

Hayat Nedir

– berberce · 15 Mart 2026

Nedenini bilmediğim bir salıvermişliğin tam da içindeyim. “Her yaşın bir güzelliği vardır.” derler ama ben bu konuda pek iyimser değilim. Çünkü insanın duygusal dünyası değişirken, bedensel özellikleri de değişiyor. Yaş ilerledikçe sağlık sorunları baş gösteriyor, psikolojiniz bozuluyor ve ilaçlara bağımlı bir hayat yaşayabiliyorsunuz.

(D) ua edeceğim, bu süreci bir an önce atlatabilmek için.

(E) zber yeteneğimi geliştireceğim, zihnimi başka işlerle meşgul etmek için.

(P) arayı yaşantımın merkezine değil; sağlığımdan sonra ikinci sıraya koyacağım.

(R) esim yapacağım, ruhumu dinlendirmek için.

(A) kşamın karanlığında sessizliğe bürüneceğim, iç sesimi dinlemek için.

(S) abahları erken kalkacağım.

(Y) ürüyüş yapacağım bol bol.

(O) rmanları, dağları, bayırları dolaşacağım.

(N) amazlarımı aksatmamaya çalışacağım.

Şunu çok iyi biliyorum ki mutsuzluğun üç temel nedeni vardır: geçmişe takılmak, anı kaçırmak ve gelecek kaygısı. Buradan yola çıkarak mutlu olmak için; geçmişe bir sünger çekin, anın farkına varın ve gelecek için endişe etmek yerine akışına bırakın. Her zaman işinize yaramasa da – geçmişinizi silemezsiniz – bazen doğru kararlar vermenizi sağlayacaktır.

İbn Haldun’a zamanı sormuşlar:

“Bekleyince yavaşlar,

Gecikince hızlanır,

Üzülünce can yakar,

Mutlu olunca kısılır,

Acı çekince bitmek bilmez,

Sıkılınca uzar.” demiş.

Hayat nedir?

İki yaşında konuşmasını,
On yaşında okumasını,
Yirmi yaşında kazanmasını,
Kırk yaşında susmasını,
Elli yaşında unutmasını,
Altmış yaşında pişman olmasını öğretene
hayat denir...