını kontrol etmek gibi bir dürtüleri ortaya çıkar, durmadan öğüt verirler, bunu da iyi niyetle yaparlar ancak, çevreleri bunu asla anlayamaz, bu yüzden de negatiftirler, bu hayat, gelecek hayatların bir hazırlık dönemi niteliğindedir.

tarayan ve düzenleyen: Oz Büyücüsü
kitaplığımız.com