



İlhan Uçkan

Doğru Erkeği

Bulma Kılavuzu

@paltor

İÇİNDEKİLER

1. Ders:

"Doğru erkeği" ararken

- Neden siz hâlâ yalnızsınız

- Erkek çok ama "doğru erkek" yok

- İlişkiniz neden yürümedi

- İşin yoksa bekle dur

- Hayatınızın erkeği

- "Doğru erkek" örnekleri

- Bir zamanlar o erkekler de yanlıştı

- Doğru erkeği ararken

• "Benim de güçlü bir erkeğim olacak!"

• "Aradığım erkeği sonunda buldum! Ama..."

• "Kaçırdım gül gibi adamı!"

• "Meğer evliymiş!"

• "Erkek gibi erkek kalmamış!"

• "İşte aradığım erkek! Ama yanındaki kim?" Ev Ödevi: Sizin "doğru" erkeğiniz nasıl olmalı

2. Ders:

- "Yanlış erkek" kimdir

• "Yanlış erkek" tipleri

• "Mükemmel kadın"ı arayan erkek

• İdare eden erkek

• "Benimleydi ve mutluydu"

• "Benim desteğimi istiyor"

- Yalancı erkek
- Maço erkek
- Evli erkek
- Tembel erkek
- Kendini beğenmiş erkek
- Flört düşkünü erkek
- Sabit fikirli erkek
- Aldatan erkek
- "Hiçbir şey olmamış gibi davrandım"
- Umursamaz erkek
- Tehdit eden erkek
- "Bana son bir şans daha ver"
- Kötümser erkek
- Hazımsız erkek
- Kişiliksiz erkek Ev Ödevi:

Beraber olduğunuz erkek "yanlış" olmasın sakın

3. Ders:

Ya siz "yanlış kadınlardanız

- "Yanlış Kadın" mısınız

- Kendinizi kandırmayın

- Rız olmayın

- Kendinize güveniniz yok mu

- Beklemeyin, harekete geçin

- Fazla hamarat olmayın

- Erkeğin eski sevgilisine dikkat
- Hayallerin peşinde koşmayın
- Bir erkeğe değil de bir duruma aşık olmak
- "Nasıl istersen hayatım" demeyin Ev Ödevi:

Nerede yanlış yaptınız

4. Ders:

"Doğru kadın" olmak Sihirli değnek sizde

- Kim doğru, kim yanlış
- Kendinize güveniyor musunuz
- "Doğru kadın" olmak
- Dik durun
- Kendinize değer veriyor musunuz
- Vücut ölçüleri
- Daha fazlasını isteyin! Çekinmeyin
- Cesaretiniz var mı
- Çekim odağı olmak
- Mükemmel nedir Ev Ödevi:

Nasıl bir hayatınız olsun istersiniz

5. Ders:

"Doğru erkek" kimdir

- "Doğru" kime göre doğru
- 3 yanlış 1 doğruyu götürmez
- Adam etmeye degecek erkeğin özellikleri Ev Ödevi:

Karşınızdaki "doğru erkek" mi

6. Ders:

"Doğru erkeği" buldunuz, peki nasıl elinizde tutacaksınız

- Prenses ne istediğini biliyor mu "Doğru erkeği" buldunuz

- Mal, mülk

- "Doğru erkek" yolcu

- Sosyal hayat reçeteleri

- Haydi hayal kuralım

Ev Ödevi:

Mutlu bir beraberlik

Taktikler

- "Evlenmek istiyorum!"

- "Beni seviyor musun?"

- Kıskançlık yapın

- Kapris yapın, naz yapın, dırdır yapın

- Rekabet ortamı yaratmayın

- "1001 Gece Masalları" gibi

- Ona değer verdiğinizi gösterin

- Sevin

- Patlarsam yanarsın

- Gülün

Yazar Hakkında

Mimar Sinan Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Resim Bölümü'nü bitirdi. Öğrencilik yularında çeşitli mizah dergilerinde çalıştı. 1992'de ilk kişisel sergisini açtı. Çeşitli resim ve enstalasyon sergi faaliyetlerini sürdürürken, Express, Kadınca, Esquire, Max gibi dergilerde yazarlık, köşe yazarlığı, editörlük görevlerinde bulundu ve bazı radyolarda program hazırladı.

Resimde "optik oyunlara" olan ilgisi, giderek "hayatın içindeki oyun" kavramına, özellikle de "kadın oyunlarına" ve "cinsler arası oyunlara" doğru yöneldi.

Express Dergisi'nde, "Cins-i Latif, Kadınca'da "Hayat Bir Oyun", Esquire'da "Oyunbozan" köşelerini yazdı. Domus M mimarlık ve tasarım dergisinde tema koordinatörlüğü görevinde bulundu. Çeşitli kitap, senaryo, dergi, internet yayını, bilgisayar oyunu, sanat projelerini sürdürüyor.

"Erkekleri Kullanma Kılavuzu" (Gendaş Yayınları) adını taşıyan kitabı, Şubat 2002'de, "Kadınları Kullanma Kılavuzu" (Epsilon Yayınevi) ise, Eylül 2002'de yayımlandı.

Milliyet Gazetesi'nde "Bilirkişi Raporu" isimli köşesinde yazıyor. www.ilhanuckan.com'da okuyucularıyla buluşuyor.

İstanbul, Taksim'de yaşıyor, oynamaya ve oyun kurmaya devam ediyor.

KENDİMİ SEVİYORUM!

Kendini sevmekle başlar her şey...

Kendimi seviyorum!

Kusurlarımı seviyorum!

Hopluya zıplaya yürümeyi, sinirden kudurunca kendimi lunaparktaki "güç ölçer" gibi bir aşağı bir yukarı çarpıyor gibi hissetmeyi, gülmeyi, olur olmaz yerde kahkahalar atmayı, canım sıkıldığında avaz avaz bağırmayı, kıskançlık yapmayı, yerine ve zamanına göre giyinmemeyi, elalemin giyinişine, yürüyüşüne özenmeyi, bazen hiç olmadığım biri gibi konuşmayı, dedikodu yapmayı, ortaya çıkınca da "Bana ne!" demeyi, bazen her şeyi yüzüme gözüme bulaştırmayı, yanlış yapmayı, asosyalligimi, aşk filmlerine düşkünlüğümü, milletin işine burnumu sokmayı, birilerine kötülüğüm dokunduğunda özür dilemeyi, annemi -ki az çatlak değil-, babamı -kafası stratejik paranoyalarla dolu-, onların çocuğu olmayı, ablalarımı, ailenin en küçüğü olmayı, Türkiye'de yaşamayı, İstanbul'un göbeğinde oturmayı, bakkalımı, ev sahibimi, karşıdan karşıya geçerken farkında olmadan ıslık çalmayı, telesekretere konuşmayanlara ısrarla telefonu açmamayı, sabah kocamı geçirmeyi, akşam onu karşılamayı, kızınca küsmeyi, sinirimi sonuna kadar çıkarmayı, heyecanlarımı, hatalarımı seviyorum!

Normal olmamayı seviyorum! Zekama bayılıyorum.

Merak ettikçe daha çok şey öğrenmeyi, insanların bilgilerinde keşfe çıkmayı, şarkı söylemeyi, ağlamayı, zırlı zırlı ağlamayı, sadece canımın istediği şeyleri yapmayı, gazete okumayı, olur olmaz

her türlü kitabı okumayı, internet sitem www.ilhanuckan.com'u, internette dolaşmayı, beğendiğim yazarlara mektup yazmayı, benden daha iyi olduklarını düşündüklerimi -ki yok, yani kendi alanlarında var tabii-kıskanmayı, kendimi hep bir filmin başrolünde oynuyormuş gibi hissetmeyi, tembelliğimi, televizyon delisi olmayı, dedikodu programlarını, birinin arkasından konuşmayı, açıksözlü olmayı, dengesizliğimi, çaresizlik korkumu, hiçbir konuda uzmanlaşmak istemememi, sabit kalma paniğimi, maymun iştahlı olmayı, ayakkabı bağımlılığımı, ayakkabıcımı, hayallerimi, telefonla konuşmayı, saatlerce konuşmayı, doktor korkumu, dişçilerden ödümün patlamasını, insanları olur olmaz konularda heyecanlandırmayı, evimi, her işimi evimden yapmayı, birilerine bir yardımımın dokunmasını, yani hayatımı seviyorum.

İyi ki varım, iyi ki böyle biriyim, iyi ki çatlak bir kadınıym, iyi ki yerinde duramaz bir huysuzum, iyi ki, iyi ki ben benim! Kendimi çok ama çokkkk seviyorum. Beni böyle sevdiği için kocamı seviyorum.

Ne mutlu ki mükemmel değilim. Ne mutlu ki mükemmel olmamanın farkına varmanın mükemmellik olduğunu biliyorum. Ben benim.

Benden bir tane daha yok!

Seven sevsin, sevmeyen kendini sevsin!

İlhan Uçkan 2003

1. DERS: "DOĞRU ERKEĞİ" ARARKEN NEDEN SİZ HÂLÂ YALNIZSINIZ?

Yalnız, hem de yapayalnız hissediyorsunuz kendinizi...

Yürümeyen bir ilişkiden, belki de bir sürü ilişkiden yorgun argın, yara bere içinde çıkmışsınız.

İlişkilerinizde hiç durmadan fedakarlık eden siz olsanız da, taviz vermek zorunda kalsanız da, hep veren tarafsız olsanız da, sevdiğinizin ne kadar çok üstüne titreşeniz de, yalnız kalan yine siz olmuşsunuz.

Hayatınız hiç durmadan sonsuz bir "razı olma" haliyle söylenmiş "evet"ler ve bir türlü dile getirilememiş "hayır"lardan oluşuyor...

Elde var sıfır!

Her seferinde "Bu defa ne yapıp edip ilişkiyi yürüteceğim," diye başlıyorsunuz. Ama bir türlü olmuyor...

Ya aldatılmışsınız ya da karşınızdaki kişinin aşağılamalarına, sizi değiştirme çabalarına, olmadığı biri gibi davranmaya zorlayan tavırlarına maruz kalıp iyice kötü hissetmişsiniz kendinizi...

Hatta her şeye rağmen ilişkinizi sürdürebilmek için inanılmaz bir çaba gösterdikten sonra, bir de bakmışsınız ki ilişki diye bir şey yok ortada...

Giden gitmiş, emekler de boşa gitmiş...

Üzüntüleriniz, mutluluklarınız, özel günleriniz, sıradan keyifleriniz hep "bir başınıza kalacaksınız" korkusuyla tatsızlaşıyor...

O kadar da tek başına geçmiyor elbette hayat. Arada "Tamam, artık yalnızlığım sona erecek, işte hayatımın erkeği!"

dediğiniz, ama bir süre sonra kaybolup giden hayaletler olmaktan ileriye gidemeyen, "olmayan" erkekler, yürümeyen ilişkiler...

Siz de, "Bu da değil, o da değil, yok işte! Hiç doğru erkek kalmadı mı?" türünde monologlar içinde boğulup gidiyorsunuz...

Bir türlü bulamıyorsunuz. Bir türlü "doğru erkeğe" rastlayamıyorsunuz.

Peki ama neden? Neden bu kadar zor "doğru erkeği" bulmak?

Neden siz hâlâ yalnızsınız?

ERKEK ÇOK AMA "DOĞRU ERKEK" YOK!

Biz kadınlar evcilik oynamaya başladığımız günden itibaren, önce sevgilimiz olacak, sonra da evlenip mutlu olacağımız erkeğin hayalini kurarız.

Ama sonra kurduğumuz hayallerdeki erkeklere hiç benzemeyen, bize hiç de uygun olmayan erkekler kuşatır etrafımızı.

Ne görüntüleri ne de hayat tarzları aradığımız erkeğe benzer. Hep bir şeyler eksik kalır. Boyu boyunuza uymaz, yeterince kültürlü değildir ya da vardır mutlaka işte beğenmediğiniz bir şeyleri...

Hatta bu "eksik" erkeklerin sizinle ilgilenmeleri canınızı sıkar. Fena halde üzerinize düşerler, onlara ilgi göstermediğiniz halde peşinizi bırakmazlar.

Bir türlü anlamazlar sizin için "doğru erkek" olmadıklarını.

Çaresizlik duygusu yaratırlar insanda.

'Hiçbir zaman aradığına rastlayamayacaksınız, kaderine razı olup, istemediğin bir erkekle evlenecek ve mutsuz olacaksınız' duygusudur bu.

Ama sabırla arayışınıza devam edersiniz.

Sizin asıl aradığınız tutkulu bir aşktır. Aynı romanlarda-ki, aşk filmlerindeki gibi, sizi ta derinden sarsacak "Tam aradığım erkek, tüm hayatımı onunla geçirmek istiyorum," dedirtecek, ilk görüşte aşık olacağınız erkek...

"Doğru erkek" mutlaka karşınıza çıkacak! Ama ne zaman? Hep yanlış olanlarla karşılaşmaktan bıktınız mı?

Her defasında "işte tam aradığım erkek," diye başlayan cümleler kısa zamanda hiç başlamayan bir ilişkinin hayaline ya da çabucak uyandırdığınız tatlı bir rüyaya, belki de bir kabusu dönüşüyor?

İLİŞKİNİZ NEDEN YÜRÜMEDİ?

"Doğru erkek" ile bir türlü karşılaşamayanlardan mısınız?

İlişkileriniz hep "mutsuz son"larla mı bitiyor?

Peki ama neden?

İlişkinizin yürümemesinde sizin bir kusurunuz var mı?

Varsa kusurunuz ne?

Belki de yanlış yaptığınız bir şeyler var?

"Kader" demek pek kolaycılık olmaz mı?

Bir şeyleri kadere bağlamadan önce, ne gibi hatalar yaptığınızı bir gözden geçirmekte yarar var.

"Doğru erkeği" bulma derslerimiz başlıyor!

Aşağıdaki cümlelerden ilişkinizin bitme nedeni olarak gördüklerinizi ya da biten ilişkinizin ardından kurduklarınızı işaretleyin:

Q "Keşke üstüne bu kadar düşmeseydim!"

Q "Durmadan telefon etmeseydim!"

Q "Bu kadar kıskanmasaydım, birazcık rahat bıraksaydım..."

Q "Hiç durmadan 'evlenelim' dersen adam kaçır tabii, haklı!"

Q "Benim nasıl bir insan olduğumu anlamadı."

Q "Ben ona layık biri değilim."

Q "Beni 'kolay kadın' sandı, o yüzden terk etti."

Q "Şişmanım."

Q "Güzel değilim."

Q "Burnumu estetik ameliyatla düzelttirsem beni de beğenirler."

Q "Göğüslerim minicik / kocaman!"

Q "Kalçalarım kocaman!"

Q "Boyum kısa!"

Q "Sivilcelerim var!"

Q "Makyajımdan hoşlanmıyordu!"

Q "Saçlarım neden kıvrırcık?"

Q "Allahım ben neden böyleyim?"

Q "Yaşam standartlarım onunkinin çok altında!"

Q "Pek kültürsüzüm!"

Q "İngilizce bilmiyorum!"

Q "Üniversite mezunu değilim!"

Q "Haklı beni terk etmekte.

Hangisini işaretlerseniz işaretleyin, aslında bunlardan hiçbiri sizin sandığınız gibi terk edilmenizin asıl nedeni değil. Ya da bunlar istediğiniz gibi bir sevgilinizin olmasına engel değil. Ne böyle kompleksler yüzünden sevgiliniz olmadı, ne de böyle sudan nedenlerle terk edildiniz.

Aslında bunu siz de biliyorsunuz. Ama en kısa yoldan bu tür cümlelere sarılmak her zaman kolayınıza geliyor.

Yoksa daha derinlere inmek, meselenin özünü keşfetmek çok uzun yolculuklar gerektiriyor ki, asıl istenen "doğru erkek" olduğu için, mesele hallolsun, çözüm de hap gibi bulunsun diye beklenip duruluyor.

İŞİN YOKSA BEKLE DUR

İlerleyen bölümlerde göreceksiniz ki, genel olarak erkekleri kaçırmak için en etkili olduğunu düşündüğünüz "zaafları" ve "kusur"ları aslında dilediğiniz kadar yapabilirsiniz!

Yaparsınız ama öyle bir yaparsınız ki, bunlar bir erkeği kaçırmaktan çok, onun size deli gibi aşık olmasını sağlayan şeyler olur.

Özellikleriniz olur, renginiz olur, tarzınız olur, belki de içinizden geleni rahatça yaptığınız için "duruşunuza" aşık olunur...

İlişkilerine gerekli özeni göstermeyen, ama yine de ilişkileri yürüyüp giden arkadaşlarınızı düşünün bir... "Hata yaptım ve kaçırdım" diye saptadığınız, kabullendiğiniz hatalarınıza benzemiyor mu onların yaptıkları?

Peki ama neden onlar hâlâ mutlu? Neden beraber oldukları erkek tarafından^Aterk edilmediler?

Bütün mesele onların belki de "doğru erkek"le beraber olmaları diye düşünüyorsunuz, değil mi? "Yoksa imkanı yok yürütemezlerdi ilişkilerini!"

Sizin de beklediğiniz, istediğiniz işte böyle bir erkek. Ama siz onlar gibi davranmayacaksınız sevdiğinize! Onu el üstünde tutacaksınız. Yemekler yapacaksınız. O söylemeden derdini anlayacak, çareler bulacak, iyi ve kötü her anında yanında olacaksınız...

Eğer hatırlarsanız bunları daha önce de pek çok kez yaptınız ama onlar "doğru" erkeğiniz değildi ve kıymet bilmez şeyler bu derece sevgi ve ilgi performansı sergilemiş olsanız bile sizi terk ettiler!

En iyisi sizin doğru erkeği beklemeniz ya da yılmadan, yorulmadan arayıp bulmanız.

Peki "doğru erkek" deyince nasıl bir erkek geliyor aklınıza? Hangi özelliklere sahip olmalı bu erkek?

Bir düşünün bakalım...

HAYATINIZIN ERKEĞİ!

"Doğru" dediğiniz erkeği nasıl tarif edersiniz? Aşağıdaki şıklardan "Hayatımın erkeği" diyebileceğiniz erkekte bulunmasını istediğiniz özellikleri işaretleyin:

- Yakışıklı
- Karizmatik
- şehirli
- Medeni
- Delikanlı
- Çağdaş
- Eğlenceli
- Hoş sohbet
- şefkatli
- Duyarlı
- Sempatik
- İyi dans eden
- Giyinmeyi bilen
- Yeme içe me kùltürüne sahip
- Bakımlı
- Güler yüzlü
- Her ortama ayak uydurabilen
- Kùltürlü
- Neşeli
- Kıskanan
- Görmüş geğeirmiş, tecrübeli
- Görgü kurallarına sadık

- İyi bir meslek sahibi
- Geleceği parlak
- Koruyan, kollayan
- Sevdiği kadına prensesler gibi davranan
- Komik
- Kadınına sahip çıkan
- Zengin

Hayatının erkeğini arayan biz kadınlar için 12'den vurmak demek, özelliklerini böyle baştan belirlediğimiz bir "doğru erkek" bulmak, onunla bir yuva kurmak, sağlıklı iki evlat sahibi olup, iyi bir semtte, bahçeli bir evde, mutlu mesut hayatını sürdürmek demek...

Ama böyle "ısmarlama" erkek biraz zor bulunur!

Yani bütün bu özellikleri tek bir kişide bulamazsınız. "Doğru erkek" dediğiniz böyle bir şey değildir. "Buldum" diyen de yalan söylüyordur. Ya erkek "Ben işte böyle biriyim!" diye yalan söylüyordur ya da kadın "inan ki benim sevgilim / kocam tam böyle bir erkek!" diye kendini kandırıyordur.

Yalancılıktan saadetin de kimseye zararı dokunmaz elbette, bırakın yaşasınlar:..

Siz de "Bundan bir tane de bana denk gelsin," diye hayal kurmaya devam edin köşenizde...

"DOĞRU ERKEK" ÖRNEKLERİ

Hayalleriniz, beklentileriniz kendi kafanızda yarattığınız şeyler değildir. Onları bir yerlerde görmüş, farkına varmadan öğrenmişsinizdir. Sonra siz de hayalini kurmaya başlamışsınızdır...

Çevrenizde gördüğünüz, "mutlu bir beraberlik" diye tanımladığınız ilişkilerine tanık olduğunuz erkeklere benzer aslında hayalini kurduğunuz... Bir biçimde, aradığınız kişinin, bu "örneğini gördüğünüz erkekler" türünde biri olduğunu bilirsiniz.

Kendinize doğru soruları sorarak ve açık yürekli cevaplar vererek işinizi kolaylaştırabilirsiniz.

İşte sorular:

- "Doğru erkek" kimdir?
- Ne tür bir erkektir?
- Artık hiç "doğru erkek" kalmadı mı?

Doğru erkek:

Doğru erkekle ilgili birçok tanım yapılabilir. Ama lafi uzatmadan söyleyecek olursam, o çok aranan ama bir türlü bulunamayan "doğru erkek":

- Mutlu bir evliliği olan erkektir.
- En yakın arkadaşınızı fazlasıyla mutlu eden erkektir.
- Komşunuzla evli olan, iki sağlıklı çocuğuyla pazar gezmelerine, alışverişe giden erkektir.
- Olağanüstü güzel bir karısı olan patronunuzdur.
- Filmlerde gördüğünüz, sevgilisine çiçekler alan, sokağına "Seni seviyorum" yazılı 'billboard'lar astıran erkektir.
- Ya da sizi terk etmiş olan, aslını unuttuğunuz, hayallerinizde yücelttiğiniz erkektir...

Hoşunuza gitmedi, değil mi?

Dikkat ederseniz "doğru erkek" tanımınızı yaparken aklınıza çevrenizden birlerinin geldiğini fark edebilirsiniz.

Ya sizin doğru erkeğiniz?

Asıl cevaplamanız gereken sorunun bu olduğunu anladığınızda ona bir adım daha yaklaşacaksınız, emin olun!

BİR ZAMANLAR O ERKEKLER DE YANLIŞTI!

Genellikle "Bütün doğru erkekler kapılmış, hepsi ya evli ya da sevgilisi var! Bana da hep yanlış erkekler denk geliyor! Doğru erkeği günün birinde elbette ben de bulacağım!..." denmez mi?

Belki de bu erkekler bir zamanlar birçok kadın için 'yanlış erkek'ti. Yani bu erkeklerin "doğru" olmasında, karısının ya da sevgilisinin payı olabileceğini hiç düşünmüyor musunuz?

Belki de biz kadınların "baştan yaratma" isteği, heyecanı, becerisi onları bu hale getirdi. Belki bu yüzden onlar artık "doğru erkek"ler.

Ya da sadece birlikte oldukları kadın için "doğru"lar.

Bir erkek düşünün... Karısından boşanmış. Şimdi arkadaşınızla evli. Çok güzel bir ilişkileri var.

Arkadaşınıza, 'kocasının eski karısından neden boşandığını' sorduğunuz zaman diyor ki:

"Akşamları eve geç gelmesine kızıyormuş. Onunla ilgilenmiyormuş. Arkadaşlarıyla görüşmesini istemiyormuş. Sürekli sudan sebeplerle kavga çıkarıyormuş... O yüzden ayrılmışlar."

Böyle uzayıp gidiyor boşanma nedenleri...

Ama evliliklerine tanık olduğunuz kadarıyla arkadaşınız istemediği için akşamları evden dışarı hiç çıkmayan, arkadaşlarını görmek istemeyen, bütün vaktini sadece karısının, yani arkadaşınızın dizinin dibinde geçirmek isteyen bir erkek var önünüzde...

Eski karısından ayrılma nedenleri neredeyse adamın mutluluk kaynağı haline gelmiş...

Arkadaşınız kocasına sayısız kapris yapıyor, kavgalar ediyor ama adam onu hep seviyor, daha da çok seviyor...

Demek ki bu erkek bir kadın için "yanlış"ken, diğeri için "doğru" olabiliyor.

Aradaki bu önemli farkın ne olduğunu ilerleyen sayfalarda detaylarıyla bulacaksınız. Ama şu kadarını söyleyeyim; asıl mesele kadın ve erkeğin birbirine uyumudur.

Adım adını yol almakta yarar var...

DOĞRU ERKEĞİ ARARKEN

"Doğru erkeği" ararken hep aynı cümleler kurulur. "Bu da olmadı, bir dahakine inşallah!" diye hayallerin yolu açık edilir. Gidenin arkasından gözyaşı kıvamında sular dökülür, beklenir, yenisi aranır, taranır...

Aradığınız erkekle ilgili kurduğunuz cümleler sizin için inanılmaz derecede yol gösterici olabilir.

Çünkü "basit birer cümle" dediğiniz şeyler aslında sizin kaçtığınız ya da yüzleşmekten korktuğunuz şeyleri açık ediyor olabilir.

Ne dersiniz?

"Hayatınızın erkeği"ni ararken aşağıdaki cümlelerden hangilerini en az bir kez kullandınız?:

- "Ben de mutlu olacağım. Benim de günün birinde beni kanatları altına alacak, seven, şefkatli, ne kadar güzel bir insan olduğumu keşfedecek, güçlü bir erkeğim olacak..."
- "Aradığım erkeği sonunda buldum.
- "Tam istediğim gibi. Ama bir de becerebilse..."
- "Onunla ben sevgili olacaktım! ince eleyip sık dokuyacağım derken gitti gül gibi adam! Neyse, etrafta olayım da beni fark etsin, pişman olup bana gelsin."
- "Tam buldum derken o da evli çıktı!"
- "Yok, artık kimseyi istemiyorum! Zaten şöyle 'erkek gibi erkek' de kalmamış ortalıkta. Hepsine bir haller olmuş, pek bir kalleşler, yalancılar, akılları fikirleri aldatmak. Nerde o eski erkekler!"

• "İşte aradığım erkek o! Peki yanındaki kim?!"

Gelin şimdi beraberce bu cümleleri inceleyelim.

"BENİM DE GÜÇLÜ BİR ERKEĞİM OLACAK!"

Cümleniz:

"Ben de mutlu olacağım. Benim de günün birinde beni kanatlan altına alacak, seven, şefkatli, ne kadar güzel bir insan olduğumu keşfedecek, güçlü bir erkeğim olacak..."

Güzel bir insan olduğunuzu size illa birinin söylemesi mi gerekiyor?

Bunu kimse söylemezse siz "güzel" olmayacak mısınız? Neden siz birinin güzelliğini keşfetmiyorsunuz da sizi keşfetsinler diye bekliyorsunuz?

İsteseniz bunu yapabilirsiniz, isteseniz birinin sizi fark etmesini beklemek yerine siz önce kendinizi fark edip, hayattaki yolunuza dimdik devam edebilirsiniz. Elbette bu yolda size katılacak kişi de saygıyla duracaktır karşınızda, işte bunu takdir edecektir, buna hayran olacaktır, bu güzelliğe övgüler düzecektir. Yoksa gerisi "iltifat"tan ibarettir.

Peki gerçekten birinin korumasına ihtiyacınız var mı?

Elbette insan kendine destek olacak birini arar, ama birinin kanatları altına girmek, daha baştan gölgelere saklanma isteği, kendinize güvenmediğinizin göstergesi ve "tek başına ayakta durma korkusu" değildir de nedir?

Biri sizin kanatlarınız altına girmek istese ne hissederdiniz?

Sıkılır insan. "Kendi sorunlarım yetmiyor, bir de onunla uğraşacağım," diye daha en başından kaçarsınız, değil mi?

Anneniz size "Hayat müşterektir!" demedi mi hiç?

Bu söz iyi yemek yapacaksın, evi temiz tutacaksın, iki sağlıklı çocuk dünyaya getirip, hayatının amacı buymuş gibi davranacaksın anlamına geliyor belki de sizin için.

Ama değil.

Bunlar zaten oluyor. Aç kalacak haliniz yok, yemek yapmak pek de zor bir iş değil doğrusu. Evi de elbette temiz tutarsınız, ne de olsa orada yaşıyorsunuz. Çocuk doğurmaya gelince, o apayrı bir konu... Ama şu kadarını söyleyeyim, "biyolojik saat" denen bir şey var ki, ne yaparsanız yapın buna zaten canı gönülden hazır, istekli ve gönüllü oluveriyorsunuz.

Gördüğünüz gibi hayatın müşterek olması bunları üstlenmek değil. O zaman bunları iyi yapmanız karşılığında birinin sizin sorumluluğunuzu üstlenmesine "hayatı paylaşmak" gibi anlamlar

yükleyemezsiniz.

Tabii eğer isterseniz küçük bir bulaşık yıkama işini bile törene dönüştürür, övgünüzü almazsanız yapmayacakmış gibi oyunlar da oynayabilirsiniz. Hoş olur, ama bunlar küçük evcilik oyunlarıdır. Daha fazla anlamlar yüklemenin alemi yok.

"Hayat müşterek" demek; birlikte olduğun kişiyle omuz omuza vermek, hayatın zor anlarında birlikte yürümek, güzelliklerinin tadını birlikte çıkarmak demektir.

Keyiftir yani, görev değil!

Dikkat ederseniz çevrenizde böyle bir "Kanatları altına alan erkek, doğru erkektir" durumunu kanıtlayan tek bir örnek dahi yok. Annenizle babanızın evliliği de bu türden değildi.

Kendinizi kandırmayın.

Boş beklentiler yaratmayın.

Siz asıl "kendi gücünüze" inanın!

"ARADIĞIM ERKEĞİ SONUNDA BULDUM! AMA..."

Cümleniz:

"Aradığım erkeği sonunda buldum. Tam istediğim gibi. Ama bir de giyinmeyi becerebilse..."

Bu cümleyi yüzlerce kez duydum çevremdekiler den, bana gelen mektuplarda benzeri yakınmalara da çok rastladım.

İyi de adam giyinmeyi bilmesene ne olur ki? Geri kalan kısmını beğeniyor musunuz?

Beğeniyorsanız sevgiyle istediğiniz gibi yardımcı olabilirsiniz ona. Ama dış görüntüsünün bir "kusur" olduğuna inanırsanız, o zaman iç dünyasını, "yüreğini" asla keşfe çıkamayacaksınız demektir!

Bir insan sadece dış görüntüsüne bakılarak yargılandığını düşünürse kim bilir ne kadar kötü hisseder kendini.

Madem halini tavrını beğenmiyorsunuz, nasıl oldu da "aradığınız erkek" olduğuna karar verebildiniz o zaman?

Bir insanı ilk olarak "görüntüsüyle" değerlendiremezsiniz.

Dış görüntüsünü beğenmediğiniz ama "tam da aradığınız erkek" olduğunu düşündüğünüz bir erkek olabilir mi?

Sizce de bunda bir yanlışlık yok mu?

Demek ki bu erkek en baştan aslında sizin kendinize uygun gördüğünüz türde bir erkek değildi de vakit kaybetmeden biriyle beraber olmak istiyordunuz.

Ya da bir ilişkinin beraberinde getirdiği sorumluluklardan korktuğunuz için bir "bahane" arıyorsunuz.

Belki niyetiniz bulmak değil de, hep arayışta olmak.

Böyle olduğunda insan kendine engeller yaratır, bahaneler bulur sürekli.

Yoksa ne diye bir erkek şöyle ya da böyle görüldüğü, istediğiniz gibi giyinmediği için "doğru erkek" olma özelliğini kaybetsin gözünüzde?

Ama şunu bilin ki, giyim tarzı gibi, görüntü gibi sudan sebepler bir erkekten vazgeçmek için bahane olamaz.

Erkekleri birazcık olsun tanıdıysanız, onların kendilerini hale yola sokacak bir kadına cam gönülden hazır olduklarını da öğrenmişsinizdir bu zamana kadar.

Hazır yapım erkeği arayacağınıza, azıcık zaman ve sevgiyle siz de kendi doğru erkeğinizi yaratabilirsiniz.

Bir erkeği nasıl baştan yaratacaksınız, onu da ilerleyen sayfalarda bulacaksınız. Biz adım adım yolumuza devam edelim...

"KAÇIRDIM GÜL GİBİ ADAMI!"

Cümleliz:

"Onunla ben sevgili olacaktım! ince eleyip sık dokuyacağım derken gitti gül gibi adam! Neyse, etrafta olayım da beni fark etsin, pişman olup bana gelsin!"

Zamanında pek de ilginizi çekmemiş bir erkek, "elden kaçmış" gibi görünür bazen gözünüze. Bunun nedeni bu erkeğin gidip arkadaşınızla ya da çevrenizden herhangi biriyle beraber olmasıdır. Sizden yüz bulamamış, tesadüf bu ki zaten arayışta olduğu için gözü başkasına kayıvermiştir. Ama yine tesadüf bu ki, tam da birbirlerine göreler. ikisi de pek mutlular.

Pek pişmansınız. Hem de nasıl!

Böyle bir durum için yazılabilecek o kadar çok şey var ki. Hep derim, "Yanıdaki kadın bir erkek için en iyi referanstır," diye. Bir erkek için tanıdığınız bir kadından daha iyi bir referans olabilir mi?

İnsan düştüğünü düşündüğü durumla ilgili neler hissetmez ki?

Öncelikle söz konusu olan şey kıskançlıktır.

İstediğiniz kadar itiraz edin, ama öyledir. Zaten bu yüzden o erkeğin geri gelmesi beklenir, fark edilebilmek için yarış pozisyonuna geçilir.

E, boş yere çaba sarf etmemek ve bir amaç edinmek için o erkeğin "kaçırılan fırsat" olduğu, uzun zamandır beklenen "doğru erkeğin" tam da bu "kaçırılan erkek" olduğu sabit fikri hedefe yerleştirilir.

Heyecanlı bir bekleyiş ve arayış hali...

Kendinizi böyle boş beklentilere sokmayın. Gereksiz yarışlara da girmeyin.

Onu başkasına kaptırdığınızı düşünmeseniz hiçbir pişmanlık da duymayacaktınız.

Böyle durumlarda, kaçırdığınızı düşündüğünüz erkeğin yüzü gülen sevgilisine "özendiğinizi" unutup, aslında istemediğiniz birini kıymete bindiriverirsiniz.

Oysa hatanızı fark edip onların mutluluklarına siz de katılırsanız, en azından kendinizle barışma yolunda bir adım atacağınız için yararlı bir iş yapmış olacaksınız.

Emin olun ki kendinizle barışmanız sayesinde doğru erkeğe ulaşmanızın yolu daha kolay açılacaktır.

"MEĞER EVLİYİMİŞ!"

Cümleniz:

"Tam buldum derken... Meğer evliymiş!"

"Evli çıktık," dediğiniz bir erkek, eğer size evliliğini en baştan açıklamamışsa "doğru erkek" olabilir mi?

Yani hadi belki oldu da karısından ayrıldı diyelim...

Baştan söylemekte yarar var, kadınlar kocalarının bir sürü akla zarar hallerine, kendilerini aldatmalarına dahi razı olup nasıl boşanamazlarsa, erkekler de pek farklı durumda değiller. Hele kendilerini bir limana demirlemesinler, kolaysa kopar artık onları. Ara sıra sefere çıksınlar yeter.

Aman sefere sizinle çıkmasınlar da ne yaparlarsa yapsınlar!

Hadi bu erkek limandan demir aldı, sizinle de evlendi diyelim.. E, peki aynı şeylerin bir gün sizin de başınıza gelmesi mümkün değil mi?

"Alışmış kudurmuştan beterdir," diye bir laf var.

Hadi bu erkek "kudurmuş" olmasın da, gerçekten anlaşılamamış olsun karısıyla, peki ama sizinle anlaşacağı ne malum?

Belki de karısı adamı "adam edemedi". Peki siz kendinize pek mi güveniyorsunuz?

Güveniyorsanız ne isterseniz yapın elbette, "aferin" bu durumda söylenebilecek en uygun sözdür size.

Ama şunu da düşünün: Belki de adam evli olduğu için size "doğru" gibi görünüyordur.

Genelde evli erkeklerde kadınların tam olarak teşhis edemedikleri bir hal vardır. Sanki hiç evlenmemiş bir erkekte daha sağlam görünürler göze.

Biraz olgun, biraz hali tavrı oturmuş, bir de sizin daha geçmediğiniz yollarda tecrübeyle ilerlemiş, böylece sizi "kanatları altına alabilecek" vasıflara ermiş...

Bu yüzden evli erkekler ya elden kaçırılmış fırsatlar ya da "kapılmış" erkekler olarak görülür.

Ben derim ki, kendi tecrübelerinizden başkasına güvenmeyin! Güvенеcekseniz kendinize güvenin, o zaman her şey çok kolay gelecek size...

"ERKEK GİBİ ERKEK KALMAMIŞ!"

Cümleniz:

"Yok, artık kimseyi istemiyorum! Zaten şöyle 'erkek gibi erkek' de kalmamış ortalıkta. Hepsine bir haller olmuş, pek bir kalleşler, yalancılar, akıllan fikirleri aldatmak! Nerdee o eski erkekler!"

Erkekler iyice şaşkınlara zaten. Onlar ne istediklerini biliyorlar mı? Onların tek derdi ya "kendilerini çekip çevirecek güçte kadınlar" ya da "gönül eğlenceleri".

Önce asgari ölçülerde kendini çekip çevirecek birini bulup düzene kavuşunca, bu sefer de heyecan aramaya çıkıyorlar...

Yani ya biri olacaksınız ya da diğeri. Tabii kontrolü ele almazsanız.

Kontrolü ele almak için önce ne istediğinizi bilmeniz gerekir. Siz "Nerdee o eski erkekler!" diyorsunuz ama aslında "Nerdee o eski kadınlar!" demek daha doğru olmaz mı?

Eskiden kadınlar kendi değerlerinin biraz daha fazla farkındaydı sanki. Naz yapmak, kapris, kıskançlık, bir kadını kadın yapan özelliklerken, şimdilerde bunlar erkeği kaçırın "kadınsı kusurlar" olarak görülmeye başladı.

Eskilerin kadınsı kıvrak zekası, şimdilerin genç kızlarının moda davranış modelleriyle yer değiştirdi.

Birçok erkek birbiriyle tıpatıp aynı olan kadınlarla karşılaşmaktan yakınıyor.

Eskilerin dişli kadınlarının yerini şimdilerin korunmaya, kollanmaya muhtaç genç kızları aldı. Elbette artık bu korunma ve kollanmanın bedelini de ödemek zorunda hissediyorlar kendilerini. Annelerin öğütleri yanlış anlaşılmiş, "Erkeğine baş eğiyormuş gibi yapacaksın", "Erkeği pohpohlayacaksın" cümleleri, "Erkek ne derse odur", "Erkek senden üstündür"e dönüşmüş.

Kadın olarak değerinizin farkına varmadığınız sürece, kadın gibi davranmadığınız, zekanızı "Erkeği nasıl daha çok eğlendiririm?" "Nasıl daha şık görünebilirim?" diye heba ettiğiniz sürece, "erkek gibi erkek" de bulamayacaksınız demektir.

Ne zaman ki "kadın gibi kadın" olacaksınız, kendinizi merkeze yerleştireceksiniz, işte o zaman aslında o erkeklerin bulunmaz erkekler olmadığını, "doğru erkeği" sizin yaratacağınızı göreceksiniz. Çünkü bir erkeğin hoşunuza gitmeyen davranışlarına izin verdiğiniz ölçüde bu türden davranışlarla daha fazla karşılaşacağınızı anlayacaksınız.

Bırakın bir erkek size layık olmaya çalışsın. Siz "Onu her şartta nasıl yanımda tutarım?" diye düşündükçe dengeleri değiştiriyor, aradığının hemen yanı başınızda olduğunu da bir türlü göremiyorsunuz.

"İŞTE ARADIĞIM ERKEK! AMA YANINDAKİ KİM?"

Cümleniz:

"İşte tam aradığım gibi bir erkek!Peki ama o yanındaki kim?!"

Eğer "Aman allahım, işte o!" dediğiniz kişinin yanında biri varsa, demek ki siz bir "bütün"ün yarısına bakıyorsunuz sadece. Aslında o kişinin yanında kendinizi görmek istiyorsunuz.

Peki istediğiniz o erkek mi, yoksa o "bütün" mü? Belki de o hayatı yaşamak istiyorsunuz.

Hani hep sorulur ya: "Tekrar dünyaya gelseydin kim olmak isterdin?"

Bu soruya cevap vermenizi istiyorum.

Eğer gerçekten hızla "Yine kendim olmak isterdim," di-yemezseniz, bilin ki istediğiniz türde bir hayat kurmak yerine, hazır olanı isteme ve bekleme cümlesidir kurduğunuz...

Kendiniz olmak yerine, başkalarının yerinde olma hayalleriyle avunursunuz.

Boş beklentiler, boş arayışlarla kaybedilen gereksiz zamanlar...

Böyle bir durumda gördüğünüz tüm "doğru erkek"lerin yanında birer de kadın arzı endam edecektir.

Söylememiş miydim: "Bir erkek için en iyi referans yanındaki kadındır!" Demek ki sizi etkileyen şey, erkeğin tek başına duruşu değil, o erkeğin birlikte olduğu kadının yanındaki duruşudur.

O zaman hesaba yeni bir kalem açmalı ve o kadınla kendiniz arasında bir yarış başlatmalısınız.

Ama bu yarışı kazansanız da, elinize geçecek ödülde pek de memnun kalmayacaksınız. Çünkü ödül olarak gördüğünüz aslında erkek değil, onun yaşadığı hayattır. O hayatı yaratan da maalesef tek başına o erkek değildir.

Yormayın boşuna kendinizi.

Siz ne zaman "Kimin yerinde olmak isterdin?" sorusuna "Kendim olmak" cevabını verirseniz, o zaman sizin yanınızdaki erkek de başkalarına "doğru erkek" olarak görünecektir. Siz ise zaten artık bunu düşünmez olacaksınız, zira o sırada ne kadar "denk geldiğiniz"e sevineceksiniz...

Çünkü iki doğru birbirine denk gelmiş olacak.

EV ÖDEVİ:

Sizin "doğru" erkeğiniz nasıl olmalı?

Aşağıdaki sorulara cevaplayarak düşüncelerinizi netleştirebilir ve seçenekleri belirsiz olmaktan kurtarıp "doğru erkeği" daha kolay bulabilirsiniz:

- Nasıl bir erkekle birlikte olmak istediğinizi maddeler halinde yazın.

Bir erkekte en çok istediğiniz, en olmazsa olmaz özellikleri yazın. Örneğin şefkat...

- Şimdi bu erkeğin olası kusurlarını yazın.

Biraz önce yazdığınız olumlu özellikleri bir kenara koyun, böyle bir erkeğin olası kusurlarını yazın şimdi. Ama o kusurlu maddeler yüzünden ondan vazgeçemeyecek olun. Kabul edebileceğiniz ne gibi kusurları var? Bu kusurları yazarken olabildiğince acımasız olun kendinize karşı. Örneğin sadakatsiz olması...

Şimdi de artıları ve olası eksileriyle "kabul edebileceğiniz", "isteğinize en uygun" erkeğin özelliklerini yazın tekrar.

Bunu yaptığınızda bir erkeğin kusurlarına kendinizi biraz olsun hazırlamış olacaksınız. Belki de bir insandan vazgeçmeyi daha kolay hale getiriyorsunuzdur. Onun kusurlarını en başından görebilerseniz, aradığınız erkeğin onu sevmenizi sağlayan olumlu özelliklerinin yanı sıra kusurlarıyla da var olan, "gerçek bir insan" olduğu düşüncesi sizi doğru yola götürecektir.

- Bu tarife uygun, tanıdığınız erkekleri yazın. ..

Eğer öğrenilmiş hayallerinizdeki "mükemmel erkek"ten biraz olsun uzaklaşabilmiş ve kanlı canlı, yaşayan, "gerçek" erkeklere açık yürekle bakabilir hale gelmişseniz, daha fazla beklemenize gerek yok demektir. "Doğru erkek" arama çabalarınıza da bir yön verme noktasına gelmiş durumdasınız.

Kendi "doğru erkek" tarifinizi yaptığınız zaman doğru erkeğin pek de zor bulunan bir şey olmadığını fark edebilirsiniz.

Aslında "Nasıl bir hayat istiyorum?" sorusu, cevabı bulunduğu "hap" gibi derdimize çare olacak tek sorudur...

Sorulacak ne çok soru var basit bir iki cümlenin ardında...

Durun! Nereye? Hemen "doğru erkeğinize" koşmayın öyle! Daha anlatacaklarım var!

Hem teneffüs zili çalmadı ki...

2. DERS: "YANLIŞ ERKEK" KİMDİR?

"YANLIŞ ERKEK" TIPLERİ

Doğru erkeği ararken önce "yanlış erkek" neye benzer, ona bakmak lazım.

Bazı erkekler vardır, hakikaten hamurları bozuktur. Bu türü en başından tanımakta yarar var. Siz listeyi istediğiniz kadar uzatabilirsiniz... Sonra da bu erkeklerin neden yanlış olduklarına bakacağız...

Yanlış erkekler:

- "Mükemmel kadın"ı arayan erkek
- İdare eden erkek
- Yalancı erkek
- Maço erkek
- Evli erkek
- Tembel erkek
- Kibirli - Kendini beğenmiş erkek
- Flört düşkünü erkek
- Sabit fikirli erkek
- Aldatan erkek
- Umursamaz erkek
- Tehdit eden erkek
- Kötümser erkek
- Hazımsız erkek
- Kişiliksiz erkek

"MÜKEMMEL KADIN"! ARAYAN ERKEK

'Yanlış erkek', "mükemmel kadın"ı ararken aslında "mükemmel anne"yi arayan erkektir.

Bazı kadınlar nasıl "hazır" ve "mükemmel" bir erkeği ararlarsa, bazı erkekler de güzel, işveli, herkesin gıpta ettiği mükemmel bir kadının hayalini kurarlar.

Bu hayal genellikle anneyle ilişkilidir. Ya annenin modeli ya da tam tersi bir anne karakteri...

Ama aslında "mükemmel anne" haline gelmiş, kendi an-nesindeki kusurların tedavi edilmiş hali olan bir kadın hayali.

Böyle bir erkekle karşılaştıysanız işiniz zor demektir. Hiçbir zaman ona yaranamazsınız. Bu nasıl mümkün olabilir ki? Bir erkeğin sizinle tanıştığı yaşa gelene kadar yaşadıklarım, annesiyle iyi ya da kötü anılarını nereden bileceksiniz?

Eğer erkeğin bu türden olduğunu kısa zamanda fark edemezseniz kendinizi kazanmanızın mümkün olmadığı bir yarışın içinde buluverirsiniz. Hiç durmadan mükemmel olmaya çalışır, ama ne yaparsanız yapın yine de kendinizi kusurlu hissedersiniz.

Başka bir insana dönüşmeniz istenir, size bir rol dayatılır.

Kimsenin zaten mükemmel olamayacağını bir kenara bırakın, böyle bir erkeğin sizden istediği mükemmellik ölçütünün ne olacağını kestirmeniz, ona uygun davranabilmeniz asla mümkün olmaz. Çünkü hiçbir zaman itiraf edilemeyecek isteklerle oluşturulmuş bir kadın modelidir bu.

Daha en baştan sizden beklenenlerin size uymadığını söyleyerek, "Bak ben daha güzelini biliyorum, ama beğenmezsen kapı açık, gidebilirsin," diyebilirsiniz. Böylece bir annenin çocuğunda uyandırdığı cezalandırmayla karışık "layık olma" arzusunu canlandırır ve kendiniz gibi davranabilmek için bir şans yakalarsınız.

Ama bir kere ipin ucunu kaçıtır ve onun "mükemmel kadın" projesine gönüllü olursanız, ya ilişkinin içinde eriyip gidersiniz ve hayatınız bir başkasının oyununda size biçilen rolden ibaret olur ya da o bu rolü iyi oynayamadığınız için günün birinde terk edilir, harcadığınız zamana ağlarsınız.

İDARE EDEN ERKEK

'Yanlış erkek', sizinle birlikte başka kadınları da "idare eden" erkektir.

"Haremde yer kapma yarışı" sevenlere diyecek sözüm yok elbette... Ama sevmeyenlere var.

Yani ne diye bile bile göz yumulur ki böyle bir adama?

Belki "razı olmamak" adamı yola sokabilir. Ne kadar ses çıkarmazsanız, o kadar kendi bildiği yolda devam edecektir. Ne de olsa kimsenin şikayeti yok.

Yanlış davranış modeli için size iki canlı örnek vereceğim:

1. Örnek:

"Benimleydi ve mutlu oldu!"

"Yaklaşık on beş gün önce yanımdayken erkek arkadaşımı cep telefonundan biri aradı. Arayan

bölümünde "AŞKIM" yazıyordu..

Neyse, bunu gördüm ama pek de aldırış etmedim, çünkü o hâlâ benimleydi ve mutluydum, nasıl olsa bu da geçecek, dedim kendi kendime. Onu diğer kadına kaptırmamak için kışkırdığımı göstermedim.

Neyse, bugün bizim işyerine yeni bir eleman aldık. Oradan buradan konuşurken bir ben arıyorum, bir o arıyor. Tabii ikimiz de mutluyuz, sevgililerimiz bizi arıyor. Aramızdaki muhabbet aynen şöyle-

Bayan arkadaş- Onu çok özledim yaal Ben• Burada değil mi?

Bayan arkadaş•Maalesef, iş gereği şehir dışında...

Ben: Sorma ya, aynı dert bende de var. Bayan arkadaş• Seninki ne iş yapıyor? Ben.....

Bayan arkadaş• Aaa benimki de! (Gülüştük tabii...)

Ben• Adı ne, belki tanışıyorlardır? Bayan arkadaş-.....

Ben• Soyadı da.....mı?

Bayan arkadaş• Evet ??!

ikimizin de başından aşağı kaynar sular döküldü ve o an ne yapacağımızı bilemedik. Benim için bir önemi yoktu ama pislik herif o kızla tam dört yıldır çıkıyormuş. Meğer o telefondaki "Aşkım" da bizim kızmış...!

Yani arkadaşlar gelin de insanları sevip inanın onlara! Ne doymak bilmez insanlarız. Acaba benim karşıma çıkan insanlar mı normal değil, yoksa ilişkilerin kanunu mu aldatılmak-aldatma?Hiç mi saygı duymuyoruz birbirimize anlamıyorum!"

Örnekteki kişi sevgilisinin kendisiyle birlikte bir başkasını da idare ettiğini aslında en başından fark ediyor ama ses çıkarmıyor. Çünkü "Hâlâ benimle ve mutluyum, nasıl olsa bu da geçecek," diye kendini kandırıyor. Aslında zaman içinde diğerinin aradan çekileceğine, erkeği kendine bağlayarak bunu kolaylıkla sağlayabileceğine inanmak anlamına geliyor bu.

Oldukça sık yapılan bir hata. Karşınızdaki erkek sizin durumu kabullendiğinize o kadar çabuk karar veriyor ki, hemen rahatlıyor. Artık ne korkmasına, ne de ilişkilerini saklamasına gerek kalacak.

Bu durumu siz yaratırsınız. Karşınızdaki sizin için doğru dürüst bir erkek olmasa bile "yalnız kalma" paniği yaşamanızdan kaynaklanır bu. Ama aslında yalnız kalmanızın sebebi ilişkideki rolünüzün pek de "değerli" olmadığını en baştan kabul etmenizdir. Siz kendinizi değerli görmezken bir başkası neden size değer versin ki?

Şunu da söylemekte yarar var, "razı olduğunuz" bir ilişki kolay kolay bitmez. Siz de bekler durursunuz, razı oldukça geri dönmek daha da zorlaşır, içinizde biriktirdiğiniz, dile getiremediğiniz

ama 'zaman içinde nasılsa yoluna girecek' diye ertelediğiniz rahatsızlıklarınızın ardından kendinize verdiğiniz azıcık değeri dahi kaybedersiniz.

ilişkinin devamında olacaklar çok açık, her defasında kendinizi onunla beraber olduğunuz zamanlarda mutlu hissedecek ama yanınızdan ayrıldığında tekrar değersiz ve yalnız bulacaksınız. Bir sıralama yapmaya çalışıp, "Ben birinciyim, diğer kadın ikinci..." diye devam edecek ve giderek uzayacak bir listenin içinde kaybolup gideceksiniz...

Çok mu sıkıldınız? E, kendinizi kandırmayın o zaman.

2. Örnek:

"Benim desteğimi istiyor."

"iki buçuk senelik bir ilişki iki ay kadar önce bitti. Şimdi o başkasıyla birlikte ama hâlâ arayıp beni çok sevdiğini söylüyor, ancak o kızıdan da ayrılmıyor!..."

Olay aslında şöyle-

Erkek arkadaşımın psikolojik problemleri yüzünden ayrıldık. Bana başkasıyla çıkacağını, kötüyü görüp iyinin kıymetini anlayacağını söylemişti. "Rahat bırakmalıyım" mantığıyla sesimi çıkarmadım. Ayrıldık ve o hızla çıkmaya başladı. Bu arada ben de hırşımdan, kıskançlıktan, sinirden kudurdum tabii. Yine de her konuşmamızda beni sevdiğinden falan bahsediyordu...

Daha sonra ben resti çektim.

"Yeter artık! Madem beni seviyorsun bir son ver bu işe, değilse beni bir daha arayıp sorma!" dedim.

Bu sefer de 'kızı bu şekilde bırakamayacağım, kendini onu kullanmış gibi hissedeceğini' söyledi. Amacının 'kızı yavaş yavaş kendinden soğutup tekrar bana geri dönmek' olduğunu anlattı ve 'bunları benim desteğim olmadan yapamayacağını' söyledi, 'bensiz olamayacağından' falan bahsetti.

Anlayacağınız zor durumdayım... Sizce nasıl davranmalıyım?"

Bu örnekteki kişinin durumu birinciden daha da kötü. Çünkü birinci örneğin yapmadığı bir şeyi yapıyor ve birlikte olduğu erkekle diğer kadın hakkında konuşuyor. Adeta "esas kadın" ve "kuması" gibi bir ilişki yaratılmış. Erkeğin davranışları "sevgili" davranış modelinin dışına çıkmış, bir anne, kız kardeş ya da arkadaşla yaşanan ilişkiye dönüşmüş.

Erkek tek başına kalma korkusuyla destek istiyor ve razı olunduğunu gördükçe diğeriyle ilişkisine "onay" almanın rahatlığıyla yoluna devam ediyor.

Böyle bir ilişkiyi yoluna koymanın imkanı ve ihtimali yoktur. Sevdiğiniz insanın başkalarıyla maceralarını dinlemek istemiyorsanız kesin olarak o erkeğe yol verin gitsin. Size yar olmaz.

YALANCI ERKEK

'Yanlış erkek', iki lafından biri yalan olan, "Ben asla yalan söylemem!" diyen, daha ertesi gün yakalandığında da "Yemin ederim bir daha sana asla yalan söylemeyeceğim!" diyebilen erkektir!

Böylesi, akıl sağlığım bozar insanın. Paranoyak yapar, işiniz yoksa habire yalan avlayın.

Biz kadınları en çok rahatsız eden şey erkeğe duyduğumuz "güvenin" kaybolmasıdır. Bir erkek bizde bir kere güvensizlik uyandırdı mı, bir daha asla telafisi yoktur bunun. Her sözü yeni paranoyalar yaratmaktan başka bir işe yaramayacaktır. Ne tadımız ne de tuzumuz kalacaktır yaşadığımız ilişkide.

Ama "Kendi etti kendi bulsun!" der de arkanızı döner, "gider gibi" yaparsanız, belki biraz söylediği yalanların arası açılır ve olur olmaz her durumda yalan söylemesini de engellemiş olursunuz.

Yalan söyleyen kişinin kendine güveni yok demektir. Yalan söylemekten kurtarmak için onun yaralarını sarmak, kendine duyduğu güveni artırmak gerekir.

Bu erkek her ne kadar yanlış erkek de olsa, yalanlarının mahiyeti oldukça önemlidir.

Paranoyak olmayı göze alıyorsanız ve "doğru erkeğinizin kusurları arasında yalanı "kabul edebileceğiniz kusurlar" listesinde görüyorsanız diyeceğim bir şey yok. Karar sizin. Ama çok çalışmanız lazım, bunu bilin.

MAÇO ERKEK

'Yanlış erkek', "Kadın dediğin gerektiğinde erkeğinin ayağını bile yıkayabilen kadındır!" türünde bozuk cümleler kuran erkektir!

Biz kadınlar eğer kendi gücümüzü keşfetmek yerine zaaflarımıza gömülmeyi tercih edersek, nedense fena halde "sert ve maço erkek" sempatisine kapılırız.

Yetmez, bir de "erkek" denen şeyin, böyle bir ruh halinden ayrılamaz olduğuna da ikna ederiz kendimizi. Bu erkeğin komplekslerine, olur olmaz sertliklerine "çaresiz" boyun eğmemizin gerekliliğini de "toplumsal kılıflar"a bürün-dürüp, ikna ve razı oluruz.

Kandırmayın kendinizi!

Belki de "mazoşist"sinizdir de siz kendinizi "maçoşist" sanıyorsunuzdur... Öyleyseniz hiç değilse bununla bir an önce yüzlesin.

Bu türü seven kadınlara diyecek bir lafım yok. O erkekler de "Kendine gel!" diyecek bir "hanımağa" bulur nasılsa...

Ya da belki siz de potansiyel bir "hanımağa"sınızdır da, aradığınız böyle bir erkektir ve onu "uslandırmak" size fena halde keyif verecektir, işte o zaman yolunuza devam edin. Çalışmalarınızın sonucunda dışarıda "aslan" ama yanınızda son derece "kuzu" gibi bir erkeğiniz olacaktır. Yeter ki o

erkeği görüdüğü ya da görünmek istediği gibi kabul etmeyin.

Çünkü maço erkeklere dikkatli bir gözle bakacak olursanız, dışarıdan görüdüğü kadar kendilerine güvenleri olmadığını kolaylıkla fark edebilirsiniz. O güçlü tavırlarının bir tür savunma mekanizması olduğunu görmek pek de zor değildir.

Bir tür "erkeklik oyunu" oynarlar onlar.

Güçlü, kendinden emin, dediğim dedik, her köşeye sıkıştıklarında kaba kuvveti yardıma çağırın, aslında kendilerini zayıf hissettikleri ölçüde savunmaya geçen, bu savunmayı da "maço" tabir ettiğimiz tavırlarıyla yapan bir erkek.

Maço bir erkekle beraber olmak istiyorsanız siz de onun "güçlü erkek rolü"ne katılacaksınız demektir. Bazen insan "miş gibi" yaparak mutlu olabilir, ilişkinin bütün sorumluluğunu üstlenirsiniz, yapmadığınız fedakarlık kalmaz, altından kalkamayacağınız hiçbir zorluk yoktur, inanılmaz gülüşünüzdür, ama sorumluluğu omuzlarınızdan alacak biri mevcut olmadığı için "güçlü bir erkek" hayal etmeye başlarsınız.

İçten içe bu erkeğin size ne kadar muhtaç olduğunu bilseniz de, tam tersini kabul etmek size daha çekici gelir. Tabii erkeğe de... Ne de olsa biriniz gücünü "yok" sayarken, diğeri de olduğundan "güçlü" hissedecek kendini.

Çevrenizde gördüğünüz bu tür ilişkilerde bir "uyum" olduğunu düşünüyorsanız, olsa olsa tersine dönmüş bir uyumdur bu.

Her ne kadar güçlü ya da zayıf olan dışarıdan bakıldığında başka görünse de...

EVLİ ERKEK

'Yanlış erkek', evli erkektir. "Boşanacağım vallahi, zaten karım çok anlayışsız, uzun zamandır bir münasebetimiz bile yok!" diyen erkektir.

İyi bakın, yakında yeni bir bebekleri olacaktır. O zaman da "Şeytana uydum, kandırdı beni, boşanmamak için yaptı, eminim. Çocuk var şimdi, yazık! Biraz büyüsün, okula başlar başlamaz terk edeceğim karımı. Benim tek sevdiğim kadın sensin!" cümleleri kurarlar ki, eyvah halinize.

Söylediklerine inanmadığınız sürece bir problem yok ama inanırsanız hayatınız bir bekleme odasında geçecek demektir. Üstelik etrafınıza biraz dikkatle bakacak olursanız bu bekleme odasının oldukça kalabalık olduğunu da görebilirsiniz.

"Bekle, boşanacağım, onu değil seni seviyorum," ortak cümlesidir bu erkeklerin. Bir ya da iki haftada bir göreceğiniz bir sevgilinizin olması sizin için yeterliyse diyeceğim bir şey yok. Ama gizli gizli yaşayacağınız bu ilişkide kendinizi sürekli aşağılanmış hissedeceğinizi de aklınızda tutun.

Yapmanız gereken bir şey daha var: Bu erkekle evli olan kadının kendiniz olduğunuzu düşünün ve aynı konuşmaları bir kez daha geçirin aklınızdan.

Ne hissettiniz?

TEMBEL ERKEK

'Yanlış erkek', çalışmayan, üretmeyen ve hayatı sürekli erteleyen erkektir.

Tembellik, sürekli ertelemek demektir, işinde, evinde, ilişkilerinde hayatın her alanında sürekli erteleyecek bir şeyleri vardır. Böylesi işlerine gelir.

Yaşamları erteledikleri ve artık birikip üstlerine yürüyen sorumlulukları ile doludur. Siz de tam bu sırada onun hayatına girersiniz.

Büyük bir kurtarıcı edası ile onun sorumluluklarını üzerinden almaya çalışıp size daha fazla zaman ayırmasını sağlamaya uğraşırsınız. Ama nafiye.

Oysa tembel erkek üzerinden aldığınız sorumlulukları küçümser ve teşekkür etmesi gereken yerde "Böyle önemsiz şeylerle ilgilenecek vaktim yok!" ya da "Onu yapmaktan kolay ne var?" der. Yaptığınız işi beğenmez.

Her geçen gün önceden ertelenmiş ve daha fazla ertelenemez işler ortaya çıkmaya başlar. Bir de bakarsınız ki, gecikmiş elektrik faturasını yatırmak üzere uzunca bir kuyruğun en sonunda bekliyorsunuz, yorgun bir şekilde...

Bir süre sonra kendinizi onun "önemsiz" işlerini yapan bir ayak işçisi gibi hissedersiniz.

Tembel bir erkeği çalıştırabilene, tembelliğinden vazgeçirebilene helal olsun!

KENDİNİ BEĞENMİŞ ERKEK

'Yanlış erkek', kendinizi sürekli ona beğendirmek zorunda olduğunuzu hissetmenize neden olan erkektir.

Bu tür erkek bir sürü hata yapsa dahi her zaman "doğru" olduğuna o kadar inanır ki, aradığınız "doğru erkek"le onu karıştırır ve sürekli "ona layık olma" çabası içine giriverirsiniz.

Hayatta istediğiniz kadar başarılı olun, yine de onlar sizin kendinizi "az" hissetmenize, "beceriksiz" olduğunuzu düşünmenize neden olurlar.

Örneğin, saçlarınızın gizlediği ensenizde bulunan küçük bir ben bile bu erkekler tarafından size "kusur" olarak gösterilebilir ve saçlarınızı asla enseniz görünecek şekilde kestiremezsiniz.

Belki özellikle yapmazlar ama siz yine de kendinizi kötü hissedersiniz.

Bu erkekler kendilerinden başka yalnızca ve yalnızca belli dönemlerde statü olarak onlardan yüksek olduğuna inandıkları ve tanım olarak da "leydi" dedikleri türde kadınlara, kısıtlı sürelerde ilgi duyabilirler.

Onlar da hayatları boyunca kendilerine uygun "doğru kadın"ı arayıp duracaklardır.

Böyle birinden pek de memnun olacağınızı sanmıyorum. Zira bu erkek sürekli bir arayış içinde yoluna devam edecektir. Arkada kalan olmanız kuvvetle muhtemel.

FLÖRT DÜŞKÜNÜ ERKEK

'Yanlış erkek', flört etme yeteneği, sevimliliği ve çekiciliğiyle aklınızı başınızdan alan ama sizinle beraber birçok kadına da aynı duyguları yaşatan erkektir.

Flört düşkünü bir erkekle beraberseniz kafanız fazlasıyla karışacak demektir.

Elbette bu tür erkekler kadınlar tarafından oldukça ilgi görürler.

Ne de olsa sürekli size iltifat edecek, sevimlilikler yapacak, sizinle alışverişe gelmek, yemeğe çıkmak, sinemaya gitmek isteyecek, aslında kız arkadaşınızla yapmaktan keyif aldığınız şeyleri bile onunla yaşamaktan zevk duyacağınız bir biçime dönüştürerek aklınızı başınızdan alacaktır.

Ama bazen de ortadan kaybolu verecektir. Siz merakla ona ulaşmak için telefonlar ederken yanıtsız kalan aramalarınızdan sonra ne kadar kızgınlık duysanız da, onu gördüğünüzde sevimliliği ve baştan çıkarıcı tavırlarıyla hakkında düşündüğünüz bütün kötü şeyleri silip, tekrar "âşık olduğunuz erkek" mertebesine rahatça yerleşecektir.

Böyle bir erkekle beraberseniz ve durumun farkına hâlâ varamadıysanız şunlara dikkat edin:

Bu erkekler yeni cümleler aramazlar. Her seferinde hazır bahaneleri vardır ve yine hazır yapım iltifatlar ederler. Ne de olsa kendi cazibelerinden o kadar emindirler ki, çaba sarf etmelerine hiç gerek olmadığına inanırlar.

Eğer bir erkeğin yanında kendinizi renksiz, çirkin ve sıradan hissediyorsanız, o erkek fazlaca rahat ve kendine güvenli davranıyorsa, gülüyor, şakalar yapıyorsa, canı ne zaman isterse onunla ancak o zaman görüşebiliyorsanız ve her seferinde aklınızı başınızdan almayı beceriyorsa, aman en kısa zamanda kendinize gelin.

Yoksa asla "mutlu son" olmayacak hayatınızda. Her şey aynen böyle sürüp gidecek...

Kendinizi bu flört etme delisi erkekle birliktesiniz diye ve yalnızca birlikteyken çok iyi hissedeceksiniz. Üstelik sizinle birlikte aynı duygulan yaşayan bir düzine daha kadın olacak maalesef.

SABİT FİKİRLİ ERKEK

'Yanlış erkek', yeni fikirlere açık olmayan, bildiği, öğrendiği yoldan şaşmayan erkektir.

Bunlar yenilik ve hata yapma korkuları yüzünden asla değişikliğe açık olamayacakları için hayatlarını "heykel" gibi sürdüren erkeklerdir.

Kaskatıdırlar.

Üstelik sizi de kasarlar.

"Yemeğe şu ölçüde yağ koymalı, eti ancak şu kadar kızartmalı, gideceğin yere mutlaka ama mutlaka uygun giyinmeli, öyle yüksek sesle gülmek ya da kendini tutamayıp ağlamak gibi zayıflıkları mümkünse sadece banyoya gizlenerek yapmalı," türünde uzayıp giden söylevlere tanık olduysanız, işte bu erkek o erkektir.

Bu erkeğe aşık olmanız aslında sizin son derece renkli bir insan olduğunuzu ve daha "ağır" bir görüntüye özendiğinizi gösterir.

Emin olun siz daha güzel ve daha çekicisiniz. Kendinizi boş yere köreltmeyin. Hayatınızı bu kadar kurallı geçirmek istiyorsanız yine de siz bilirsiniz..

ALDATAN ERKEK

'Yanlış erkek', sayısız sadakatsizliğine rağmen "Erkek dediğin aldatır" diye kendinizi kandırdığınız erkektir.

Elbette "aldatan erkek" bir kez aldattıktan sonra "yanlış erkek" kategorisine girer.

Bir erkekle beraber olmaya başladığınız andan itibaren ilişkiniz için kendi kurallarınızı ortaya koymanızda yarar var.

"Zaman içinde gerekli müdahaleyi yaparım, yanlış giden şeyleri düzeltirim,"

derseniz, hata edersiniz.

"Erkek dediğin aldatır" düşüncesi o kadar kabul gören bir durum ki, daha en baştan söylemezseniz sizin bu tür bir erkeğe razı olmayacağınızı nereden bilecek o erkek.

Eğer uyarınızı baştan yapmaz, böyle bir durumla karşılaştığınızda vereceğiniz tepki konusunda onu en âlâsından uyarmazsanız, başınıza geldikten sonra istediğiniz kadar terk edin, kaybeden yine siz olursunuz.

Hatta kaybetmemek için razı olursunuz...

En iyisi erkeğiniz yanlış erkek haline gelmesin diye baştan kontrolü elinize alın. Aldatan erkek sizin yaratacağınız ya da potansiyeli varsa sizin hale yola koyacağınız türde bir "yanlış erkek"tir.

Aşağıdaki örnekte açıkça görebileceğiniz gibi eğer baştan kabullenmiş olmazsanız o kişiyi terk edeceğiniz aşamalara da gelmezsiniz.

Canlı Örnek:

"Hiçbir şey olmamış gibi davrandım. "

"Geçen yıl bir erkek arkadaşım vardı. Sekiz ay beraberdik. Öyle ki, birbirimizden habersiz bir şey yapmazdık, tipik bir 'uyumlu' çifttik. Hani şu herkesin özeneceği türden.

Derken bizimki eve geç gelmeye başladı...

'Tamam normaldir, çalışıyor, iş gereği gecikebilir,' diye düşünüyordum. E, güveniyorduk bir kere...

Derken cep telefonunu eve geldiğinde kapattığını fark ettim...

Bir akşam telefon geldi ve bana arkadaşının zor durumda olduğunu söyleyerek evden çıktı. Ama o arkadaşının ortak arkadaşımız olduğunu unutarak bana bu yalanı söyledi. Ben de arkadaşımı aradım ve görüşmediklerini öğrendim.

Eve geldiğinde hiçbir şey olmamış gibi davrandım ona. Neden mi öyle davrandım? Çok saçma belki ama 'Nasıl olsa o benim yanımda, beni gerçekten çok seviyor, benimle çok mutlu olduğunu söylüyor, yani diğerine göre ben daha şanslıyım.. Onu kaybetmektense kazanmak en güzeli,' dedim kendi kendime...

Ve kısa bir süre sonra bir telefon geldi bana. Bir bayan sesi bana aynen şunları söyledi:

'Erkek arkadaşımın telefonunda sizin numaranız var. Siz kimsiniz?'

İşte o an yıkıldım...

Onun eve gelmesini bekledim ve mantıklı bir insanın yapması gereken şeyi yaptım. Olayları ona anlattım. Öyle bir şeyin olamayacağını, bizi kıskananların olduğunu falan filan bir sürü şey saydı bana... içime bir kere kurt düştü ama yine de her şeyi olumlu düşünerek bir şey yapamadım. Sonra dayanamadım, içim rahat etmeyecekti, birlikteliğimiz boyunca hiç yapmadığım bir şeyi yaptım, onu arayan numaraların kayıtlarım inceledim.. (Nasıl demeyin? işim bu benim.) Beni arayan numara en sık görüştüğü, aradığı ve arandığı numara çıktı, kız da onun işyerinden bir arkadaşı...

O gün bugündür onunla hiç görüşmüyorum. "

UMURSAMAZ ERKEK

'Yanlış erkek', yanında kendinizi yokmuşsunuz gibi hissettiğiniz erkektir.

içiniz içinize sığmaz, sevgilinizle geçireceğiniz zamanın hayalini kurar, hazırlanırsınız, ama görüşme saati geldiğinde ortalarda yoktur. "Neredeydin?" diye sorduğunuzda da "Ama kesin görüşürüz diye konuşmamıştık ki..." türünde bir cevapla kalakalırsınız.

Hiçbir zaman "ortak" hareket edemezsiniz.

Sürekli onu bir şeyler için iteler, ihmalci davrandığı durumlara yine onun yerine açıklamalar uydurarak kendinizi kandırırsınız.

Böyle bir erkeğe alışırsınız da ayrıca.

Onun için çabalamanızın "kadın olarak göreviniz" olduğuna karar verir, "Fazla çalıştığı için kafası karışık," dersiniz. Yetmez, kendinizi de fazla tutkulu biri olarak kabullenip, "ruhunuzu törpüleme" çalışmalarına bütün zamanınızı harcarsınız. Elbette o erkeğe duyacağınız kızgınlık nöbetlerinin hemen arkasından, arta kalan bütün zamanlarda...

Bir erkek ne kadar umursamaz olursa sizin çabanız da o kadar artar, yorgun düşersiniz. Ama ardından bir gülüş, bir sıcaklık her şeyi unutturur ve "Asıl sorun bendeymiş," deyip onun karşısında kendinizi koyuverirsiniz.

TEHDİT EDEN ERKEK

'Yanlış erkek', isteklerini kabul etmediğinizde size tehditler savuran, kendinizi sürekli tedirgin hissetmenize neden olan, sizi korkutan erkektir.

Bu tür, en "yanlış erkek"ler arasındadır. Onları baştan tanıyamazsınız elbette ama oldukça kısa bir zamanda durumu fark edersiniz.

Size düşen onun kusurlarını görmezden gelmek yerine bir an önce kendinizi korumaya almaktır.

Tehditlerini savurduktan sonra sizden yaptığı yapmadığı her şey için özür dileyecektir. Özrünü kabul etmekte ne kadar gecikerseniz, tehditleri de o ölçüde artar. Ama hemen affetseniz de bir sonraki tehdidi çok gecikmeyecektir.

Tehdit cümlelerinin arasına aşk ve tutku dolu sözcükler de karışacaktır. Bir an için bile olsa buna zaaf gösterirseniz hemen bundan yararlanacak ve arkasından yeni tehditlerle sizi kontrol etmeye çalışacaktır. Sadece sizi değil, çevrenizdekileri de tehdit edecektir.

Asla değişeceğini ya da hatanın sizde olduğunu düşünmeyin.

Oldukça yorucu ve hasta bir tip. Tehditlerini ciddiye alın ve bu erkekten uzaklaşma konusunda sakın zaman kaybetmeyin.

Örnek:

"Bana son bir şans daha ver!"

İşte tehdit dolu bir mektup... Bir an için bu mektubun size yazıldığını hayal edin. O zaman karşılaşıacağınız erkek tipi hakkında da fikriniz olacaktır.

"Bak İlknur, aramızda geçenleri elaleme duyurmana ne gerek vardı ki? Aklın sıra benden intikam alıyorsun, değil mi?"

Böyle aptalca şeyleri bir yana bırak, gel bana bir şans daha ver. Şu lanet olası telefonunu aç da seninle adam gibi konuşalım. Tamam, hatalarımı kabul ediyorum...

Neden bu kadar büyütüyorsun ki? Tamam o sözleri ve hareketlen hak etmedin belki ama ben de isteyerek böyle davranmadım.

Bana son bir şans daha ver, bak o zaman nasıl değiştiğimi anlayacaksın.

Eğer başına buyruk hareket etmeye devam edersen bundan sonrası için hareketlerim konusunda sana garanti veremem. Ve yapacaklarımdan, olaylardan ben sorumlu değilim. Kaybedecek bir şeyim yok çünkü.

Ya sen? Bir düşün bakalım... Senin kaybedecek çok şeyin var. Bu konuyu bir kere daha adamakıllı bir düşün istersen. Ben kaldığımız yerden devam etmeye hazırım."

KÖTÜMSER ERKEK

'Yanlış erkek', sizin yaşama heyecanınızı kaybetmenize neden olan erkektir.

Örneğin bu tür erkekler bir iki işleri ters gittikten sonra her işlerinin ters gideceğinden emin olarak girişimci taraflarından vazgeçerler. Size de atacağınız her adımda sayısız tersliklerle karşılaşacağınız fikrini aşılarlar... Artık ikiniz de diken üstünde, depresif bir hayat sürmeye başlıyorsunuz.

Risk denen şey bu tür insanlar için "felaket" anlamını taşıdığından, ama her türlü yenilik içinde elbette ki riski de barındırdığından tek bir adım ileri gidememeniz bir tarafa, köşenize saklanmaya ve korunmaya çalışırken bulursunuz kendinizi.

Uzak durun...

İşte size bir başka yorucu erkek tipi daha... işiniz yoksa onun yoktan var ettiği dertlerine çareler üretmeye adayın kendinizi...

Bu erkek her zaman olaylara en kötü tarafından bakar. Her şey yolunda bile olsa bir yerden bulur buluşturur, illa kötü bir ihtimal olduğunu gösterir size.

İkna da eder.

Zaten insanın en kolay düştüğü tuzak kötümserliktir. Kötü ihtimalleri öyle bir istikrarla ortaya çıkarır ki, artık sizin kendinizi toparlayacak haliniz de kalmaz.

ilişkinin ilk zamanlarında sürekli ona hayatın güzelliklerini göstermeye çalışırsınız. Bunu yapmanızın bir sebebi de elbette kendinizdeki umutsuz tarafı yok etme çabanızdır. Önce ona bu amaçla bağlanırsınız. Kendinizi kandırdığınızın farkına varamadan kapılır gidirsiniz umutsuzluklara.

HAZIMSIZ ERKEK

'Yanlış erkek', başarılı olduğunuz takdirde kendinizi suçlu hissetmenize neden olan erkektir.

Aslında hemen hepsinde biraz vardır bu özellik.

Sizin ondan daha iyi yaptığımız her şey onun eksik olduğunun belgelenmesi anlamına gelecektir. Sevinçle anlattığınız başarıların dinlenmediğini, konunun alakasız başka konulara dönüştüğünü, sevincinizin de elbette kursağınızda kaldığını görürsünüz.

Her yaptığımız şeyden sonra suçluluk hissedeceğiniz bir ruh haline girmeniz de pek uzun zaman almayacaktır.

Sıkıntısı arttığı ölçüde, sizinle giriştiği rekabette ne kadar gerilerde kalırsa bunun acısını çıkartma tarzı da o kadar sizi yaralayacak türden olacaktır.

Sadece ikinizin arasında kalacağını da sanmayın bu rekabetin. Çevrenizdeki insanlara sizin pek de matah bir şey olmadığınızı kanıtlamaya girişecektir. Bunu da en kolay sizi aldatarak yapmaya çalışacaktır. Üstelik sizi aldattığı kadınlar mutlaka kendinizi kıyaslamayacağınız, sizden daha vasıfsız oldukları çok açıkça ölçülebilir türden olacaktır.

Bu erkek siz ona ne ölçüde bağımlıysanız kendini o kadar iyi hisseder. Yararlı ve o ölçüde güçlü olduğunu düşünür. Ama sizin ona ihtiyacınızın olmadığını düşündüğü ölçüde de kaybedeceği korkusuyla sizi tekrar kendisine bağımlı kılmaya çalışır. Sizi aldattığında ne kadar affederseniz ona olan düşkünlüğünüzü kanıtlamış olacağınızdan, her seferinde size olan sevgisi ve size verdiği değer de artacaktır.

Dayanabilene, katlanabilene aşk olsun. Ya sürekli başarılarınızı gizleyeceksiniz ya da onu hızla kapıya koyacaksınız.

KİŞİLİKSİZ ERKEK

'Yanlış erkek', kişiliği olmayan, hep başkalarının onu gördüğü ya da görmesini istediği gibi olmaya çalışan, güvenilmez, dolayısıyla da ne kendine ne de size hayrı dokunacak erkektir.

Erkeklerin arkadaşlarından ne kadar çok etkilendiklerini bilmeyeniniz yoktur. Ama bir de erkeğin kişiliği yoksa, yani bir türlü sabit duramıyor, kararsız ve fikirsiz kalıyorsa, siz istediğiniz kadar onun için çaba harcayın, istediğiniz kadar onu adam edin, ertesi gün yine sil baştan uğraşmak zorunda kalırsınız.

Kişiliksiz erkekler kendilerine söylenen her söze inanır, ne tarafa çekersen giderler.

Sadece emeklerinizin boşa gitmesi bir yana, bir kadının en çok yaşamak istediği duygulardan biri olan güven duygusunu da asla yaşatamazlar size.

Ne istediğini bilmeyen, kılıktan kılığa giren bu daimi yumuşak hamur kıvamındaki erkekler belki karşılaştığınızda size en doğru erkek gibi görünebilirler, ama onların başkalarının yanındaki davranışlarını gördüğünüz zaman herkese göre doğru olmaya çalıştıklarını hemen fark edersiniz.

Eğer asla kalıcı olarak biçimlendiremeyeceğiniz bu malzemeyle uğraşmak istiyorsanız ne âlâ. Tek yapabileceğiniz şey onu çevresinden yalıtım olabilir. O zaman dönüşeceği, aklına uyacağı birini bulamaz.

Ama bu mümkün mü?

EV ÖDEVİ:

Beraber olduğunuz erkek "yanlış" olmasın sakın?

Aşağıdaki soruları cevaplayarak karşınızdakinin "yanlış erkek" olup olmadığını anlayabilirsiniz:

- Birlikte olduğunuz erkeğin sizi en çok sinirlendiren, hatta umutsuzluğa sevk eden davranışlarını yazın.
- Bu davranışların arasında düzeltebildiğiniz, değiştirebildikleriniz olduysa, onları yazın.

ikinci soruya verecek cevabınız yok mu? O halde karşınızdaki "yanlış erkek"tir, boşuna uğraşmayın. Ya da diyelim, bazı davranışlarını düzeltebildiniz, ama geri kalanlar sizi boğmaya devam ediyor. Çünkü öyle davranışlar vardır ki, tek başına o erkeği "yanlış" yapmaya yeter. Mesela aldatmak, şiddet eğilimi gibi. Bu durumda da ne yapsanız boş.

Yolunuz açık olsun.

3. DERS: YA SİZ "YANLIŞ KADIN'SANIZ!

"YANLIŞ KADIN" MISINIZ?

Neden?

- İlişkileriniz "neden" yürümedi?
- Yalnızca erkek miydi "yanlış" olan?

Eğer bir türlü istediğiniz gibi bir ilişki yaşayamıyorsanız, "doğru erkeği", hayatınızı birlikte geçireceğiniz müstakbel "eşinizi" bulamıyorsanız, bir de dönüp kendinize bakmalısınız...

İlişkilerinizin yürümemesi ya da daha başlangıç bile yapamıyor olmanız, sadece bir erkeğin doğru ya da yanlış olmasından kaynaklanmıyor olabilir.

Belki de tam size göre erkeklerle karşılaştınız, hatta bir ilişki de başladı aranızda ama yaptığınız yanlışlarla o erkekleri kendinizden uzaklaştırdınız.

Belki de aradığınız erkeğin nasıl olması gerektiğini bilmiyorsunuz, o yüzden de sizin için yanlış olduğunu düşünüyorsunuz.

Aradığımız erkeğin nasıl olması gerektiğini bilmiyorsanız nasıl öğreneceksiniz? Onu nasıl bulacaksınız? Bulduğunuzu nereden bileceksiniz?

Örneğin "Bütün 'doğru erkekler' kapılmış! Ya başkalarının sevgilisi ya da kocası olmuşlar..." türünde cümleler kuruyorsanız, bilin ki siz tam bir "yanlış kadın" tavrı içerisindesiniz.

Her şeyin "hazırını" istiyorsunuz.

Bundan daha yanlış ve umutsuz bir bekleyiş olmayacağını en baştan söylemekte yarar var.

O kapılmış dediğiniz erkeklerin yaşadıkları ilişkilere bakıp, iki kişinin olduğu bir ilişkiden siz tutup bir figürü, yani erkeği alıyorsunuz, karşınıza koyduğunuzda onun diğer ilişkide olduğu gibi olacağını, hâlâ "doğru erkek" olarak kalacağını sanıyorsunuz.

Buna, kendini kandırmak denir.

Belki de yanlış davrandığınız için ilişkileriniz yürümedi. Bir ilişki bittikten sonra genelde insan suçlu önce kendinde aramaz mı? Belki de kendinizde arayıp bulduğunuz o hatalarda gerçek payı vardı.

Gelin hep beraber ilişkilerde yapılan bazı önemli yanlışlara bir bakalım...

KENDİNİZİ KANDIRMAYIN!

Bazı davranışlar var ki, biz kadınlar onları yaptığımız takdirde beraber olduğumuz erkeği

kaçıracağımızı zannederiz, içimiz içimizi yer ama kendimizi tutar, aslında olmadığımız biri gibi davranırız.

Mesela kıskançlığın pek fena bir şey olduğunu zannederiz ya da birbirimizi aldatan erkeğin "normal" bir erkek olduğuna ikna ederiz...

En kötüsü, asıl bu davranışlarımızın ilişkilerimizi bitire-bileceği hiç aklımıza gelmez.

Birçok kadın "Ben erkeğimi sıkboğaz etmem!" diye övünüyor. "Kıskansam bile belli etmem!" de diyor...

Kadınların kötü özelliklerinden biri olarak görülür kıskançlık. "Zayıflık" denir, "Erkeği sıkar" denir, "Aman ha kıskansan bile sakın belli etme!" diye bir sürü uyarı yapılır.

Hastalık derecesinde değilse, aslında kıskançlık bir ilişkinin olmazsa olmaz temellerinden biridir.

Kıskanmak, ilişkiye sahip çıkmaktır. Erkeği kuşatma, onu kimseyle paylaşmama, onu sakınma halidir.

Kıskançlık "onay"dır, "sahiplenme"dir. ilişkinin, sevginin, saygının onaylanması ve sahiplenilmesidir.

Bir erkeği kıskanmıyorsanız, o erkek kendini tam olarak size ait hissetmeyecektir.

Tam tersi, bu, size sahip olduğunu, nasılsa hep orada olacağınızı, istediği kadar "rahat" davranabileceğini, istediği kadar sadakatsiz olabileceğini, istediği zaman istediği saatte evine gelebileceğini, zaten sizin orada onu bekleyeceğinizi bilmesi anlamına gelir. Size gerektiği gibi saygı duymuyor demektir. Bir kere bu türden bir davranış içine girerse artık sizin de kendinize saygınızın kalmayacağı gün gibi ortada.

İşte açık açık söylüyorum; bir erkeği kıskanç kadın değil, kıskanmayan kadın kaçıırır.

Ya "Sıkboğaz etmek" ne demek?

Yani siz "sevgiliniz" olmuş birini kıskanacaksınız, "Şu saatte hâlâ nerede acaba?" diye meraktan kıvranacaksınız, her iş çıkışı bir yerlere takılmasına, tatillere sizden başka insanlarla çıkmasına razı olacaksınız, "Sevgili olalım, hatta evli olalım ama ayrı evlerde oturalım" gibi nedense pek "moda" fikirlere sıcak baktığınıza kendi kendinizi inandıracaksınız... Bu da yetmeyecek, "Gecelik ilişkiler aldatma sayılmaz" yalanını bir sığınak gibi kabulleneceksiniz.

İyice sığının, yakında başka sığınağınız da kalmayacak anlamına gelir bu.

içiniz dile getiremediğiniz sıkıntılarla doluyken güzel cümleler kurup, "mutlu bir ilişki" yaşayacağınıza inanmayın sakın.

Kim inanır bunlara!

Yazık değil mi, kendinize bu kadar eziyet ediyorsunuz? insan kanser olur böyle ilişkilerle.

Söylenmeyen o kadar şey varken o iki kişiyi hiçbir güç bir arada tutamaz. Kendinizi kandırmayın!

"Mutsuzluğumun sebebi ne?" diye durup düşüneceğinize, elinizde kalana razı olup "yalnız olmamak" adına "ilişki sürüyor ruhV'nü başarıyla oynayacağınızı sanıyorsanız, kendinizi çok da uzun süre kandıramayacağınızı bilin.

Siz bütün bunlara inansanız bile beraber olduğunuz insan yolunu değiştirecek, yeni yollara gidecektir. Ama siz artık onun yanında olmayacaksınız.

Böyle hayaller içinde bunalıp kalmak yerine hayatınızı elinize almanın vakti gelmedi mi artık?

Bu kadar kendini kandırmak kişilik bölünmesi yaratır. Aranır durursunuz "Neden mutsuzum?" diye. Sonra da bunu "başarısızlıklarınıza", "ekonomik yetersizliklere", "belki yaşadığınız evden taşınırsanız ya da semtten hatta ülkeden, her şeyin değişeceğine", "işinizdeki problemlerinize" yorarsınız.

Ah, daha ne sayısız "bahane" bulunur mutsuzluk sebepleri olarak.

Ama hepsi boş.

Siz ilişkinize sahip çıkmıyorsunuz. Aslolan budur, istediğiniz güzel bir ilişki olduğunu düşünüyorsunuz ama aslında sadece bir ilişki istiyorsunuz, nasıl olursa olsun.

Size göre bir ilişkiyi yürütememekten daha ağır, bir ilişkinizin olmamasıdır. O yüzden ilişkiyi sürdürebilmek için o kadar çaba harcıyorsunuz ki, normalde size doğru gelmeyen birçok şeyi ilişkinizi sürdürmek adına kabullenmeye başlıyorsunuz. Eğer önemli olan sadece ilişkiyi sürdürebilmek olmasa hoşunuza gitmeyen davranışlarına rağmen o insana sıkı sıkıya tu ummaz, kendinizi kandırmak için bu kadar didinip durmazdınız.

Ama siz her türlü kötü muameleye razı olmanın ilişkiyi sürdürmek için yapılan fedakarlıklar olduğuna inanmayı yeğliyorsunuz.

Razı olduğunuz sürece her şey sizin istediğinizden daha az olacak. Hatta ne kadar razı olursanız hayatınıza o kadar yabancılaşacaksınız.

Üstelik birlikte olduğunuz insanın saygısını da kaybedeceksiniz, beğenisini de...

Razı olmak daha ne çok şeyi kaybetmenize neden oluyor bir bilseniz...

RAZI OLMAYIN!

"Razı olmak" demek seçimi asla sizin yapmamanız demektir. Bir şeyler istediğiniz gibi değildir; ama siz tamamen "kaybetme" korkusuyla, olanla yetinirsiniz.

Hep yetinirsiniz...

Aslında sizi "yanlış kadın" yapan, içinizden geçen ama söylemeye cesaret edemediğiniz cümlelerdir.

Bu söyleyemediğiniz cümleler sizin ilişkiye "razi" olduğunuzu gösterir.

Diyelim ki birlikte olduğunuz erkek sürekli yalanlarını yakaladığınız türde biri... Siz ne kadar affederseniz, yalanları da o kadar devam eder.

Tamam, "affetmeyin" demiyorum elbette, o kadar da kolay bir şey değil bu, ama hiç değilse, "Bak, tek başına kalırsın ortada!" diyerek gözünü iyice bir korkutmakta yarar var.

Ya da diyelim ki sevgiliniz sizi aldatıyor... Siz de çoğunluğun yaptığı gibi "Erkektir, aldatır," diyerek sineye çekiyorsunuz. Bu adam bunu "normal" görüp artık aldatmayı "rutin" haline getirmez mi?

Hele bir yaptıklarına razı olmayın, göreceksiniz o zaman ne kalleşlikleri, ne yalancılıkları, ne de "Erkek adam aldatır" halleri kalıyor.

Hadi sürdürdü diyelim, o zaman da razı olmayıp onu arkanızda bırakacağınız için artık sizi ilgilendirmeyecektir. Zira unutmayın, hamuru bozuk erkekleri ne yapsanız adam edemezsiniz.

Karar sizin.

Bu kadar ümitsiz olmayın. Kendinize güvenin ve razı olmayın yeter. Aslında o zaman mesele kolayca hallolabilir.

Eğer yaşadığınız kötü şeylere kolayca razı oluyorsanız, ilişkiniz için harcadığınız bir "çaba" da yok demektir. Herhangi bir müdahalede bulunmuyorsunuz. Duygu ya da ilgi namına ne veriliyorsa onu almış, beğenseniz de beğenmeseniz de ilişkinize herhangi bir katkıda bulunmamış, tamamen "razi olmuşsunuz".

Sonra da gelsin "mutsuz ilişkiler", "tatminsiz birliktelikler"...

Şunu aklınıza sokun: Her ilişki çaba ister!

Bırakın ilişkinizi, siz kendi hayatınız için çaba harcamıyorsunuz ki...

Dahası hayata karşı söylediğiniz hiçbir sözünüz de yok. Aslına bakarsanız bir ilişkide varlığınızı hissetmek pek mümkün değil. O zaman "iki kişilik bir ilişki" de yok ortada. Yani kaybedilmiş "doğru erkek"ler, "güzel ilişkiler" de yok. Aslında ortada bir "ilişki" yok ki bunlar olsun.

Yaa, hayatınızı ne gereksiz kayıplara üzülerək, aslında peşine bile düşmediğiniz "doğru erkeği" arayarak geçiriyor-muşsunuz meğer...

Kim, nasıl bulsun ki aramadan?...

Siz en iyisi aradığınızı bulamadığınız için kaderinize "razi olun". Zira genellikle insanlar razı olmaya "kader" ismini takarlar...

KENDİNİZE GÜVENİNİZ YOK MU?

Bir kadını "yanlış kadın" yapan şeylerin başında kendine güvenmemesi, kendi değerini bilmemesi gelir.

Erkekler genellikle kendilerini çekip çevirecek kadınlara yönelirler.

Başka türlüünü aradığını söyleyenler olsa olsa henüz hayati kararlar verme aşamasına gelmemiş olanlardır.

Ya da ne istediklerini bilmiyorlardır.

Ama sizin de kendinize güveniniz yoksa, bir erkeğin sizi çekip çevirmesini hayal edeceğinizden, ister doğru ister yanlış olsun onun size söylediklerine boyun eğersiniz.

Aslında bu en baştan ilişkinizde erkeğin rolünü çalmaktır.

Genellikle kendine güvenmeyen kadınlar bir erkekle beraber olmaya başladıkları andan itibaren arkadaş çevresinden uzaklaşırlar. Hal ve tavırları hızla değişmeye başlar.

Aslında yeni hayatlarına, yeni bir insana adapte olmaya çalışıyorlardır.

Ama unutulmuş bir şey var- Bir erkek sizi beğendiğinde "Onu nasılsa değiştiririm," diye daha sonraki halinizi hayal ederek beğenmez. Bunu biz kadınlar yaparız.

Sizi olduğunuz gibi beğenen bir erkekle beraber olmaya başladıktan sonra fena halde ona dönüşmeye başlarsanız kafanız karışır. Ne yeni rolünüze adapte olursunuz ne de geriye dönüp eskisi gibi olabilirsiniz... Bu arada karar veremez hale gelir, kendinizi en ufak meseleyi bile ona danışırken bulursunuz.

Bir yandan da başarısızlık duygusu kaplar içinizi.

Bunlarla boğuşurken aslında erkeğin yavaş yavaş uzaklaştığını fark eder, toparlanmak için kullanacağınız gücünüzü de yine yanlış kararlarla erkeği elinizde tutmaya harcadığınızı görürsünüz.

Cümleleriniz genellikle "Şunu bir atlatalım o zaman daha iyi hissedeceğim kendimi!" olur.

Hissettiğiniz başarısızlık duygusunun ve kendinize duyduğunuz güvenin uçup gitmesinin nedeni olarak "erkeği kaybetme korkunuzu" gösterir, böylece de içinden çıkılmaz bir yanılsamanın içine düşüverirsiniz.

Önce kendinize güvenseniz, kendinizi sizi beğenmiş olan erkek gibi beğenseniz, hayalinizde yarattığınız "Benim şöyle bir insan olmamı ister," düşüncesiyle kendiniz olmaktan uzaklaşmayıp, daha bir dik durmaya başlayabilirsiniz.

Hayatınızı bunca yıl boşa geçirmediniz elbette. Kim bilir size yakışan, sizin siz olmanızı sağlayan ne çok özelliğiniz var. Ama siz bunları görmezden gelir, hiçe sayar, başka biri gibi davranmaya başlarsanız, iki arada bir derede ruh haliniz önce sizin kafanızı sonra da karşınızdaki insaninkini karıştıracığından, ilişkide

çiftlerin birbirine yakınlaşması için gereken zamanı yanlış kullanmış olursunuz, ilişki de kısa zamanda yorulur ve sona erer.

BEKLEMİYİN, HAREKETE GEÇİN!

Her şeyin, her hareketin karşı taraftan gelmesini bekleyen, kendini hep önüne konacakları kabul ederken, her şeye razı olurken bulur.

"Bana telefon etsin", "Beni davet etsin", "Bir ilişkimiz olmasını teklif etsin", "Evlenme teklif etsin", "Evine davet etsin", "Ailesi ile tanıştırmak istesin"...

Beklentilerinizi dile getirmek, harekete geçip gerçekleştirmek yerine habire "teklif beklerseniz, bu beklentilerden habersiz karşı taraf isteklerinize cevap vermediği sürece kendinizi hakarete uğramış hissedersiniz, istenmediğinizi düşünürsünüz.

Bir ilişkinin adının konmasını beklersiniz mesela... "Sevgili miyiz, değil miyiz bilmiyorum!" tipik bir bekleme cümlesidir.

Kadınlar neden beraber oldukları erkeğin ilişkinin mahiyetini belirlemesini isterler ki? Size öğretilmiş kalıpları boş verin, ilişki, iki kişiliktir. Beraberliğin adım kendiniz koymayı denesene! "Sen benim sevgilimsin," deyin mesela.

Bu cümle karşı tarafın da hoşuna gidebilir. Tavrınızı koyduğunuz, istediğiniz ilişki türünü bu kadar net söylediğiniz için sizden daha çok etkilenir hatta.

Beklemek, istediğini söyleyecek kadar kendine güven duymayan, "hayır" cevabını duymaktan korkan insanların davranış biçimidir.

Kadın, isteklerini dile getirdiğinde beraber olduğu erkeğin söyleyeceği cümlelerin olumsuz olacağına o kadar inanır ki, reddedilmemek için, daha duymadığı cümleleri olumlu hale getirmek için sürekli kendini beğendirme çabalarına yoğunlaşır.

O kadar emindir ki "iyi" olmadığından.

Beklemek aslında "onay" beklemektir. Sorumluluktan kaçmaktır. Ne yapacağına, nasıl davranacağına bir başkası karar verdiği sürece sorumluluğun kendinde olmadığına inanmak, aslında kendini kandırmak demektir. Zira sürekli bekler ve ancak birlikte olduğunuz erkek istediğinde hareket ederseniz, bu hiç bitmeyen bir sınava benzemeye başlar. Hep doğru olanı yapmaya çalışırken, o üzerinizden attığınızı zannettiğiniz sorumluluğun çok daha fazlasını omuzlarınızda buluverirsiniz.

Kendi isteklerinizi dile getirmek yerine sürekli başkasının sizin yerinize bunları istemesini beklerseniz, daha çok beklersiniz...

FAZLA HAMARAT OLMAYIN!

Bir erkekle beraberliğinizin devam etmesinin o erkeğin size duyacağı ihtiyacın ölçüsüne bağlı

olduğunu düşünen kadınlardansanız, elbette çok da yanılmış sayılmazsınız.

Ama unuttuğunuz bir şey var, bir kadın ne kadar hamaratsa, erkek de o kadar tembellesin Bir kadın ne kadar becerikliyse, erkek o kadar beceriksizdir.

Hamarat kadınlar hem kendi hayatlarını hem de erkeklerinki öyle bir kontrol altına alırlar ki, yorgunluktan hayatın tadına varacak zamanları ve takatleri kalmaz.

Bir erkeğin hem annesi, hem iş ortağı, hem karısı olan kadınlar aslında kendi hayatları için bir "gerekliklik" yaratma çabası içindedirler.

Ne çok işe yararlırsa o kadar iyi hissederler kendilerini.

Bir erkek böyle bir kadına elbette bağlanır, ama bu daha çok bir eşe ya da sevgiliye bağlanmak yarine, hayatını kolaylaştıran birine "bağımlı" olmaktır.

Hamarat kadınlar bağımlılık yaratırlar.

Ama dozu kaçmış bir bağımlılık, gerçekte sizin yaşamak istediklerinizle, erkeğin ihtiyaçlarını düşünüp, önceden saptayıp yerine getirmek arasında seçim yapmanıza neden olur. Kısa zamanda kendinizi tatminsiz ve fazlasıyla fedakar hissetmeye başlarsınız. Zira sizin becerilerinize kendini teslim etmiş bir erkek teşekkür etmeyi aklına getirmeyecek, hep aynı ilginin devamını isteyeceğinden küçük bir kusurunuzu bile abartacaktır. Bir anneye çocuğunun davranışı nasılsa, -yani bir annenin fedakar, şefkatli olması ve kendinden önce onu düşünmesinin normal görülmesi gibi,- sizin her yaptığınız da doğal olarak "göreviniz" haline gelecektir.

Bu kadar hamarat olmak zararlıdır. Bazı şeyleri "yapamıyorum" demek, en doğru davranış biçimidir.

Siz ne kadar becerikli olmaya çalışırsanız, karşınızdaki bunu o kadar kolaylıkla kabullenecektir. Ne de olsa sorumluluğu üzerinden alacaksınız.

Kendi kendinizin tuzağına düşmeyin.

ERKEĞİN ESKİ SEVGİLİSİNE DİKKAT!

Bir erkeğin sizden önce birlikte olduğu kadınlar erkeğin referansı niteliğindedir.

Bir kadın erkeğin eski sevgilisine bakarak ilişkisine başlamışsa, aslında o erkekle beraber olmak yerine, o kadının yerinde olmayı hayal etmektedir.

Böyle olduğunda da kısa zamanda konuşmaların odağını eski sevgiliyle neler yaşandığı doldurur. Arkasından da o eski sevgiliye benzeme çabalarını başlar.

Bu "yerinde olma" arzusuna bir kılıf gerekir. Ne de olsa tuhaf bir arzu. En uygun kılıf "erkeği kıskanma" düşüncesidir. Bitmiş bir ilişki dahi olsa "bir kadın her zaman kıskançtır" tanımlaması "normal bir kusur" kabul edildiğinden, konuşmaların dönüp dolaşıp eski sevgiliye gelmesi de normal

bir kıskançlık durumu olarak görülür.

Yalnız akıldan çıkarılan ciddi bir nokta vardır, o da o gıpta edilen kadının, erkeğin "eski" sevgilisi olmasıdır. Zaman içinde bu eski sevgiliye "dönüşen", onunla benzer özellikler sergilemeye başlayan kadın da "eskimeye" yüz tutacaktır.

Tabii kendi daha iyi özellikleriyle o eski sevgilinin tercih edilen özelliklerini harmanlamazsa... Belki bu yolla mükemmel bir karma oluşturabilir.

Ama yine unutulmamalı ki, böylece gerçekte "kendiniz" olmayacaksınız.

HAYALLERİN PEŞİNDE KOŞMAYIN!

Aşk romanlarından, aşk filmlerinden hoşlanmayan kadın herhalde çok azdır.

Birçok kadın hayatının filmlerdeki, romanlardaki gibi olmasını arzular. Filmleri izlerken ya da bir roman okurken kahramanlarına aşık olursunuz, yaşadığınız hayatta öyle bir erkek bulmaya, o mutlu sona kavuşmaya çalışırsınız.

Bu aşk önce kendi hayatınızda o erkeği bulmaya çalışmakla başlar. O filmin başrol oyuncusu olan kadın gibi olabilmek için uğraşırsınız. Aynı filmdeki erkek gibi sevecek, onun gibi mutlu edecek, kendinizi iyi hissetmenizi sağlayacak erkeği ararken aslında zaten kendi hayatınızın başrolünde oynadığınızı unutuverirsiniz.

Bu öyle uç noktalara varır ki, illa o beğendiğiniz aktöre ulaşmaya bile çalışabilirsiniz.

Aslında durum yine hazır olanı istemekten başka bir şey değildir. Çaba harcamak yerine hemen olsun, aynısı olsun diye bir fanatik hayrana dönüşürsünüz.

Hiçbir erkek yazılmış bir senaryoda gördüğünüz, beğendiğiniz erkeğin canlandırdığı rolü size sergileyemez. Bu aynı "istediğim erkekte olması gereken özellikler" listesi yapmak gibidir. Siz kusurları görmek istemez, mükemmel bir erkeğin hayalini kurup, arar durursunuz.

Ama öyle biri yok.

BİR ERKEĞE DEĞİL DE BİR DURUMA AŞIK OLMAK

Biz kadınların en çok yaptığımız hatalardan bir erkeğe değil de bir "durum"a aşık olmak, istediğimizin erkek mi ya da yaşadığı hayat mı olduğunu ayırt edebilmek hiç kolay değildir.

Oturduğumuz semtin en yakışıklısı ya da en zengini, çalıştığımız işyerinde patronumuz ya da yöneticimiz, belki de tanıdığımız kadınların en beğendiği erkek, gittiğimiz mekanlarda hep bir adım önde duran kişi, aslında hayatta bizden ve çevresindekilerden önde duran kişi aşık olunacak erkektir.

Bir kadının birlikte olacağı erkek, ailesinin yaşattığı hayattan daha iyisini sunmalıdır ona.

Bir kadının seçtiği erkek arzuladığı hayat biçimini temsil eder. Bu temsiliyeti en iyi yerine getiren erkekle beraber olmak, o hayatı yaşamasını sağlayacak olan kapının da anahtarıdır.

İstenen aslında erkekten çok bir hayat modelidir.

Bir kadın için istediği tarzda böyle bir erkek bulmak zor değildir. Zor olan onunla mutlu olmaktır.

O erkeğe rastlayacağı mekanlara gitmek, görüntüsünü o erkeğin hayat standardına göre değiştirmek, onun nasıl bir kadından hoşlanacağını tahmin ederek ona dönüşmek, o erkekle olmak için yeterlidir.

Birçok kadının kolayca düştüğü bu tuzak, aslında rekabet edeceğiniz çok sayıda kadın olacağı anlamına da gelir. Mükemmel olana ulaşmak için bir mükemmellik yarışıdır başlar...

O zaman etraf gözüne sizinle aynı amaçları taşıyan başkalarıyla dolu görünür. Her kadının sizin gibi ona ulaşmak, sahip olmak istediğini varsayar ve onlardan daha iyi olmaya çalışırken gittikçe onlara benzemeye başlarsınız. Orijinal olmak gelmez de aklınıza, var olanların içinde yükselmeye çalışırsınız.

Bunu yaptıkça da kaybedersiniz.

Bir erkek size istediğiniz hayatı asla vermez. Sizden başka hiç kimse size istediğiniz hayatı veremez. Yine hazır olanı arıyorsunuz demektir. Ama elde edeceğinizi şeyi yine de kendinize uydurmak, belki yama yapmak, ya da kendiniz ona dönüşmek zorunda kalacağınız için mutlu olmak sizin için bir amaca dönüşecek. Zamanınızı asıl keyif alacağınız şeyleri unutup kendinize mutluluk reçeteleri yazarak harcayacaksınız.

Her zaman unutulmuş bir şey vardır, asıl ihtiyaçlarınız maddi değil, duygusal ihtiyaçlarınızdır. Sizi sevecek, şefkat gösterecek, size destek verecek biridir. Kendiniz olmanıza

engel olmayan, övgüsüyle, sevgisiyle size güç veren biridir. Böylece kendinize güveniniz artar ve isteklerinizi birinin hazır olarak önünüze koymasını beklemek yerine, tam istediğiniz gibi olanı birlikte yaratırsınız.

Hayatın tadına işte o zaman doyum olmaz, ilişkiniz de son derece sağlam temellere oturur.

"NASIL İSTERSEN HAYATIM!" DEMEYİN!

"Nasıl istersen hayatım!" cümlesi sıkıcı bir cümledir. Eziklerin, kendine güvenmeyenlerin, fikir sahibi olmayanların, kendini yok sayanların cümlesidir.

Kısa zamanda karşınızdaki de sizi yok saymaya başlar. "Sen bilirsin" ya da "Nasıl istersen" diyeceğinize biraz olsun "Ben böyle istiyorum" deseniz her şey ne güzel olacak bir bilerseniz.

Hayatınızın kontrolünü elinize alın.

Bir erkeği elde etmenin, elde tutmanın o erkeğin isteklerini eksiksiz olarak yerine getirmek olduğunu

düşünenler-denseniz, bu baştan kaybedeceğiniz anlamına gelir.

Kimse kolay olanı istemez.

Erkekler her zaman, her söylediklerini onaylayan, fikrini söyleyemeyen bir kadınla birlikte olmak istemezler.

Eğer sözünüzü söylemeye korkuyorsanız, fikirlerinizin yanlış olabileceği duygunuz varsa, aslında ciddi bir kaybetme korkunuz da var demektir. Sizin bütün derdiniz ilişkiyi riske etmemek.

Sözünüzü söylemezseniz hata da yapmazsınız, hata yapmazsanız ilişkiniz de olduğu gibi sürer gider...

O kadar yanlış bir düşünce ki bu...

Bu, ters giden bir ilişkinin ardından birçok kadının kapıldığı bir korkudur. Hep aynı şeyi yaşayacağını ve tekrar üzüleceğini düşünerek hata yapmamaya çalışırken, aslında "sallabaş" olmak demektir.

EV ÖDEVİ

Nerede yanlış yaptınız?

- Yürümeyen ilişkilerinizde hangi nedenlerle suçlandınız? Madde madde yazın.
- Siz ilişkiden neler beklediniz, gerçekten tatminkar bir ilişki miydi? Bunları da artılar ve eksiler olarak yazın. Mutlu olduğunuz tarafları artılar, sizi mutsuz eden tarafları da eksiler hanesine yazın.
- Sizce bu suçlamalarda karşı tarafın haklı olduğu durumlar nelerdi? Şimdi de bunları yazın.

Yazdıklarınıza, sanki bir başkası yazmış gibi bir daha bakın ve bunları değerlendirin.

Dışarıdan baktığınız zaman her şey gözünüze daha net görünecektir.

4. DERS: "DOĞRU KADIN" OLMAK!

SİHİRLİ DEĞNEK SİZDE

Her taraf keşfedilmeyi, "doğru erkek" ilan edilmeyi bekleyen erkek kaynıyor. Siz hâlâ kalmadı zannedin. Kapanın elinde kalıyor... Bayram yeri gibi ortalık.

Silkinin ve kendinize gelin!

Bütün mesele "doğru erkek" potansiyelini ortaya çıkartabilecek "doğru kadın" olmakta!

Yoksa siz niye bulamayasınız, niye bu erkeklerin hepsi ya "evli" ya da "kapılmış" olsun ki?

Çevrenizdeki erkeklerden birçok defa duymuşsunuzdur, "Bana destek olacak bir kadın arıyorum," derler. "Bana yol gösterecek, hayatıma anlam katacak bir kadın..."

Ne demek istedikleri ortada, değil mi? Ama bunu yapacak kadın olmak yerine "Hazır lop gelsin doğru erkeğim," dersiniz elalemin birer doğru erkeği olur da, siz "Yalnızım ben çok yalnızım, buymuş benim alın yazım," diye mazide kalmış şarkıları temcit pilavı gibi terennüm ederken bulursunuz kendinizi.

Birileri tutmuş, kuşatmış, sarıp sarmalamış, "doğru erkek" yapmış onları!

Yanıdaki kadından ayrı durduğunda belki de artık 'doğru' olmayacak o erkekler, belki de yalnızca birlikte bu kadar iyiler. Belki de o erkeğe bir 'doğru kadın' denk geldi...

Haydi bakalım kolları sıvayın, işe girişin.

Daha kaç tane 'doğru erkek' kaçıracaksınız elinizden?

Ne zaman ne istediğinize karar verirseniz belki de o zaman doğru olanın bir "duruş", hayatın içindeki bir duruş biçimi olduğunu da görebileceksiniz.

KİM DOĞRU, KİM YANLIŞ?

İnsanların "doğru" kişiye dönüşmeleri sadece kişilikleriyle ilgili bir şey değil.

Bu öylesine "zaman"la, "tecrübe"yle, "tatmin olmak"la ilgili bir durum ki...

Zamanla ilgili, çünkü; her şeyin bir doyma, bir "olma" zamanı var. O zaman gelene kadar hiç durmadan biriktiriyoruz. Sonra bu biriktirdiklerimizden oluşan "doğru" ve "yanlışlardan bir "oran" yaratıp, bir "hayat" kuruyoruz.

Bazılarımız için bu zaman kısayken, bazılarımız içinse inanılmaz derecede uzun.

Tecrübeyle ilgili, çünkü; bazılarımız bu geçen zamanda yaşadıklarından ders çıkarır, bazılarımız

gerçeklerden kaçma yolunu seçip, bir türlü çıkarması gereken sonuçlan çıkarmadığı için engebeli yollarda sürdürür hayatını.

Yaşadıklarından ders çıkarmak yerine, "kendi hayatını kurmak" yerine ezbere bir razı oluşla hiç durmadan savrulur gider hayatın içinde...

Tecrübe edinmez, dönüp de kendine bakmaz çünkü.

Tatmin olmakla ilgili, çünkü; insan zamanla kazandığı tecrübeyle kendi yapabileceklerini bilir. Hayallerini aslında kendisinin gerçekleştirdiğini bildiği için onları güzel, tatlı zamanlara dönüştürür.

Hayallerini, kendisi için bir umuda, hayatın tadına, keyifli bir yolculuğa dönüştürür.

O zaman bir doygunluk halinin nasıl bir tadı olabileceğini, beklentilerini yalnızca kendisinin gerçekleştireceğini, şansını yönlendirmenin mümkün olduğunu da bilir.

Ve "hazır" olanı beklemek yerine, onu kendi yapar. Hayatını kendi kurar.

Elbette güzel bir ilişki, sizin nasıl bir tavır içinde olduğunuzla, karşınızdaki kişiyi nasıl sizin için "doğru" hale getirdiğinizle, beklentilerinizin onunkilerle nasıl denk geldiğiyle ilgilidir.

Ne zaman ki karşınızdaki kişiyi korkularıyla, beklentileriyle, sevgileriyle, nefretleriyle görebilecek hale gelirsiniz, işte o zaman birden aslında hiçbirimizin birbirimizden pek de farklı olmadığımızı fark ediverirsiniz.

"Doğru" olmayan "zaman" mı?

Belki henüz hayattan tam olarak ne beklediğinizi bilmiyorsunuz. Belki bir insanın bu bilmediğiniz hayatınızın içinde nasıl bir yerde duracağını da bilmiyorsunuz...

Bilmediğiniz bir hayatta kendinizi tesadüflere bırakmış gidiyorsanız, aslında rüzgâra göre hareket ediyorsanız, kimin "doğru" kimin "yanlış" olduğu biraz birbirine karışmıyor mu sizce de?

KENDİNİZE GÜVENİYOR MUSUNUZ?

• Size yapılan, hoşunuza gitmeyen davranışlara kolaylıkla karşı koyabiliyor musunuz?

Evet

Hayır

Bazen

• Kendi ayaklarınızın üzerinde durabiliyor musunuz?

Evet

Hayır

Bazen

• Hak ettiğiniz davranış biçimine siz mi karar veriyorsunuz?

Evet

Hayır

Bazen

• Kendinizi yeterince değerli hissediyor musunuz?

Evet

Hayır

Bazen

Doğru kadın olmanızın önündeki en büyük engel kendinize güven duymamanızdır.

Bir sonraki sayfaya geçmeden, aşağıdaki sorulara cevap vermeyi deneyin. Ama iyice düşünün ve mümkün olduğunca dürüst olmaya çalışın. Sonra da kendinizi, içinde bulunduğunuz durumu ve yaptığınız hataları daha net görebilmek için okumaya devam edin.

"Doğru kadın" olmak!

"Doğru kadın" olmak zor değil. Kendinizin farkına varın yeter. Kendinize acımayı bir kenara bırakıp, biraz olsun toparlanma vakti gelmedi mi?

Hayat sizin hayatınız.

İyi - kötü, güzel -çirkin, doğru- yanlış ne varsa bunların sizden geldiğini, onları olduğu gibi kabul ettiğinizi, aslında kendinize ne kadar değer veriyorsanız onun karşılığını gördüğünüzü aklınızdan hiç çıkarmayın.

Size yapılan, hoşunuza gitmeyen davranışlara kolaylıkla karşı koyabiliyor musunuz?

Eğer hak etmediğiniz davranışlara boyun eğiyorsanız hata yalnızca sizde.

Demek ki insanların karşısında yeterince dik duramıyorsunuz, demek ki kararları hep başkalarına bırakıyorsunuz, demek ki tek başınıza güçlü olmadığımıza, yanınızdaki insanların sizinle beraber olmaları için bazı şeylere katlanmanız gerektiğine inanıyorsunuz.

Demek ki siz daha tam olarak nasıl bir hayatınızın olmasını istediğinize karar verememişsiniz. Zira asıl formül, kendi hayatınızda istediklerinize ve istemediklerinize karar ver-menizdir. O zaman

hoşunuza gitmeyen davranış biçimlerine arkanızı dönüp gidersiniz, yolunuza devam edersiniz. Çünkü sizin gidecek bir tek yolunuz vardır. Kendi yolunuz...

Nasıl bir hayat yaşamak istediğinizi kendi düşüncelerinizde netleştirebilirseniz, hayallerinizi ona göre kurar, adımlarınızı ona göre atabilirsiniz.

Bu sizin hayatınız. Kimse neler istediğinizi sizden daha iyi bilemez. Önünüze bir sürü yol ayrımı çıkacaktır. Bazen çok cazip olduğunu düşündüğünüz fırsatlarla karşılaşacaksınız, ama asıl düşünmeniz gereken şey sizin yaşamak istediğiniz hayatın nasıl bir hayat olduğudur.

Hep bu soruyu sorun kendinize: "Nasıl bir hayatım olmasını istiyorum?"

Çok özenseniz de, başkalarında gördüğünüz hayatı taklit etmeye çalışmayın. O hayat onların hayatı. Siz isterseniz kendi hayatınızı tam istediğiniz gibi kurabilirsiniz.

Nasıl bir hayat istediğinize bir kere karar verdikten sonra yolunuza çıkan engelleri de aşabilirsiniz. Size istemediğiniz davranış modelini dayattıklarında "hayır" diyebilirsiniz, istediğiniz hayatı öyle sanıldığı gibi hep taviz vererek yaşayabileceğiniz duygusunun nasıl bir yön saptırıcı olduğunu o zaman kolaylıkla görebilirsiniz.

DİK DURUN!

Her insan yanında kendisine destek olacak birini arar. Ama hepimiz tek başımıza kaldığımızda başımızın çaresine bakabildiğimizi de biliriz.

İnsan akli hep tedbir almaya koşulludur. Daha bir şey olmadan olacak şeyin kötü olacağını hissederse buna engel olmak ister. Ama bu tedbir öyle bir yerleşir ki içimize, yaşadığımız ana nasıl kolaylıkla uyum sağlayabilen bir canlı olduğumuzu da unuturuz.

Tedbir tedbir derken tedirginlik içine gömülür, hayatımızı yaşayamayız. Oysa zamanı gelince nasıl olsa üstesinden gelebileceğimiz durumlardır bunlar. Paranoyaya ne gerek var ki!

"Sevgilim beni terk ederse ölürüm," deriz birçoğumuz, ama terk edildiğimizde birkaç gün üzülür, sonra kaldığımız yerden, daha da güçlenmiş olarak yolumuza devam ederiz.

Bunu aklında tutan, ilişkisinde bir şeyler yanlış gittiğinde yalnızlığı korkutucu bir durum olarak görmeyeceği için yanlış giden şeylere sessiz kalmak yerine gerekirse o kişiden yolunu ayırabileceğini bilir, kendine güvenir.

Sizin kendi ayaklarınız üzerinde durabileceğinizi bilmeniz, beğenmediğiniz, ilişkinizin yolunda gitmediği durumlarda istediğiniz tavır gösterebilmenizi sağlayacaktır.

Sizi aldatan sevgilinizi kaybetmemek için aldatıldığınızı görmezden gelmezsiniz örneğin. Ya da birlikte olduğunuz erkek size gerilim dolu zamanlar yaşatıyorsa, aslında böyle bir gerginliği yaşamak zorunda olmadığınızı bilirsiniz.

Sizin razı olmadığınız her durum ilişkinize ve beraber olduğunuz erkeğin yanlış yaptığı şeyleri düzeltmesine yardım edecektir.

İşte o zaman yaşadığınız ilişkinin iki kişilik bir ilişki olduğunu açıkça görebilirsiniz. Herkes kendi ayakları üzerinde dimdik durursa o ilişkinin önünde hiçbir engel duramaz. Böylece ilişkinizle boğuşmak yerine, tadını çıkarmaya başlarsınız.

KENDİNİZE DEĞER VERİYOR MUSUNUZ?

Hayatın içinde sahip olduğunuz yerin değeri ne? Hak ettiğiniz davranış biçimine siz mi karar veriyorsunuz?

Hayatınızı düşünün, yaşadığınız yıllar boyunca üstesinden geldiğiniz zorlukları, yolunuza nasıl devam ettiğinizi düşünün.

Şimdi de bu hayata bir değer biçin.

Bütün yaşadığınız yıllara, bütün uğraşlarınıza, kendinize...

Sahip olduğunuz yere bir değer biçin.

Alçakgönüllü olmayın, hak ettiğiniz şeyleri, elinizdekileri elde etmek için harcadığımız zamanı, bilginizi, birikiminizi de katın hesaba.

Bütün bu yıllar kolay geçmedi.

O zaman hayatınızın değerini bilin ve onu koruyun.

Bütün bunların değerini yalnızca siz bilebilirsiniz. Kimsenin hayatınıza biçeceği değer, "doğru değer" olamayacaktır. Ne de olsa bu hayat sizin. Neleri başardığınızı, nelerin üstesinden geldiğinizi, bu yaşınıza nasıl geldiğinizi bir başkası nereden bilebilir?

Eğer kendi hesabınızı yapmaz da başkalarının vereceği değeri kabul ederseniz, hayatınıza boşa yaşanmış yıllar diye bakıyorsunuz demektir. Ama emin olun hiçbir dakikanız aslında boşa geçmedi. Siz hayatınızı hiçe sayarsanız, başkalarının size değer vermesini de beklemeyin.

Sahip olduğunuz yerin değerine sadece siz karar verirsiniz. Bilin ki karşınızdaki kişi de bunu sizden öğrenecek. Eğer hak etmediğiniz davranışlara çok sık maruz kaldığınızı düşünüyorsanız, bilin ki genellikle kendinize pek az değer verdiniz içindir bu.

Kendinize gelin.

VÜCUT ÖLÇÜLERİ

Bir kadının 90-60-90 ölçülerinde olması o kadını güzel yapmaz. Çekici hiç yapmaz. Hele doğru erkeği bulmasına hiç mi hiç yardımcı dokunmaz.

Önemli olan tavrınızdır. Duruşunuzdur. Gerisi kolayca "tüketilebilir".

Son derece "mükemmel" ölçülere ya da güzel bir yüze, şahane bir bedene sahip olabilirsiniz. Eğer o görüntüyü kendinden emin olmayan bir ruh haliyle taşıyorsanız, sizin değil, olsa olsa vücudunuzun farkına varacaklardır. Sizi belki güzel bulabilirler ama siz onların gözünde bir süsten ibaret olduğunuz duygusunu çok kısa zamanda yaşamaya başlarsınız.

İnsan bir bütündür. Sadece bir görüntüden ibaret değildir.

Kendinize verdiğiniz değer asla vücüt ölçülerinizle, güzel ya da çirkin olmakla ilgili değildir.

Önemli olan kendinizi kimseyle kıyaslamadan değerli görebilmektir.

Bu, kendi "ölçülerinizi" yaratmak demektir. Vücut ölçülerinizden bahsetmiyorum elbette.

Kendinize değer vermiyorsanız, istediğiniz hayatı bir türlü yaşayamıyorsanız, kendinize uygun, en "doğru" erkeği bulamıyorsanız sorun asla vücut ölçülerinizin mükemmel olmasıyla çözülecek türden değildir.

Önemli olan seksi olmak da değildir. Bütün mesele sahip olduğunuz değerlerin farkına varmanızdır.

Çoğumuz kendimizi görüntümüzle değerlendirir, başkalarının görüntüleriyle kıyaslar, mükemmelliği herkese göre değişen ölçülerden bir ortalama belirleyip kendimizi bir sıralamaya sokarız.

O zaman tek düşündüğümüz ne kadar sıradan biri olduğumuzdur. Bizden başka herkes mükemmel yaratılmış sanki, ama sıra bize gelince bütün kusurlar bizde toplanmış gibi gelir her zaman.

Şu kendimizde kusur bulma zaafımız yok mu? İyi taraflarımızı bir türlü göremeyiz. Kim bilir ne çok olumlu özelliğimiz var!

Kaç kişinin size bakarak olumlu özelliklerinizi düşündüğünü tahmin edebilir misiniz? Belki size de sayısız defa söylendi bu. Ama siz genel geçer "mükemmellik ölçülerine" o kadar kafayı takmışsınız ki bunları duymuyorsunuz bile.

Kendinin farkına varmamış herkes kendini başkalarının gözünde kusurlu görecektir, unutmayın.

DAHA FAZLASINI İSTEYİN! ÇEKİNMEYİN!

Kendinize neyi layık görüyorsanız, onu yaşarsınız.

Güzel şeyleri ertelerseniz, "Daha zamanı değil," dersanız, onlara ulaşabilmek için daha çok çalışmanız gerektiğini düşünürseniz, siz daha çok beklersiniz.

Önce "Siz ne istiyorsunuz?", sonra "Ne buldunuz ve razı oldunuz?", bunları bir düşünün...

Bir şeye "razı olmak", hep daha "azını" getirir.

Ah iyi olan şeyleri herkes kadar hak ettiğinize bir inansanız...

Kim soktu bunları kafanıza? Yürümeyen ilişkiler mi?

Ama işte söylüyorum; ilişkilerin yürümemesinin nedeni sizin o ilişkiden herhangi bir beklentinizi dile getirmemiş olmanız, böylece de ilişkiye herhangi bir katkıda bulunmamanız. "Nasıl istersen"den başka cümle kurmamanız. Hayatınızı kurmamanız...

Siz hayatınızı kurmadığınız, başkalarının sizin için o hayatı kurmasını beklediğiniz sürece hiçbir şey istediğiniz gibi olmayacak.

Neyi hak ettiğinizi düşünüyorsanız çekinmeden söyleyin. Daha fazlasını isteyin. Niye yetinecektiğiniz ki?

"Benim ne eksikim var canım!" demeyin sakın! Bu cümle söyleye söyleye "Ben eksikim"e dönüşür. Önünüzde hedefler olduğunu, ulaşmaya çalıştığınız şeyin aslında önünüzde engel olarak durduğunu gösterir.

Başkalarının elde ettiklerine, hayat tarzlarına, sahip olduklarına bakarak istekte bulunmayın. Herkesin kendi için istediği bir hayat vardır. Daha azı yetmez, mutsuz eder. Daha çoğu da belki uymaz, yine mutsuz eder.

Hayatınızın oranını kendiniz bulacaksınız.

Eğer bir şeylerden memnun değilseniz bilin ki siz öyle olmasını kabullenmişsiniz. Yoksa harekete geçer, daha iyisini yaparsınız. Ama önce çekinmeden istemek gerekir.

Siz istemediğiniz sürece hiçbir şey önünüze hazır gelmeyecek. Hem etrafınız medyumlarla mı çevrili, nerden bilsinler ne istediğinizi?

Unutmayın, bir erkekle ilişkinizde mutsuz oluyorsanız, daha iyisini isteyerek bunu değiştirebilirsiniz. Onu olduğu gibi kabullenmek ilişkinizin sürmesini sağlasa da ya bu ilişki pek fazla sürmez ya da istediğiniz gibi mutlu olamazsınız.

Tabii kendinize layık gördüğünüz mutluluk ölçünüz bununla sınırlı değilse...

Hayatınız için doğru isteklerde bulunmadığınız sürece sizin için "doğru erkek" de olmayacak.

Kendinize ne kadar değer veriyorsanız, işte o kadar istersiniz.

Şöyle demeyi deneyin: "Ben benim ve iyi ki de böyleyim!.."

CESARETİNİZ VAR MI?

Hayata bakın, değerinizi anlayın.

Kadınlar olmasa nasıl bir hayat olacaktı? Erkeklerle kendinizi karşılaştırdığınızda neden hep onlar

üste çıkıyor?

Uzun zamanın söylevleri bu hale getirdi sizi. Bunu "öğrendiniz".

Kendiniz karar vermediniz.

Kendi gücünüzün ölçüsünü başkalarının değerlendirmesine ne kadar bırakırsanız, göreceksiniz ki hep olduğundan az söylenecektir.

SORMAK; eleştiriye açmak demektir.

Yara almaya hazır olmak demektir.

"Kendimi bilmiyorum, bana sen söyle," demektir.

Söylenecek her şeye razı olacağınız anlamına gelecektir.

Buna hazır mısınız?

Ama kendinizi eğrisiyle doğrusuyla kabul ederseniz, kusurlarınız yüzünden başınıza bir şey geldiğinde üzüleceğiniz, sizi bu kusurlar yüzünden yalnız bırakan kişinin asıl korkak olduğunu düşünebilirsiniz.

Ya da belki çaba harcayacak zamanı olmadığı için ona kızmazsınız. Belki o da sizinle yaşayacakları için kendine pek güvenmiyor. Ama siz dik dursanız, ona da kendine güvenmesini sağlayacak bir model oluşturabilirsiniz.

'Kadın', "Erkeğim benim avucumdadır!" der kendine güvenle; 'kız', "Beni koruyacak bir erkeğe ihtiyacım var!" der en zayıf sesiyle.

Cesareti olan, istediği her zorlukla baş edebilir. Cesareti olan hayatını istediği gibi yaşayabilir.

Yok eğer istediğiniz gibi bir hayatı yaşayamıyorsanız, biraz durup soluklanmakta, iyi bir değerlendirme yapmakta yarar vardır.

Bakalım nasıl zaafar içine düşmüşsünüz. Yeter ki zaafarınızın farkına varın ve "Evet, zaafarımı seviyorum, bilerek, isteyerek yaşıyorum her yaşadığımı," deyin.

İşte asıl o zaman mutlu olacaksınız.

Bütün bunlardan sonra gerçekten bir erkeğin korumasına ya da herhangi birinin size ne yapmanız gerektiğini söylemesine ihtiyacınız varsa, olsa olsa kolaya kaçmak istiyorsunuzdur.

Bir kadın kendi gücünün farkındadır, ama hayatınızı küçük bir kız gibi yaşamak istiyorsanız, size kendi doğrularını dayatan bir veliyi de gönüllü olarak kendiniz tayin etmişsiniz demektir.

Hiç boşuna yakınmayın.

ÇEKİM ODAĞI OLMAK!

Kendini bulma cesaretini gösteren, çemberin merkezine yerleşir.

En merkezi yaratıcı cümle de şudur: "Evet, kusurlarım var, senin de var. Ama ben kusurlarımı biliyorum ve bu kendimi sevmeme engel değil. Senin için de engel olmamalı."

Kendinizin farkına varın!

Her şey zeka ve kendine en yüksek değeri biçme üzerine kuruludur. Kimse kendiniz farkına varmadığınız sürece size "doğru" değeri biçemez, sizin için de "doğru erkek" olamaz. Çünkü önce sizin "doğru" olmanız, dik durmanız gerekiyor.

Siz ne kadar dik durur, kendiniz olursanız, o kadar çekim odağı haline gelirsiniz. Biraz cesaret.

Sizin hissettiklerinizi emin olun ki başka birçok insan hissediyor, ister kadın ister erkek. Hepimiz aynı hayatı yaşıyoruz.

Uzaydan gelmedik ya?

Kimse o kadar da olağanüstü duygular yaşamıyor. Hepimiz kendimize siper edeceğimiz daha güçlü birilerinin arkasına sığınıyoruz.

Güven arıyoruz.

Ama güven arayışı için maalesef yanlış deliklere saklanıyoruz.

Bu hakikaten saklanmak. Kendi duruşunu takınmak, dik durmak zor geliyor. Kendinizde güvenilebileceğiniz değerler bulmak için arayışa girmek demek, belki de görmek istemeyeceğimiz sayısız anıyla, yaşanmış olaylarla yüzleşmek demek.

Belki de baş edememekten korktuğunuz bu yüzleşmeden kaçırıyorsunuz.

Baş etmek zorunda değilsiniz, üstesinden gelmeniz de gerekmiyor, sadece onların sizin bir parçanız olduğunu bilin. Onları "evcilleştirin"...

Ne zaman ki bu yüzleşmeyi yapacaksınız, kendinizde kötü bulduğunuz şeyleri de oldukları gibi göreceksiniz, işte o zaman bir bütün haline geleceksiniz.

O zaman: "Kendimi seviyorum!" diyeceksiniz. Sizi sevmeyen ölsün.

MÜKEMMEL NEDİR?

Unutmayın, zaafı olan yalnızca siz değilsiniz. Siz ilişkilerinizde kendinizi bu kadar "Beni beğeniyor mu, beni seviyor mu, benimle evlenir mi, benimle hayat boyu (ara sıra aldatarak da olsa) beraber olur mu?" kaygılarıyla boğmasanız, adamın da şefkat, güven, ait olma duygularıyla

kıvrılarak kucağınıza başını yaslayabilmek için nasıl can attığını görebilirsiniz.

Doğru erkeğinizin de sizden farklı duyguları olduğunu sanmayın.

Hiç aklınızdan çıkarmayın; sormak, yara almaya açık olmak demektir.

"Beni beğeniyor mu acaba?" demek, kendinizi bir beğendirme yarışına sokmak demektir.

"Benimle evlenir mi?" demek, "O isterse seçer," demektir.

Yani siz karar vermekten fena halde kaçırıyorsunuz. Karar verecek cesaretiniz yok. Peki ama niye "Onun da aklından belki aynı sorular geçiyordur," diye düşünmüyorsunuz?

Çünkü sizden başka herkes, özellikle de hayran olunan, sevilen insan "mükemmel"miş gibi bir yanılsama en sık yaşanan durumlardandır.

Hepimiz çevremizde kendimizde olmasını istediğimiz özelliklere sahip insanlardan bir genel insan modeli yaratırız. Aslında bu tek bir kişi değildir. Birçok insanın karışımıdır. Mesela kendimiz için çevremizdeki kadınlarda beğendiğimiz özelliklerden "olmayı istediğimiz mükemmellik" ölçüsü belirler, bize uysa da uymasa da ona dönüşmek, o kalıba girebilmek uğruna aslımızı unuturuz.

Ya da çeşitli erkekler vardır çevremizde, bazı özelliklerinin toplamından birlikte olmak istediğimiz erkek modelini yaratırız.

Hep duymuşsunuzdur çevrenizden, "Şu erkeğin busu, bu erkeğin susu..." diye sayılır, bu özellikler neden tek bir erkekte toplanmamış diye lanet okunup, bir "toplam"ın peşine düşülür.

Sanki bu mümkün olabilirmiş, böyle bir "toplam erkek" varmış gibi.

Ne zaman bunun mümkün olmadığını farkına varacaksınız, ne zaman ki iyi ve kötünün, doğru ve yanlışın, güzel ve çirkinin bir oranı olduğunu fark edeceksiniz, mükemmel denen şeyin işte o oran olduğunu da anlayacaksınız.

Hayatın oranını en sevdiğiniz çikolata gibi düşünün. Sütünün biraz fazla olması ya da kakaonun eksik katılması tadının sevdiğiniz tadın dışına çıkmasına, artık onu sevmemenize neden olur. Hayatınızı da öyle hayal edin. Ama unutmayın, bir sürü çikolatanın arasından sizin özellikle sevdiğiniz bir çeşit vardır, diğerlerini istemezsiniz. O güzel olan şey zevkinize uygun "kıvam"dır. Mükemmellik işte o kıvamı fark etmektir.

Hayatınızın bir kıvamı var, herkesin kendine göre olduğu gibi.

Kusurlar da, güzel taraflar da olmalı ki, ne şekerden içiniz bayılacak gibi olsun ne de acılığın yakının.

Aynen şu cümleyi sesli olarak kurun: "Evet, kusurlarımla, iyi taraflarımla öyle güzel bir karşımım var ki, benden şahane bir çikolata olur, mükemmelim."

EV ÖDEVİ:

Nasıl bir hayatınız olsun istersiniz?

- Yaşadığınız hayattan memnun musunuz? Hayatınızda en çok sevdiğiniz şeyleri yazın.
- Şimdi de hayatınızda hiç memnun olmadığınız, sevmediğiniz, hoşunuza gitmeyen şeyleri yazın.
- Sevdiğiniz ve sevmediğiniz şeylere bakarak hayatınıza dair bir muhasebe yapın ve beğenmediğiniz şıkların değişip değişmeyeceğini, en kolay nasıl değişebileceklerini, bunun için en kısa yoldan ne yapabileceğinizi yazın.
- Bunları değiştirmeye tek başınıza gücünüz yetmez mi? Kendi başınıza hemen değiştirebileceklerinizi yazın o zaman.

Hayatınızda beğendiğiniz ve beğenmediğiniz tarafları saptamanız, onları değiştirmeye başlamanızın da ilk adımıdır. Küçük değişiklikler de daha büyükleri için cesaret kazanmanızı sağlayacaktır.

Bunu yazılı bir eylem planı olarak kabul edin ve hemen uygulamaya başlayın.

Bunu uygularken sizin için doğru bir beraberliğin nasıl olması gerektiğini de fark edeceksiniz.

Nasıl bir ilişki istiyorsanız öyle olsun.

Mesela "bağımlı" bir ilişkiye ihtiyaç duyabilirsiniz, bunu yaşayabilirsiniz de ama farkında olarak ve ne istediğinizi, ne yaptığınızı kendinize karşı savunacak cesaretle...

Bir şeylerin arkasına saklanıp, bir yandan yakınlık, diğer yandan başınız önünüze eğik, mutlu bir mecburiyetle değil. "Bunu istedim, bunu aldım," diye iç huzurunuzla göğsünüzü gererek.

İstekleriniz, ihtiyaçlarınız, beğenileriniz, hayat tarzınız, ayakta duruş biçiminizle, size öğretildiği gibi değil, kendi kendinizden öğrendiğiniz gibi, canınızın çektiği gibi...

Normal olan sizsiniz. Siz nasıl istiyorsanız hayatınız da, ilişkiniz de öyle olsun.

5. DERS: DOĞRU ERKEK KİMDİR?

"DOĞRU" KİME GÖRE DOĞRU?

Doğru erkeği bulmak size bağlı.

"Doğru kadın olun, doğru erkeği siz kapın!" günü bugün...

Zira kapanın elinde kalıyor...

Öyle "Buldum, bitti. Oh, hayat ne rahat..." halleri yok yani...

Kendiniz için ne aradığınızı, nasıl bir sevgiliye ihtiyacınız olduğunu, kimin size gerçekten iyi geleceğini sizden daha iyi kimse bilemez.

Ama bunu bilmek, dahası açık açık görebilmek, öyle söylendiği kadar kolay bir şey de değildir.

Önünüzde sayısız engel var.

Toplumsal kabul görme arzunuz, yalnızlığınızı acilen en âlâsından bir erkekle paylaşma, "herkes gibi olma" ihtiyacınız, mutluluğu yüzünden okunan bir arkadaşıınız, seyrettiğiniz bir film...

Daha çok var...

Herkes gibi olmak demek, insanların size "onay" vermesi demektir. Asıl istediğiniz kendinizi eksik hissetmekten kurtulup, "normal" kabul edilen çoğunluğun arasına karışma arzusudur.

Önünüzdeki asıl engel de budur.

Bu 'onay alma' ihtiyacı nasıl mı engel oluyor size?

Öncelikle, yaşadığınız hayat sizin hayatınız.

Kimseninkine benzemeyen, tek tip olmayan bir yaşantının içinde, size ait ihtiyaçların olduğu, cevaplarını sadece sizin bulacağınız sorularla örölmüş, yaşanmış ama diğer yandan modayla, medyayla, sistem tarafından tektipleştirilmeye çalışılan bir hayat.

Çık içinden çıkabilirsen...

Bunların arasından ne kadar sıyrılabilirseniz, sizden olmanızı istedikleri kişi olmak yerine ne kadar kendinizi bulabilirseniz, dahası kendinizi 'yaratabilirseniz', aradığınızı, mükemmel, aslında 'tam size göre' olan erkeği de o kadar kısa zamanda bulacaksınız demektir.

Kendi "doğru" erkeğinizi...

3 YANLIŞ 1 DOĞRUYU GÖTÜRMEZ!

"Mükemmel erkek", yani masalların 'beyaz atlı prens'i aslında sizin sevdiğiniz "herhangi bir erkektir".

Bir eksik, iki fazla, ama tam size göre.

Belki sizin prensinizin atı yoktur, belki de atı vardır ama beyaz değildir de siyahtır ya da adam prens değildir.

Belki prenstir ama kısa boylu bir prenstir.

Belki topraklarını kaybetmiş ya da hiç toprak sahibi olmamış bir prenstir. Ama prens potansiyeli taşıyordur.

Burada 3 yanlış 1 doğruyu götürmez. Bazen o 1 doğru tam size denk gelendir. Tam aradığınızdır. "iki yanlıştan bir şey olmaz!" der geçersiniz. Nasılsa siz istedikten sonra onu vezir de edersiniz prens de...

Ama dikkatli olun, bazen de tek bir yanlış tüm doğruları siliverir.

Yoksa siz hâlâ kendinizi mükemmel hissetmiyor musunuz? Onca şey yazdım. Hâlâ dört dörtlük bir ini aramayın ne olur! "Oran" denen şeyi, hayatın oranını, bir insanın oranını hiç aklınızdan çıkarmayın.

Zaten akıllı bir kadın, prens gibi yakışıklı birini bulsa bile onu biraz deforme edebilmek için bolca börek çörek ve tatlılar yedirmek yoluyla gözlerden uzak hale getirmelidir. E, "koca" olacak erkeğin de bir oranı vardır elbette. O da biraz tombul olmalı, değil mi?

O kadar uğraşıp yemekler yapacağınıza baştan tombuluna da razı olabilirsiniz mesela. Sorana yine "Ben yaptım," diye övünürsünüz.

Hayatınızı gözden geçirin:

- Neler yaşıyorsunuz?
- Ne kadarını gerçekten istediğiniz için yaşıyorsunuz?
- Çevrenizdeki insanların ne düşündüğü sizin için çok mu önemli?
- İçinizden geçeni yüksek sesle söyleyebiliyor musunuz?
- En önemlisi de ne istediğinizi biliyor musunuz?

Bu sorulara cevap verdikten sonra, kendiniz için mükemmel olabilecek insanı da rahatlıkla kalabalıkların içinde bulabilirsiniz. Belki de en tombulundan, en kısa boylusundan, en tipi bozuk olanından...

Belki de siz böyle bir erkeğin yanında olduğunuzdan bin kat daha güzel görünebileceksiniz. Hem de bu erkek size deli gibi aşık olacak. Bir yastıkta kocayıp, sıra sıra kendinize benzeyen çocuklar yapacaksınız, çok ama çok mutlu olacaksınız.

Ne mutlu size!

Aslında, kadın ya da erkek, hepimizin istediği şey, bizi doğru ve yanlışlarımızla sevecek, şefkatle kucaklayacak, hayatın içindeki duruşumuza onay verecek bir insandır.

Gerisi hakikaten hayatımızda aksesuar görevi görmekten, kendimizi küçük şımartmalarla eğlendirmekten başka bir şey değil.

Olsa da olur, olmasa da.

Kendisi için en doğru insanı bulup hayatı birlikte yaşamaya başlayınca daha bir keyifle sarılıyor insan her şeye.

Amaç, "Önce başarılı olup sonra da mutlu olacağım!" düşleri yerine "Önce mutlu olayım, o zaman nasılsa başarılı olacağım" haline dönüşüyor.

Başka türlüünü söyleyenin hayatına bir bakın, her şey yolunda mı, yoksa kendini mi kandırıyor?

Bunların hepsi 'doğru erkeği' bulmanız için düşünmeniz gereken şeyler.

Zira siz daha ne istediğinizi tam olarak bilmezken, bulduğunuz ya da elinizden kaçırdığınız erkeğin 'doğru' mu, 'yanlış' mı olduğunu nereden bileceksiniz?

O çevrenizde gördüğünüz ya da "kapılmış" dediğiniz 'doğru erkek'ler kafalarını kullanan kadınların yanında rahatça uzanmış, televizyon seyredip çekirdek çitliyor. Tatile gidip, geleceklerinin nasıl güzel olacağını hayallerini kuruyorlar.

Bu söylediklerimi yapmayanlar varsa, hâlâ gözleri fıldır fıldır dışarıda, kendilerine "doğru kadın" arıyorlarsa, zaten kendileri de yaşadıkları ilişkide 'doğru erkek' değiller.

"Doğru erkeği" nasıl "en mükemmel erkek" haline getireceğinizi, gözünü nasıl dışarıdaki potansiyel 'doğru kadın' tercihlerinden uzak tutacağınızı öğrenmek için derslerimiz devam ediyor...

ADAM ETMEYE DEĞECEK ERKEĞİN ÖZELLİKLERİ

Hadi bakalım, artık kendimize güvenimiz tam, ne istediğimizi de biliyoruz. Ama yine de öyle her erkek kolay kolay "adam edilmiyor", "mükemmel erkek" olmuyor.

Peki hangi erkek, üzerinde çalışırsanız, tam size göre olacak?

Hangi erkek "adam etmeye" değer?

- Küçük bir problemle karşılaşınca kaçıp gitmeyen erkek.
- Size, sorunlarınız, hayatınız, beklentilerinizle ilgili destek olan erkek.
- Ailenizden, arkadaşlarınızdan köşe bucak kaçmayan erkek.

- Gelecek planlarınızdan konuşurken "işim var, gitmem lazım!" deyip, ortadan günlerce kaybolmayan, "Benim üstüme fazla gelme!" sinyalleri vermeye çalışmayan erkek.
- "Herkes kendi hayatını yaşasın, birbirimizi sıkboğaz etmeyelim, sen kendi evinde, ben kendi evimde yaşayayım!" cümleleri kurmayan, tam tersine yanınıza koşarak gelip üzülerek ayrılan erkek.
- "Kıskanç kadınlara hiç dayanmam!" demek, "Kıskanacağın çok kadın olacak!" demektir. "Doğru erkek" siz kıskandığınızda, kendini size daha yakın hissedenden erkektir.
- "Doğru erkek", sizi bütün kusurlarınızla seven, sizin de zaaflarıyla, kusurlarıyla sevdiğiniz erkektir.

Başkasına nasıl görüldüğü kimin umurunda? Birbirinize "iyi" geliyorsanız, "denk geldik" türünde cümleler kuruyorsanız, hemen o erkeğin üzerinde çalışmaya başlamalısınız.

Gerisini de unutun gitsin...

EV ÖDEVİ:

Karşıınızdaki "doğru erkek" mi?

- İhtiyacınız olduğu hangi zamanlarda yanınızdıydı? Maddeler halinde yazın.
- İhtiyacınız olup da yanınızdı olmadığı zamanlarda hangi nedenleri ileri sürdü? Şimdi de bunları maddeler halinde yazın.
- Gelecek ile ilgili birlikte plan yaparken nelerden bahsediyorsunuz?
- Bu planları yaparken konuşmak istediğiniz, ama dile getirmeye korktuğunuz ne gibi şeyler var ve neden bunları dile getiremiyorsunuz? (Örneğin, "Ne zaman evleneceğiz?" diye sormak istiyorum, ama kaçıp gitmesinden korkuyorum.)

Bu soruların cevapları yüzünüzü güldürecek, mutluluğünüzü bir kez daha hissetmenize neden olacak türdence sorun yok elbette. Sizin adınıza sevindim. Mutluluğunuz daimi olsun.

Ama eğer bir erkek, gerçekten ihtiyacınız olduğunu düşündüğünüz zamanlarda size destek olmak için yanınızdı değilse, durup düşünmekte yarar vardır. Ama bu durumlarda onun ne gibi nedenleri olduğu ve bunları dürüstçe dile getirip getirmediği de bir o kadar önemli olabilir.

Belki de siz ihtiyacınız olduğunu yeterince belli edemediniz, belki haberi bile olmadı. Bunu da düşünün.

Gelecekle ilgili planları birlikte yapamıyorsanız, bunlar sizin kendi kendinize kurduğunuz hayaller olarak kalıyorsa ve asla dile getir emiyor s anız da, ortada ciddi bir sorun var demektir.

Ama bu durumda da yine önce kendinize dönüp bakmanızda yarar var. Belki de bu planları birlikte yapmaya siz korkuyorsunuz, böyle yaparsanız erkeğin kaçıp gideceğine koşullamışsınız kendinizi.

Bu soruların cevaplarını yazdıktan sonra, önce kendi eksik bıraktıklarınız üzerine düşünün. Üzerinize düşenleri tam olarak yaptığınıza ikna olursanız, karşınızdaki erkekte istediğiniz kadar kusur bulabilirsiniz.

Eğer sonuçtan memnun değilseniz, ilişkinizi tekrar değerlendirmenizde yarar var. Belki hâlâ o erkeği adam edebilirsiniz.

6. DERS: "DOĞRU ERKEĞİ" BULDUNUZ, PEKİ NASIL ELİNİZDE TUTACAKSINIZ?

PRENSES NE İSTEDİĞİNİ BİLİYOR MU?

"Doğru erkeği" buldunuz, doğru ilişkiyi de kurdunuz, bravo... Peki şimdi ne olacak?

Nasıl bir ilişki istiyorsunuz?

"Nasıl olursa olsun, bir ilişkim oldu ya yeter bana," mı diyorsunuz hâlâ?

O zaman hiç şansınız yok!

"Doğru erkeği" ya da nam-ı diğer "beyaz atlı prens"le ömür boyu mutluluk... Sadece masallarda mı olur bu tür aşklar, ilişkiler?...

Aslında masallarda gözden kaçan önemli bir şey vardır. O da illa bir prenses ve prensin olması ve prensesin de mutlaka prensle evlenmesi.

Yani prenses kafaya koymuş prensini bulmayı. Pek bir kararlı.

Bence meselenin özü, prensesin ne istediğini bilmesi...

Tamam, "doğru erkeği" buldunuz ya da bulduğunuz "herhangi bir erkeği" kendiniz için "doğru erkek" yaptınız...

E, şimdi ne olacak?

"DOĞRU ERKEĞİ" BULDUNUZ!

- Ne yapacaksınız onunla?
- Her gün mutlulukla, heyecanla, kalp çarpıntılarıyla mı geçecek? Yoksa ne?

MAL, MÜLK...

Masallar hep kırk gün, kırk gece süren düğünlerle biter. Sonrası muallak.

Belki de hayal ettiğiniz gibi değil devamı, "ilerde çocukları falan oluyor, mutlu mutlu yaşıyorlardır," deriz kendi kendimize...

Ama işte bir örnek, Pamuk Prenses doğduktan sonra annesi ölmüş mesela. Kral yapayalnız kalmış meğer. Tek başına kız çocuk büyütmüş zavallı. Yani onların hayatları da güllük gülistanlık değilmiş.

Lafi uzatmayayım. Mesele prensi bulmak, onunla evlenmekle bitmiyor. Nasıl bir hayat istediğinizi de düşünüp planlamanız gerekiyor.

İnsan hayatın ritmine kendini kaptırıp gidiyor her zaman.

"Bir kocam olsun!"

Oldu.

"Bir evimiz olsun!"

O da oldu.

"Çocuk çocuk da olsun!"

İyi, o da oldu.

"Arabamız yok!"

Al sana araba.

"Ev ne olacak?"

Tamam, al. Evin de oldu...

Eee?...

Gördüğünüz gibi iste iste bitmiyor.

"İsteyin, çekinmeyin," derken bundan bahsetmiyordum..

"DOĞRU ERKEK" YOLCU...

Asıl ihtiyacından fazlasını istemeye, mal mülk edinme derdine düştü mü insan, kendini hayata iyice kaptırmış demektir.

Tamam elbette güvence müvence ama asıl ihtiyacınız olan şey bunları birlikte yapacağınız bir 'doğru erkek' değil miydi?

Hani mutlu olmak istiyordunuz?

"iyi de zaten mutluluk bu!" diyorsanız, bir erkek bunları birlikte yapacağı kadını her zaman bulabilir. Yani "doğru erkek" yolcu.

Başkasına kaptırdınız çoktan onu.

"Mutlu bir ilişki" dediğin şey nedir ki?

• Haftada hiç değilse bir gün dışarıda yemek, baş başa, mum ışığı, romantik bir ortam...

İnsanlar yeni tanıştıklarında yapıyorlar bunları ama sonra zaman bulamıyorlar nedense...

- Ara sıra arkadaş partilerine gitmek...

Bir kere gidiyorsun, iki kere, üçüncüde hiç gitmek istemiyorsun.

- Sinemaya da gidelim bari ayda bir kere...

Boş ver, o kadar yol, kalabalık, biri gürültü yapar sinirlenirim şimdi film seyrederken...

- Tiyatroya gidelim yılda birkaç kere...

On yıldır aynı şeyleri oynuyorlar, boş ver...

Ay, çok sıkıldım.

Gördüğünüz gibi sıkılıveriyor insan. E, siz bu kadar sıkıldınız da beraber olduğunuz erkek mutluluktan havalara uçmuyor herhalde... O da en az sizin kadar sıkıldı.

Eyvah, kendisini eğlendirecek birini aramaya başladı bile!

SOSYAL HAYAT REÇETELERİ!

Bütün bunlar genel olarak iki insanın ilişkilerinde yapmaları gereken, onları mutlu edecek şeyler olarak sayılır.

Gördüğünüz gibi çok sıkıcı. Baştan öyle olmasalar da sonradan sıkıcı hale gelirler.

Aslında sıkıcı olmalarının nedeni sırf yapmış olmak için sapılmaları.

Bütün bu yapılması hayal edilen şeyler "sosyal hayat reçeteleri"dir. Yani "sosyal" olacaksınız.

Fark ettiyseniz hepsi başka insanların da hesaba katıldığı, aslında iki insanın ilk bir araya geldiklerinde ilişkilerini ilan etmek üzere yapılan ama sonrasında pek seyrekleşen şeylerdir.

Bir kadın ve bir erkeğin ilişkisi iki kişinin yaşadığı bir şey değil midir?

Asıl bir arada nasıl vakit geçirdikleri önemli, değil mi? Yani diğerlerini canlan isterse yaparlar, istemezse yapmazlar. Yapmayınca bu "ilişkilerinde bir terslik var" anlamına gelmez.

Bütün bunları ne diye anlatıyorum söyleyeyim: "Kurallar belirlenmiş, ben onu yaşarım," dersiniz, kendi başınıza kalır, "doğru erkek" arayışını sürek avına çevirirsiniz.

Mutlu ilişkiler ille de bu "kuralları" yerine getiren insanların yaşadığı birliktelikler değildir.

Tam tersine, bir arada oldukları zamanlarda, sadece birbirleriyle yapmaktan hoşlanacakları şeyleri yapan insanlar asıl mutlu olanlardır.

Sadece ikinize özel şeyleriniz var mı? Haydi şimdi bir daha düşünün...

- Yapmaktan pek keyif aldığınız şeyleri yazın
- Şimdi de birlikte olduğunuz erkekle "baş başayken" yapmaktan pek keyif alacağınız şeyleri yazın.

Eğer sevdiğiniz erkekle baş başayken nelerden keyif alacağınız aklınıza gelmediyse, yazacak şeyler bulamadıysanız hiç canınızı sıkmayın. Çünkü insan bir ilişki yaşıyorsa o iki kişi kendiliğinden ortak keyiflerini keşfetmeye başlar.

Yeter ki asıl mutluluğun "iki kişinin mutluluğu" olduğu unutulmasın.

Haydi hayal kuralım!

İlişkinin en keyif verici şeylerinden biri ortak hayallerdir.

Diyelim ki canınız herhangi bir nedenle işe güce sıkılmış, çağırırsınız sevgilinizi yanınıza, "Haydi hayal kuralım," dersiniz.

Bu kadar eğlenceli ve insanın keyfini yerine getirecek bir oyun daha yoktur.

Oyunun ruhu "birlikte" yaşanacak bir hayattan keyif almayı sürdürmenizde gizlidir.

Böylece sizi asıl mutlu edecek şeyin işten güçten önce, kazandığınız ya da kaybettiğiniz başarıdan önce, birlikteliğiniz olduğunu hatırlarsınız.

Hayaller umuttur. Birlikte kurulan hayaller canınız sıkıldığında sizinle birlikte olacak, size destek olacak birinin varlığından beslenir. Size daha da güç verir. Hem kendinize umut verirsiniz hem de beraber olduğunuz insana.

Ama bu umut tutulmayacak vaat değildir. Çaba harcayacağınız hayaller değildir. "Birlikte ne güzel yapacağız" dediğiniz, iki kişi için sessizce, sevgiyle sürdürmeye söz verilmiş mutluluk hayalleridir.

Enerjiniz hiç bitmez, umutlarınız bitmez, hayalleriniz bitmez, kimsenin gözü de başka kimseyi görmez.

Hayat boyu "doğru erkek"le "mutlu" olayım diyorsanız, kaptırıp gitmeyin kendinizi. Her gün yeni şeyler oluyor, emin olun. Olmuyorsa da kendiniz oldurun.

Hayal dediğin başka ne işe yarar? Hayalleriniz de, saadetiniz de bol olsun emi...

EV ÖDEVİ:

Mutlu bir beraberlik!

- Mutlu bir beraberliğiniz olduğunu hayal edin... Nasıl bir beraberlik bu? Madde madde yazın.
- Birlikte neler yaparsınız? Gezmeye mi gidersiniz, akşamları evde oturup televizyon mu

seyredersiniz? Bu kadar basit olabilir... Uzun cümleler kurmadan, genel maddeler halinde yazın.

- Bu mutlu beraberliğin olmazsa olmazları neler? Ne olmazsa mutlu olmayacaksınız?

Bütün bu yazdıklarınız, aslında hayattan beklentilerinizin, ilişkiden beklediğinizin öyle çok da ulaşılmaz, bulunmaz şeyler olmadığını anlatacaktır size.

TAKTİKLER

"EVLENMEK İSTİYORUM!"

Bir erkeğe evlenmek istediğinizi en baştan söyleyin. Yoksa sizi ne zanner?

"Bu kadın benimle oynaşmak mı istiyor" diye düşünmez mi?

Eğer ilk fırsatta "Evlenmek istiyorum" dersanız, kaçan kaçır, kalan sağların arasından birini seçersiniz.

Daha ne istiyorsunuz?

En iyi "eleme yapma" yolu budur!

Niyetinizin evlenmek olduğunu nasıl isterseniz öyle söyleyin. Bir itirazla karşılaştığınızda da "İyi de senin niyetin ne peki?" diye cesur ve şaşkın bir ifadeyle karşı soruyu yöneltin.

Bir yastıkta kocayın inşallah!

'BENİ SEVİYOR MUSUN?'

Bu sorudan sonra adamın kafasında "Acaba seviyor muyum?" ışıkları yanar da, söndüremezsiniz.

Ama bu sorunun yerine mesela "Sen benim yavru kuşum musun ha?" deyin işveli işveli. Bakın o zaman "hayır" dese de, bunun "Hayır, yavru kuş değilim," demek olduğu gibi bir durum çıkar ortaya ve kimse de "karar anı" yaşamak zorunda kalmaz.

Mesela, "Yavru kuşum beni seviyor muymuş?", ya da "Sen benim meleğim misin?" gibi soruları istediğiniz kadar sorabilirsiniz! İşin püf noktası "benim" kelimesine vurgu yapmaktır.

Hem ısrarla sorarsanız, bir süre sonra kıkırdayarak "evet" demeye başladığını da görürsünüz...

KISKANÇLIK YAPIN!

Kıskançlık bir ilişkinin "can simidi" gibidir. Kıskançlıklarını göstermeyenlere sorun bakalım, sevgililerinin ya da kocalarının ikinci ayağın dışarıdan içeriye sokabiliyorlar mı?

Ne kadar kıskançlık, o kadar mutluluk... Tedbirli olmakta yarar var.

Hem kıskanıldığım düşünen insan kendini "değerli" hisseder, gözü sizden başkasını da görmez. Sizi hiç kıskanmayan (yani umursamayan) bir sevgiliniz olsa hoşunuza gider mi?

E, daha ne?

Sadece "gerekli" zamanlarda kıskanırsanız iş işten geçmiş olur. Ama ortada hiç neden yokken, hatta

sevgilinizin sizi ne kadar çok sevdiğini en belli ettiği zamanlarda kıskançlık yaparsanız ilişkinin tadına tat katarsınız. Ona göre...

KAPRİS YAPIN, NAZ YAPIN, DIRDİR YAPIN!

Bunları yaparsanız her zaman erkeğin kaçacağı söylenir ya, külliye yalan. Asıl bunları yapmazsanız bir gıdını bile değeriniz olmaz kimsenin gözünde.

Bunlar aşkın çıpalarıdır, işinizi sağlama alın...

Asıl mesele bunları nasıl yaptığınızdır. Biraz kıkırdayan bir tavır, işveli işveli duruşlar, "Canın istiyorsa kaç, başka erkek mi yok dünyada," diyen, kendine güvenen duruşunuz, bakışınızdır.

Tutmayın kendinizi. Canınız ne istiyorsa yapın, yeter ki kendinize güveniniz olsun.

E, bir de işveli olun elbette!

REKABET ORTAMI YARATMAYIN!

Kimseye benzemeye, ilişkinizi kimselerin ilişkilerine benzetmeye çalışmayın. Herkesin hayatı kendine göre.

Belki yalan söylüyorlar, belki yaşadıklarıyla size gösterdikleri farklı...

Kendi isteklerinizi, beklentilerinizi, sizi mutlu ya da mutsuz edecek şeyleri hatırlayın...

Hem sakın aklınızdan çıkarmayın, ne kadar başkalarına benzerseniz, ne kadar ilişkinizi başkalarının yaşadıklarına benzetirseniz, o kadar da "rekabet ortamı" yaratırsınız kendinize.

"Tek" olursanız, değeriniz o kadar ölçülemez.

Fazla da övünmeyin, o zaman da yeni bir rekabet alanı açmış olursunuz! Bu defa da sizinle yarışmaya, ilişkilerim sizin ilişkinize benzetmeye kalkışanlar çıkacaktır ortaya.

Siz eri iyisi ilişkinizi soranlara, "Nasıl olsun işte, herkes gibi yuvarlanıp gidiyoruz biz de..." deyin

"1001 Gece Masalları" gibi...

"Buldum onu, hayat artık ne rahat!" diye bırakmayın kendinizi. Aynı erkeği başkası da bulabilir.

Unutmayın, masalların devamında neler olduğunu bilmiyoruz. Eğer masal gibi bir hayat istiyorsanız, masalın devamını da yazmanız gerekir.

Öyle 40 gün 40 gece yapılan düğünlerden, yenen sınırsız düğün yemeklerinden sonra "rejim günleri"ne başlarsanız, adam da karnını gizli gizli doyurmak için çareler aramaya koyulur.

Siz en iyisi "1001 Gece Masalları" gibi bir hayata hazır olun! Her gün yeni bir masal yazın. Bazen Pamuk Prenses olun, bazen Külkedisi, bazen de sinirinden küsmüş Uyuyan Güzel. Böylece prensinize de yeni yeni maceralar yaşaması için fırsat yaratmış olursunuz.

Yeter ki Yedi Cüceler'den birine dönüşmeyin!

ONA DEĞER VERDİĞİNİZİ GÖSTERİN!

Her fırsatta ona ne kadar değer verdiğinizi gösterin, yaptıklarını beğendiğinizi, başarılarından pek gururlandığınızı söyleyin.

Sonra da devam edin cümlenize: "Ama şunu biraz daha şöyle yapsan sanki daha iyi olacak, ne dersin?"

"Daha iyi olacak" diye önerdiğiniz şeyi yaptığı zaman da sakın gözünüzden kaçmasın, sizin dediğinizi yaptığı için bu defa daha fazla övün.

Asıl takdiri sizin istediklerinizi yaparak topladığım düşünen bir erkek "doğru" yola girmiş demektir. Artık daha çok sözünüzü dinleyebilmek ve övgü toplayabilmek için kulak kesilecektir.

Onaylanmak, birinin takdirini hissetmek kadar insana iyi gelen başka bir şey yoktur. Bağımlılık yapar bu insanda.

SEVİN!

Hiçbir şey sevmekten daha iyi gelemez insana.

O sizi seviyor diye değil de sadece içinizden geldiği için sevin. Mıncıklayın, çocuk gibi davranın, anneniz gibi sevin, babanız gibi, küçük kardeşiniz ya da kocanızmış gibi... Hepsi aynı. O zaman sevginizi daha açık görecektir.

Önce sevildiği için sevecektir sizi. Sonra ona tek bir rolün sorumluluğunu yüklemeyen sevdiğiniz için sevecektir. Böylece ona kendini iyi hissettirdiğiniz için sevecektir.

Sonra sizin kendinizi ne kadar mutlu hissettiğinizi görüp, sevmenin size ne iyi geldiğini düşünecek, çekinmeden sevdiğiniz için size imrenecektir.

Sevginizin fazlalığının ona bağlı olmadığını da fark ettirebilerseniz, yanında olmasanız da seveceğinizi hissettirirseniz, hata yapmaktan, aslında sevmekten mahrum kalacak kişinin yalnızca kendisi olacağından korkacak, bu sevgiye "layık" olmaya çalışacaktır.

İşte o zaman kendini sizin yüzlerce çeşit sevginize teslim eden bu erkeği daha çok sevin.

Ama ara sıra sevginizden mahrum etmeyi de sakın ihmal etmeyin. Yoksa sevilmesini "normal" bir durum olarak algılar, bunun sizin onu sevmenizden çok kendisinin "sevilen" olma özelliğinden kaynaklandığına inanır.

PATLARSAM YANARSIN!

Söyleyeceklerinizi, karşınızdaki insana hissettiğiniz kızgınlığı içinizde tutmayın. Müneccim mi karşınızdaki derdinizi daha siz söylemeden anlasın?

"O bilir ne kabahati olduğunu!" dersiniz, bilse de siz yüzleştirmedikçe görmezden gelmek daha kolay gelecektir ona. Böylece çıkacak huzursuzluğu erteleme telaşındadır ne de olsa.

Bekleyişinizin sonuç vermediğini gördükçe de içiniz daralacak, sonunda da biriktirdikleriniz içinize sığmayıp taşacak, patlayacaksınız. O patlama zamanlarında da insan asıl derdini yine söyleyemez, başka sudan meseleler bile bu birikime katılacağı için en son ne olduysa ona patlayıverirsiniz. Asıl kusurlarının, içinize attığınız, söyleyemediğiniz sözlerin de artık hükmü kalmaz.

En iyisi sözünüzü sakınmayın. Siz derdinizi söyleyin, o da kendini savunsun.

Hatasını fark edip ilk özrünü dilediğinde hemen affedin. Her seferinde kolayca affedileceği, böylece de büyük patlama yerine ufak sarsıntılarla sorunu atlatacağı tuzağına düşüp hatalarını hızla kabullenecektir.

Elbette bazen kolay, bazen de zor affedin. O sırada canınız nasıl isterse öyle yapın.

Bunu ruh halinize değil de adalet duygunuzun mükemmelliğine yoracaktır.

GÜLÜN!

En önemli maddeyi sona sakladım: Gülmek!

Bunu yaptığınız takdirde "doğru erkeğiniz" asla yanınızdan ayrılamaz, zira hiç durmadan ona hayatın güzel ve çirkin taraflarının bir ritim, bir döngü olduğunu hatırlatırsınız ve daha iyi olan daha çabuk gelsin diye kötü tarafını hızla atlatmaya cesaretlendirirsiniz.

Neşeli bir insandan daha güzeli var mıdır?

Ama gülümsemekle gülmeyi birbirinden ayrı tutun. Biri insanda yapay bir "Hayat ne güzel!" klişesi yaratırken, diğeri içindeki heyecanın ateşleyicisi oluverir.

Eğlenmenize bakın. Hayatı istediğiniz kadar ciddiye alın, değişen bir şey olmuyor. Siz en iyisi ilişkinizin, hayatınızın tadım çıkarın. Hayatın zorlukları aslında sizin hayatla nasıl baş edeceğinizi bilmemenizden kaynaklanır.

Hayatın üstesinden de en kolay gülerek gelebilirsiniz. Bilirsiniz ki kötü hep kötü olmayacak, iyi de hep iyi kalmayacak. Hayatın oranı bu.

Bir kere gülmeye başladıktan sonra "Sonu hayır olsun inşallah" gibi arayışlara girmeyin boş yere. Yoksa gülmenizin yarattığı güzel duyguları dizginlemekten başka bir şey yapmamış olursunuz. Ne gerek var, bırakın ne olacaksa olsun.

Üstelik gülmek serotonin salgısını artırır.

Değişen kimyanızın bulaşıcı olacağına hiç şüpheniz olmasın!

ARKA KAPAK

Her taraf keşfedilmeyi, "doğru erkek" ilan edilmeyi bekleyen erkek kaynıyor. Siz hâlâ kalmadı zannedin. Kapanın elinde kalıyor... Bayram yeri gibi ortalık.

Silkinin ve kendinize gelin!

Bütün mesele "doğru erkek" potansiyelini ortaya çıkartabilecek "doğru kadın" olmakta!

"Doğru kadın olun, doğru erkeği siz kapın!" günü bugün...

Haydi bakalım kolları sıvayın, işe girişin. Daha kaç tane 'doğru erkek' kaçıracaksınız elinizden?

Çok satan kitaplar listelerinde uzun süre yerini koruyan "Erkekleri Kullanma Kılavuzu" ve "Kadınları Kullanma Kılavuzu" adlı kitapların yazarı İlhan Uçkan, bu kez de okurlarına düşündüklerinin aksine "doğru erkeği" bulmanın çok kolay olduğunu anlatıyor.