

Mutluluk Nedir

– Ülkü AHISKA · 27 Haziran 2013

MUTLULUK NEDİR

Sokakta yürüyorsunuz, bir mikrofon uzatıyorlar size. Ve kamerayı da görüyorsunuz, anlıyorsunuz ki bunlar TV görevlileri.

Soruyorlar size:

-Mutluluk nedir? diye. Eminim her kişi farklı cevaplar verecektir.

Doğrudur, bu kavram da kişiden kişiye değişir. Çünkü kişilerin sahip oldukları şeyler veya beklentileri farklıdır.

Altın kafese konulan bülbül "ah vatan, ah vatan" diye ötermiş. Onun istediği, onu mutlu kılacak şey sılası yani özgür yaşadığı ortammış.

Eviden, mecburen bir süre ayrı kalan genç için ailesine, anne-babasına ve kardeşlerine kavuşmaktan daha büyük mutluluk olabilir mi?

Bir bebek için mutluluk anne kucağı, bir aşık için sevgiliye kavuşma, borçlu bir aile reisi için borçlarını kapatmış olmak, işsiz için iş, öğrenci için istediği eğitim kurumuna yerleşmek, fakir için zengin olmak, hasta için iyileşmek, kiracılar için ev sahibi olabilmek, daha örnekleri çoğaltabiliriz mutluluk için.

Ama bilinen şeylerden bahsetmeyeceğiz. Büyük şeylerden herkes mutlu olur, önemli olan küçük şeylerden mutlu olabilmek.

Örneğin kişi kendisini ikinci planda düşünüp, başkalarının mutlu olmasından dolayı "mutlu olabiliyorsa" ben şapka çıkartır, alkışlarım.

Mutluluk nerede başlar? Bana göre kalpte ve gözlerde, bakışlarda...Bulaşıcıdır adeta. Size tatlı tatlı bakan bir çift gözden etkilenmez misiniz? İyi niyetli bir cümle söz de, bu psikolojik tabloyu tamamlayacaktır.

Pozitif olmak ve mutlu olmak, birbirlerinden ayrılamayan kavramlar. Pozitif kişiler genelde zaten mutludurlar, mutlu kişiler de pozitif bakarlar yaşama, her şeye...

Mutluluk, peşinde koştuğumuz "hayallerimiz" olmamalı. Belki hiçbir zaman ulaşılamayacak şeyler olabilir. Hani ütopya diyorlar ya. O zaman gerçekleşemeyen hayaller, mutsuzluk verecek. Hayalleri bırakalım bir kenara, ama onları "tasarı ve plan" moduna alıp, buzdolabına koyalım ve beklemede olalım.

Şu an mutluluk "elimizde olan şeyler, sahip olduğumuz şeyler" olduğunu okudum. Düşününce gerçekten sahip olduğumuz evimiz, ailemiz, Vatanımız, sağlığımız, evlatlarımız, tırnaklarımızla oluşturduğumuz imkanlarımız, ailemizin kolay koparılamayacak kadar güçlü sevgi bağları...

Tüm bunlar mutlu olmaya yetmez mi?

Ulaşamayacağım şeyleri düşleyip mutsuz olmaktansa, elimdekilerin kıymetini bilerek mutlu olmak daha kolay. Polyannacılık değil bu, bir mantık ürünü bana göre.

Hiç unutamadığım mini bir hatıram var, paylaşmak istiyorum sizlerle.

O günün akşamı salonda düğünümüz var, evleniyorum, yuvamı kuruyorum. Öğleden sonraydı, ev kalabalık. Büyük yengem bana "kızım bak gelin oluyorsun, bundan sonraki yaşantıda sakın ola ki yukarılara bakma, hep ayak uçlarına bak" demişti. Yani kendinden kötü durumdakileri gör de şükret demek istiyordu. Öyle ya, çok çok iyi durumdakileri görerek mutsuz olmak da vardı.

Sözünü tuttum, mütevazı düşündüm. Bu düşünce sistemi beraberinde pozitifliği getiriyor. Şu andaki sahip olduğum ruh halime de şükrediyorum. Şükretmek bana göre mutluluğun farklı bir ifadesi.

Benden küçüklerin ablası, çalışma yaşamına yeni başlayanların anneleri olmaktan keyif alıyorum ve onlara diyorum ki: İstekler sonsuzdur, elimizdekileri fark edip, onlarla mutlu olalım.

En değerli şeyimiz, ailemiz, sağlığımız, işimiz, onurumuz. Kaybedildiğinde telafisi kolay kolay mümkün olmayan şeyler.

En kıymetli mücevheri lütfen görelim:YUVAMIZ. O yuvayı yapmak çok zor, yıkmak ise pek kolay.

Sonsuz mutluluklar sizlerin, hepimizin olsun.

Selam sevgi saygılar