

Maddelerle Mutluluk

– ERHAN TIĞLI · 22 Kasım 2025

1. çayın buharında bile huzur buluruz.
2. Bir simidi ikiye bölüp paylaşınca içimiz ısınır.
3. Komşu “gel bi’ kahve içelim” deyince günümüz güzelleşir.
4. Sofraya herkes oturmadan lokmaya başlamayız çünkü saygı mutluluk getirir.
5. Annemizin yaptığı yemeğin kokusu bile moral düzeltir.
6. Bayram sabahları hâlâ çocuk gibi heyecanlanırsınız.
7. Deniz görünce içimiz ferahlar, dağ görünce güç buluruz.
8. Sokakta tanımadığımız çocuk gülünce biz de güleriz.
9. Bir ihtiyacı olana el uzatınca kendimizi daha iyi hissederiz.
10. Birine sarılınca “iyi ki varsın” demeyi biliriz.
11. Misafirin kapıdan girişi mutluluk sebebidir.
12. Yemeğin lezzeti, tuzundan değil paylaşımından gelir.
13. Biri derdini anlatınca hemen “hallederiz” demek içimizi rahatlatır.
14. Güneş batarken gökyüzünü izlemek meditasyondur.
15. Sokak kedisinin yanımıza gelmesi “bugün şanslıyım” dedirtir.
16. Küçük bir mahalle bakkalı bile güven hissidir.
17. Babadan gizli yenen çekirdek bile neşedir.
18. Düğünde oynayan amcaları görünce içimiz kıpırdar.

19. Türk kahvesinin köpüğü bile sohbeti güzelleştirir.
20. Arkadaşın "çıkıyorum gel" demesi yetiyor mutlu olmaya.
21. Birinin eline sağlık demesi bütün yorgunluğu alır.
22. Balkonda çamaşır kokusu bile huzur verir.
23. Akşamüstü esen rüzgâr "oh be" dedirtir.
24. Yağmur yağınca toprak kokusu terapi gibidir.
25. Birlikte üzülmede bile birleştiren bir sıcaklık vardır.
26. Futbol maçı izlerken birlikte heyecan yaşarız.
27. Künefe, baklava, sütlaç... her tatlı mutluluk sebebi.
28. Kötü bir günün ilacı: "Gel çay koydum."
29. Eve girince ayakkabıyı çıkarıp rahatlamak dünyanın en güzel hissidir.
30. Kapıya kargo gelmesi bile heyecan yaratır.
31. Minibüs şoförünün şarkı açması yolculuğu eğlenceye çevirir.
32. Yaz akşamı sahilde yürümek terapi gibidir.
33. Birinin iyi haberini duyunca gerçekten seviniriz.
34. Kardeşle çocukluk anılarını konuşmak mutluluk verir.
35. Bir öğrencinin başarısı bütün mahalleyi mutlu eder.
36. Yaşlı birini gördüğümüzde içimizde saygı kabarrır.
37. Bir tabak dolma yapmak değil, paylaşmak mutluluk getirir.
38. Bir iyilik yaptığımızda unutamayız; içimiz hep ısınır.

39. Bayrak görünce başka bir gurur gelir.
40. Sabah simit + çay = mutluluk matematiği.
41. Çocukların sokakta koşuşu umut verir.
42. Evin içinde terlikle yürümek bile rahatlıktır.
43. Mahallede birinin düğünü varsa herkes mutlu olur.
44. Pazardan eve alınan taze meyve sebze "bereket geldi" hissi verir.
45. Yaz gecesi balkonda oturmak... rüzgârın serinliği, sohbetin sıcaklığı bile mutluluğa yeter."
46. Biri "Allah gönlüne göre versin" deyince kalbimiz yumuşar.
47. Parkta oturup çekirdek çitlemek bile terapi etkisi yapar.
48. Birine yol tarif etmek bile mutluluk sebebi.
49. Küçük şeylerle yetinmeyi bilmek en büyük huzurdur.
