



# HAYAT

HAYATIN ACI, TATLI, TUZLU, EKŞİ TARİFLERİ

# MUTEAĞIM

NERMİN ÖZTÜRK



tutikıtap



## İÇİNDEKİLER

Hayat Mutfağım.....	11
“Bir Minicik Kız Çocuğu Bak, Duruyor Orada Hâlâ...” .....	13
İlkokul Biter, İlk Yüzleşmeler Başlar.....	15
Bu Hayattan Ne İstiyorum?.....	17
Ayakta Durmayı Öğreniyorum.....	19
Çocukların Seveceğı Tariflerimiz .....	23
Umutlara Sarılı Bir Gençlik .....	31
Yaş Küçük, Kararlar Büyük.....	34
Kendi Dünyamın En Zorlu Sınavı .....	36
Evi Yuva Yapmak İçin Dişi Kuş Olmak Yetmez mi? .....	38
Yemek Yapmaya Yeni Başlayan Gençler İçin Tariflerimiz .....	43
Evlilikten Ne Bekleriz? .....	51
Tanışalım mı?.....	53
Büyük Yüzleşme Vakti Gelince.....	54
Kendi Değerini Bulduğun An .....	57
Evliliğı Anlatan, Anımsatan ve Yüzleri Gülümseten Tariflerimiz....	59
Annelik: Hiç Bitmeyen Macera .....	67
Mutlu Çocuklar Yetiştirebiliyor muyuz?.....	69
Çocuklara Sorunlarımızı Yansıtıyorsak?.....	70

Dengede Kalmak, Dengeyi Öğretmek .....	72
Annelerimiz İçin Tariflerimiz .....	75
<b>Zorluklarla Başa Çıkabilirim .....</b>	<b>81</b>
Tatların Açığa Çıkışı .....	82
Motivasyonum Neydi?.....	84
Harekete Geçmek İçin Neden Bekliyoruz? .....	86
Acıyı Sevdiren Tariflerimiz.....	91
<b>Hayatın Muhasebesini Mutfakta Yaptım .....</b>	<b>97</b>
Anlamsızlık Duygusundan Kurtulalım.....	98
Mutlu Olmak İçin Sebepler Bulalım .....	100
Hayır Diyebilmeyi Öğrenelim .....	101
Benim En Sevdiğim Tarifler .....	105
<b>Küllerimden Doğarım .....</b>	<b>113</b>
Yeni Yolların Haritaları .....	115
Zincirleri Niçin Kırmıyoruz? .....	116
Hayat, Kendini Sevmekle Başlar .....	120
Enerjimizi Arttıracak Tariflerimiz.....	123
<b>Cesaret Ettiğin Kadar Varsın .....</b>	<b>129</b>
Kimi Memnun Edebiliyoruz? .....	129
Mantık ve Kalp Arasındaki Gerçek Cesaret .....	132
Her Şeyin Kaynağı: Mânâ .....	133
Kendimizi Aşacağımız Tariflerimiz.....	137
<b>Her Sabrın Sonu Selâmet midir? .....</b>	<b>143</b>
Sabretmeyi Katlanmakla Karıştırmayalım .....	144
Mutlu Olmaya Üşenmeyelim .....	146
Allah Sabredenlerle Beraberdır .....	148
Beklemenin Güzelliğini Gösteren Tariflerimiz.....	153
<b>Kendimiz İçin En Doğru Kararı Aldığımızda Dönüşüm Başlar .</b>	<b>163</b>
Samimi Olalım mı? .....	164

Kendimize Ne Kadar İnanıyoruz? .....	165
Hayal Etmenin Gücüyle Gerçeğe Erişmek .....	169
Dönüşümün Ferahlatan Tarifleri.....	173
<b>Hayatın Hakkını Verelim.....</b>	<b>181</b>
Huzur: Gönül Gözüyle Bakınca Gördüklerimiz.....	189
Yıllar Geçtikçe Güzelleşen Ömür .....	190
Her Gün Yeni Bir Hikâye mi? .....	195
Hayatın Hakkını Verenler İçin Bir “Bayram” Menüsü .....	199

## HAYAT MUTFAĞIM

Hayatlarımız, hepimiz için koca birer mutfak gibi değil mi sizce de?

Bazen taptaze malzemeler çıkıyor önümüze, harika yeni tatlara imza atıyoruz. Bazen çok güzel görünen bir malzemenin tatsız, aromasız oluşuyla hayrete düşüyoruz. Bazen daha kötüsü oluyor; büyük emek verdiğimiz muhteşem bir tarifte, malzeme bozuk çıkıyor ve tüm harcımızı ziyan ediyor! Bizse ona küsüp mutfağımızı bırakmıyor, hemen yeni malzemelerle harcımızı tekrar karmaya başlıyoruz. İşte hayat mutfağımız, işte biz ve işte ilişkilerimiz... Ne kadar sembolik, değil mi? Kimi ekşi kimi tatlı kimi acı kimi tuzlu olan nice tatla haşır neşir oluyor, her birindeki farklı güzellikleri açığa çıkarıyoruz. Bu mutfak bizim; önümüze gelen malzemeleri nasıl birleştireceğimizi, onlarla nasıl bir sofraya kuracağımızı biz belirliyoruz. Sadece kuru ekmekle soğandan “ekmek köftesi” yapıp sevdiklerimize ziyafet çekmek de bizim elimizde, en lüks malzemelere sahipken onları dolapta bayatlamaya terk etmek de...

Ben bir eğitmen veya psikolog değilim elbette. Sadece “yaşayarak” hayatın bana öğrettiklerini yansıtıyorum sizlere. Aslında hepimiz benzer kapılardan, benzer yollardan ge-

çiyoruz. Bazen aynı yerlerde düşüyor, aynı destek arayışını duyuyor, aynı ihtiyaçları paylaşıyoruz. İşte bu kitabı en çok birbirimizin dilinden anlayacağımıza ve birbirimize merhem olacağımıza inandığım için kaleme aldım. Burada yaptığım hataları ve hatalarımın üstesinden nasıl geldiğimi de bulacaksınız. İşte benim çocukluğumdan, gençliğimden itibaren kendimi bulma yolculuğum; hatalarımla, başarılarımla, hüznlerimle, sevinçlerimle apaçık halde önünüzdeyim. Ayrıca benden tarifler beklediğinizi biliyorum, onun için her bölümün sonuna hayatımızın içinden, *temasıyla, yapılış aşamalarıyla ve malzemeleriyle* o bölümü anlatan, anımsatan birkaç tarif de ekledim. Böylece hayatımızın mutfağımızla ne kadar birleştiğini görmüş olalım istedim... Umarım siz de benim kadar lezzet alırsınız. Haydi o zaman, birbiri ardınca çevirin sayfaları. Birbirimizin gönlüne el uzatmaya, düştüğümüz yerlerde birbirimizi kaldırmaya, güçlenip birbirimize umut aşılarmaya, hüznlerimizin ardından gelen sevinci de birbirimizle paylaşmaya başlayalım...

## “BİR MINİCİK KIZ ÇOCUĞU BAK, DURUYOR ORADA HÂLÂ...”

1983'te doğmuş, bir minicik kız çocuğuydum. Adıma “Nermin” denmişti. Öğrendim ki Nermin; narin, ince, yumuşak demekmiş. Bu isme sahip olmak, narinliğin ve inceliğin izlerini taşımak elbette daha ufak yaşlarımda hiç kolay değildi. Çokça hassasiyet, çokça duygusallık, çokça kırgınlık içinde kaldığım doğrudu. Ama yine inceliğin, yumuşacık bir kalpteki merhametin, iyi niyetin; her şeyin başı olduğunu öğreniyordum yavaş yavaş.

Ailem bana çok mutlu bir ortam sunmuştu. Çok kalabalık bir aileye sahiptim. Babamın ailesiyle birlikte yaşıyorduk; rahmetli dedem, babaannem, halalarım ve amcalarım ile hep beraberdik. Bir Boşnak kızı için aile demek, çok şey demektir ama kalabalık bir aile demek, her şey demektir. Ben de o yıllarda her şeye sahiptim. Çünkü tüm sevdiklerimle beraberdim... Üstelik evimizde Yugoslavya'dan gelen akrabalarımız da olurdu genellikle. Annem misafirleriyle ilgilenir, yemeklerle ve ev işleriyle uğraşır dururdu. Birlikte olduğumuz o güzel demlerimizdeyse bana “Nermin” demezdi, “Nena! Nena'm!” diye seslenirdi. Annemin sevgisini, bana seslenişindeki bu sıcaklıkta ayrı bir duyardım.

Babam da zaten bana ayrı bir düşkündü, göz bebeğiydim. Belki maddi anlamda harika imkânlarla sahip değillerdi ama evimizde huzurumuz, maneviyatımız hesaplara sığmayacak ölçüdeydi. Ben böyle bir ortamda büyürken az yaramazlık da yapmadım tabii. Hele iki yaşımdayken ailemi öyle bir korkuttum ki...

Evimizde yine bir dolu misafirimiz varken, birisi beni unutup balkon kapısını aralamış. Ben de sanki onu beklemişim gibi fırsat bilip hemen balkona doğru koşmuşum ve ikinci kattan aşağıya bir güzel uçuvermişim... İki yaşındaki yaramaz Nermin'e bakın siz, nasıl da korkutmuşum ailemi. Apar topar hastaneye götürmüşler beni, bir müddet orada kalmışız. Hastanede geçirdiğimiz süreç sonrasında "Nermin'imiz yeniden doğdu!" denerek, masal prensesi edasına büründürülmüşüm. Ancak aynaya baktığımda prenseliğim sonlanmış, yüzümdeki yara izlerini görünce birden ağlamaya, bağırmağa başlamışım. Kolay değildir ailesi için de çocuk için de böyle korkutucu bir imtihan yaşamak... Belli ki o zamandan girmişim imtihan yoluma ama ben de ne kadar güçlü olduğumu daha o zamandan keşfetmeye koyulmuşum...

Bütün düşmelerimizle, yara berelerimizle böyle böyle büyümüyor muyuz hepimiz? Hepsinde canımız acıyor muhakkak. Fakat düşe kalka yani hata yapa yapa, hayatı onlarla öğreniyoruz. Şimdilerde duyuyorum "Güzel düştüm, iyi acıdı!" diyorlar hatta gençler tecrübeleri için. Biraz esprili, neşeli bir tonu var tabii bu sözün. Şimdiki aklımla bakınca "Ne güzel ifade ediyorlar!" diye düşünüyorum.



## İLKOKUL BİTER, İLK YÜZLEŞMELER BAŞLAR

İlkokul 5'i bitirmiştım. Okulun son gününü de tamamlayıp eve dönerken, gönlümde şu hayal vardı: Ortaokula başladım diye öğretmenimi unutmuyacaktım, okula giderken, yolda önce ilkokul öğretmenimi ziyaret edecektim. Ancak okullar açılmadan tam da iki gün önce, evimizin önündeki camiden okunan sela ile öğretmeni-min vefat ettiğini öğrenmişim. Meğer trafik kazasında Hakk'a kavuşmuş... O zaman anladım ki hayat beklemek için çok kısaydı. Keşke yaz tatilinde öğretmenimi ziyaret etseydim, beklemeseydim dedim içimden... Tam ziyaretine gidecekken, artık ortaokul öğrencisi olsam da onu hiç unutmayaçağımı söyleyecekken, bu olan neydi? Tüylerim ürpermişti, bu acı hatıra ufak yaşlarımdan itibaren hep gönlümde gezinecekti. Kendi kendime durup "Hiçbir şey aslında aklımızda çizdiğimiz ve düşündüğünüz gibi olmayabilir." demiştim. Evet, bir kader vardı ve bu kaderi herkes yaşayacaktı.

Bu olay beni çok etkilemişti, çok ağlamıştım. Belki de öğretmenimin vefat haberini doğrudan sela ile duymuş olmamdı beni öyle derinden yaralayan. Oysa evimiz camiye çok yakın olduğu için zaten sela okundukça pencerenin önüne geçer, acaba kimin adını söyleyecekler diye beklerdim. Genellikle mahallemizdeki yaşlı amcaların, ninelerin adını duyduğum için sanki hep öyle devam edecek gibime gelmiş... Gencecik öğretmenimin adını o selaların birinde duymak hiç beklemediğim ve beklemeyeceğim bir şeydi.

Babaannemin vefatı da yine çocukluk dönemime damga vuran vefatlardan biri olmuştu. Çok hastaydı, çok ızdırabı vardı, vefat onun için elbette dünya zindanından kurtul-

maktı. Ama ben onunla vedalaşmayı hiç istemiyordum. O kadar iyi ve güzel bir insandı ki ondan ayrı kalmayı düşünmek benim için çok zordu. Bana Boşnakça hep “Nermina!” diye seslenirdi, o sestten ayrı kalmayı düşünemiyordum. Gerçi o sesi hâlâ kulağımdan gitmez ama çocuk aklı işte, o zaman hayatın bazı doğal gerçeklerini kabullenmek kolay iş değildi. Yaramazlık yapınca annem babam kızmadan hemen patır patır babaanneme koşar, onun gölgesine sığınırđım. Özellikle babam bana çok kızmasın diye onu yumuşatırdı, sinirini alırdı, beni hep korurdu. Ben de hatamı anlardım tabii...

Babaannemin gücünden olduğu kadar anlayışından ve erdeminden de nasiplenirdim. Sonraları babam bana “babaannenin kopyasısın” demeye bile başlayacaktı. Fiziksel olarak da manevi olarak da aynı babaannem gibi güçlü bir kadın olacaktım. Ama o zamanlar babaannemin vefatı bende çok büyük bir iz bıraktı. Bir gün okuldan geldiğimde onun o güzel gözlerini artık açmamak üzere yumduğunu öğrendim. Yine de babaannemi görmek istedim, başına gittim... Bütün acılarından kurtulmuş gibi ferah duran, o bembeyaz nurlu yüzüne son kez doyasıya baktım. *Vedalaşırken yine gördüm ki dünyada genciyle yaşlısıyla hepimiz için ölüm oracıkta bekliyordu.* Acılarımız, sıkıntılarımız, hastalıklarımız her zaman olabilirdi, olacaktı ama bunlar bizi durdurmamalıydı. Bu kısacık ve acı tatlı nice sürprizlerle süslenmiş hayatın mutlaka dolu dolu yaşanması gerekiyordu.

Bir çocuğun aile büyüklerini, onların erdemlerini görek büyüküebilmesi çok büyük şanstı. Ben de kalabalık ailede büyümenin güzelliğini tadabilmişim. Koca ailemin her bir ferdi, kendilerine has özellikleriyle bana çok şey katıyordu.



Evet, muhakkak zorlukları da vardı ama sevgiyle, saygıyla her şey bizim için güllük gülistanlık olabiliyordu. Bu kadar pespembe bir tablonun içine şimdi “ölüm” de sığmıştı.

Hayat bana ilk yüzleşmemizde; çıktığımız yolda o çok sevdiğimiz insanların bize ait olmadığını, bir şekilde Rabbimizin onları bizim için gönderdiğini fakat bu dünyadaki görevlerini tamamladıktan sonra da beklemeden gideceklerini öğretmişti. Böylece hayattaki en büyük korkularımdan biri “Anneme, babama bir şey olursa ben ne yaparım?” korkusu oldu o zamanlar. Çünkü benim kız kardeşim yoktu ve en yakın dostum, her şeyi paylaştığım, yanında rahatlıkla ağlayabildiğim, gülebildiğim kişi annemdi. Babam ise arkamdaki koca dağdı, canımdı, bir tanecik kahramanımdı.

*Daha ufacıkken* fark etmiştim ki hayat çok kısaydı ve sevdiklerimiz sonsuza kadar bizimle kalmayacaktı. Her şeyin kıymetini bilmek, anlamak gerekiyordu. Bizim için önemli olan ne varsa, uğrunda harekete geçmeliydik. Onun için “Bu hayattan ben ne istiyorum?” sorusunu kendime sorar olmuştum.

### **BU HAYATTAN NE İSTİYORUM?**

Bulduğum tatlı cevaplarım elbette çocukluktan gençliğe geçişim sürecinde sık sık değişiyordu ama cevaplardan daha önemli olan, benim bu soruyu sormayı bırakmamamdı. Kendime bir yol çizmeliydim, hedefler belirlemeliydim... Tabii çocukluğumdaki ilk hayallerim ve dolayısıyla hedeflerim hep ileride kendi ailem gibi güzel bir aile kurmak, çocuklarımı en güzel şekilde yetiştirmekle ilgiliydi. Her şey bir yana dursun, anaç ruhum illâ buna odaklanıyordu.

Kızların ilk çocukluk hayallerinde gerçi hep vardır bunlar. Daha aşkı bilmeden hem de... Kimimiz gördüğümüz gelinlerin prenses gibi salındıkları gelinliklerine vurulmuşuzdur kimimiz ona bile kalmadan, evcilik oynarken “anne” olma rolüne girivermeyi sevmişizdir. Ama tabiatımızda, içimizde bu duygular hep vardır. Çocukluklarında “Ben hiç evlenmeyeceğim!” diyenlerin ilk evlenenler olmasıyla ilgili de bilirsiniz, epeyce espriler yapılır...

Şakalar, espriler şöyle dursun; gerçeğe döndüğümüzde çocukken yaşamayı arzu ettiğim hayata dair pek bir şey yoktu elimde. Sonrasında, gerçekçi olmaya başladığımda kavuşacaktım hayallerime. Mesela çocukken bizim öyle ayrı odalarımız yoktu. Üç tane çekyat vardı oturma odamızda, kardeşlerimle orada yatardık. Gece başımı yastığa koyduğumda “Acaba ben evlendiğimde nasıl bir yuva kuracağım, çocuğum olduğunda ona nasıl bir hayat sağlayacağım?” diye düşündüğüm olurdu. Hemen peşinden “pazara gidecek miyim, markete gidecek miyim, çalışıp evime neler neler alırım” hülyalarına dalarak uyurdum. Hal böyle olunca, çocukluk dönemimi öyle doya doya yaşadığım söylenemez. Evet, düşlerim, düşüncelerim olurdu fakat etrafa pembe gözlüklerle bakan bir hayalperest olmadım hiç. Sanki daha çocukken bile güçlü, belki 17-18 yaşındaki bir genç kız gibi davrandığım ne çok nokta vardı. Çok erken olgunlaşmıştım aslında. Nasıl olmasın ki...

Yaşıtlarım bebeklerle oynarken benim bir tane bile “Barbie” bebeğim olmamıştı, zaten maddi durumumuz da pahalı oyuncaklar için müsait değildi. Ben de kendimi çok çabuk büyüt müştüm, daha doğrusu büyütme zorunda kalmış ve çocuk kalbimle “çalışmaya” karar vermiştim. Ai-



leme destek olma isteğim, hayat şartları beni bu fikre var-dırtmıştı. İnanması zor belki ama biz bayramdan bayrama çikolata yedik, elimizde öyle her istediğimizde çikolatalar, gofretler olmazdı. Yemeğimiz yeterli olmadığında peynir ekmek yiyen fakat aynı sofrada olmanın huzuruna sahip bir aileydik. Halimize şükretmeyi bilirdik. Tabii bu koşul-larda bir çocuğun kendini çabucak büyütmesi, şaşılacak bir şey olamazdı.

Tam on yaşında, dayanamayıp *iş hayatına* girişim böyle gerçekleşmişti. Her şeyi yaşlılarıma göre biraz daha erken-den yaşayan bir çocuktum ben. Belki de ailemizde erkek nüfusun baskınlığı etkili olmuştu üzerimde. Bilmiyorum, üç erkeğin içinde büyüdüğümünden midir nedir, “delikanlı” gibi davranmayı öğrenmişim ve bu hayatımın her aşama-sında kendini gösterecekti. Evlendikten sonra bile... Ken-dime yetebilme, ayaklarımın üzerinde durabilme, güçlü olabilme konusunda çocukluğumdan gelen o enerjim hep baskın olacaktı.

### **AYAKTA DURMAYI ÖĞRENİYORUM**

Okul bitmeden, yaz tatiline bir hafta kala “konfeksiyona eleman aranıyor, mağazaya tezgahtar aranıyor” yazılı ilan-lara bakardım. Daha ilanları okurken gözümde hemen “şık” diye ışıklar yanardı. Beni buraya alsalar, çalışsam ne güzel olur diye, işe girmek için can atardım. Oysa boş za-manlarımın tümünü anneme yardımla geçiriyordum. Za-ten tertemiz evimizde yine de sürekli temizlik yapardık ve annem beni okul zamanları dışında pek kapının ötesinde görmek istemezdi. Tek başıma bakkala bile gidemezdim

anlayacağınız. Belki de annemin bu korumacılığı da bir an evvel çalışmaya başlamak isteme sebeplerimden olmuştu ki bu dönem yaşitlarımın evcilik oynadığı zamanlara denk geliyordu! Aslında anlattığım süreçlerin izleri, yapacağım evliliğime de yansiyacaktı... O zamanlar evde sürekli annemle ev işleri yapmayayım, okul dışındaki zamanlarımda dışarıda kendim hareket edebileyim ve kendi paramı kendim kazanabileyim diye bir “özgürlük” fikri doğmuştu içimde. Halbuki işe başladığımda kazandığım parayı alıp yine istememesine rağmen babama teslim ederdim. Ne kadar özgürlüğün peşine düşmüş görünsem de bir tarafımla hep aileme gönülden bağlıydım. Böyle de fedâkâr bir çocuktum, çalışıp kazandığım o paranın içinden birazcık alıp kendime harcamak aklıma gelmezdi.

Benim asıl kazancım, biriktirdiğim paradan ziyade “farkındalıklarım” olmuştu. O yaşlarda *çalışmaya başlamak* benim için de ailem için de çok dikkat gerektiren, hassas bir konuydu. Ailemin izin vermesi bu açıdan hiç kolay olmamıştı. Annem benim telefonda herhangi bir kız arkadaşım ile konuşmamı bile takip ederken, babam “Kız çocuğu cam gibidir, kırıldı mı kolay toparlanmaz.” diye üstüme titrerken yine de benim çalışmama sonunda müsaade etmişlerdi. İyi ki de etmişlerdi... Aslında kız ya da erkek her çocuğun okul tatillerinde, ailesinin gözetiminde bir yere girip çalışması, çıraklık yapması, iş adabını edinmesi ne güzel âdetlerdendi.

Bir çocuğun korunaklı evinin dışındaki dünyayı öğrenmesi, hayatı görmesi için paha biçilemez nimetti bu “küçük” iş tecrübeleri. Bir cafe olabilir, bir atölye olabilir; orada hata yapması, belki bardakları tabakları kırıp bir yerini kesme-



# NERMİN ÖZTÜRK

## HAYAT MUTFAĞIM

HAYATIN ACI, TATLI, TUZLU, EKŞİ TARİFLERİ



Hayatlarımız, hepimiz için koca birer mutfak gibi değil mi sizce de?

Bazen taptaze malzemeler çıkıyor önümüze, harika yeni tatlara imza atıyoruz. Bazen çok güzel görünen bir malzemenin tatsız, aromasız oluşuyla hayrete düşüyoruz. Bazen daha kötüsü oluyor; büyük emek verdiğimiz muhteşem bir tarifte, malzeme bozuk çıkıyor ve tüm harcımızı ziyan ediyor! Bizse ona küsüp mutfağımızı bırakmıyor, hemen yeni malzemelerle harcımızı tekrar karmaya başlıyoruz. İşte hayat mutfağımız, işte biz ve işte ilişkilerimiz... Ne kadar sembolik, değil mi? Kimi ekşi kimi tatlı kimi acı kimi tuzlu nice tatla haşır neşir oluyor, her birindeki farklı güzellikleri açığa çıkarıyoruz. Bu hayat mutfağı, bizim mutfağımız; önümüze gelen malzemeleri nasıl birleştireceğimizi, onlarla nasıl bir sofraya kuracağımızı biz belirliyoruz.

İşte size **benim pencereden hayatın acı, tatlı, tuzlu, ekşi tarifleri**. Umarım tüm tatların keyfini bol bol çıkarırsınız...

