

Kendimizi tanıyor muyuz?

Merve'nin Defteri tarafından yazıldı.

Pazar, 27 Mart 2016 17:21 -

Evet, biz kimiz sorusunu gündeme getiriyorum bugün ve kim olduğumuzun ne kadar farkındayız buna dikkat çekmek istiyorum. Hepimiz günlük yaşamımızda bazı insanlarla iletişim kurmakta zorluk çekeriz ve neden öyle davrandıklarımızı anlamaya çalışsak da bu o kadar da kolay olmaz ve sonunda öfkemiz kendini bize teslim eder. Kolay olmamasının sebebi belki de yeterince kendimizi tanımıyor olmamızdır diye bu konuya farklı bir bakış açısı getirmeye çalışmaktayım.

Nedir bu kendini tanımak ve nasıl kendimizi bulabiliriz sorularının yanıtları yine kurduğumuz veya kuramadığımız ilişkilerimizden geçiyor. İnsanlar hayat boyunca kim olduğu konusu üzerinde pek çok kez kafa yorar ve özellikle ergenlik yaşlarından erken yetişkinlik dönemine kadar bu konu üzerine yoğunlaşırlar ve kimi zaman farkında olmasalar da gerçekleşir bu sorgulama kendi içinde insanın. İkili ilişkilerimizden çıkardığımız sonuçlar ve analizler bizi çok kolay şekilde kim olduğumuz sorusunun cevabına götürür aslında demeye çalışıyorum. Bu o kadar kolay ve basit bir yol değil ama uzun ve meşakatli bu yolda ulaşacağımız sonuçlar insanın kendini analiz etmesinin önünü açıyor.

Bizden önceki nesillerin çok fazla duygularını ifade edemediğini veya bu konuda engellendiklerini düşünüyorum bunun sosyal, politik veya çevresel olmak üzere birçok sebebi vardır mutlaka ama bugün bunlara değinmeyeceğim. Gün geçmesin ki nesiller arasındaki bu farklılıklara bir de duygular eklenmesin. Hani şu bizi biz yapan duygularımız, ne hissettiğimizi bastırdığımız zaman bile bilinçaltına saklanıp bize rüyalarla hatırlatarak canlılığını korumaya çalışan hislerimiz... Duygularımızı neden gizleriz konusuna başka bir zaman odaklanabiliriz, söylemek istediğim şey duygularımızı artık eskisinden daha fazla ve kolay bir şekilde ifade edebilmemiz ve hem politik anlamda buna izin veren bir siyasi ortam varken hem de teknolojinin sunduğu imkanlarla bu daha kolay iken biz neden bu defa da bu duygularımızı tanımaktan kaçıyoruz ki sanki. Kaçmasaydık neler olurdu? Neden öfkelenidik mesela hiç düşünüyor muyuz? Bugün öfke duygusu üzerine değiniyorum günümüzde insanların çok kolay bir şekilde öfke duygusunu yaşamalarından ve aktarmalarından olsa gerek.

Şu an öfke hissediyorum çünkü bütün onurum kırıldı ve değer yargılarıma karşı olan şeyleri yaşıyorum gibi bir örnek cümleyle kendimizi yüzleştirmek epey zor olmalı tabii veya buna benzer başka bir duygu. Aksine, ben çok mutlu hissediyorum onunla konuşmak bana keyif veriyor, kendimi değerli hissediyorum gibi. Bunun gibi birçok açığa çıkartamadığımız duygularımızı bulmayı denemeliyiz. En çok da bunu öfke duyduğumda yapıyorum ben. Neden öfkelenidik? Beni ne öfkelenirdi? Çünkü neye öfke duyduğum beni ben yapan değerlerimin zedelenmesi anlamına da geliyor. Bunu yapmak söylendiği kadar kolay olmuyor ama yolun başında bunu fark edersek kendimizi analiz edeceğimiz bu yolun sonunda merak duygumuzu da keşfe dahil ederek mutlu sona ulaşabiliriz bence.

Kendimizi tanıyor muyuz?

Merve'nin Defteri tarafından yazıldı.
Pazar, 27 Mart 2016 17:21 -

Denemek istemeyenlere sorsak, peki bu zor yoldaki tünelin sonu bize kendimizi açığa çıkarma imkanı veriyor desek yine de kaçır mıydık, kendimizden?