

## EVLYLYKTE SAYGI OLMAZSA OLMAZ

Saygý nedir? Karþýnýzdakine deđer vermeniz, kýrmamanýz, dikkat etmenizdir. Peki evlilikte saygý nasýldýr? Bunun en güzel ce ilk tanýptyđýnýzda birbirinize nasýl davrandýđýnýzdýr.

Hatýrlayýn biraz, geçmiþe bakýn bakalým nasýl davranýyordunuz ilk zamanlar? Birbirinizi göreceđinize yakýn nasýl heyecanlaný giyiminize, temizliđinize, görünüþünüze dikkat ediyordunuz. Yemek yerken ađzýnýzý þapýrdatmýyor, burnunuzu karýptýrmýyor, geđirmiyor veya asla gaz çýkartmýyordunuz.

Saygý nedir? Karþýnýzdakine deđer vermeniz, kýrmamanýz, dikkat etmenizdir. Peki evlilikte saygý nasýldýr? Bunun en güzel ce ilk tanýptyđýnýzda birbirinize nasýl davrandýđýnýzdýr.

Hatýrlayýn biraz, geçmiþe bakýn bakalým nasýl davranýyordunuz ilk zamanlar? Birbirinizi göreceđinize yakýn nasýl heyecanlaný giyiminize, temizliđinize, görünüþünüze dikkat ediyordunuz. Yemek yerken ađzýnýzý þapýrdatmýyor, burnunuzu karýptýrmýyor, geđirmiyor veya asla gaz çýkartmýyordunuz.

Tuvaleti birlikte kullanýr mýydýnýz veya pejmürde kýyafetler, saç baþ darmadađýn dolapýp, kendinizi karþý tarafa çirkin gösterir. Gözde çapak, yüz yýkanmamýþ, üstünüz baþýnýz yemek veya ter kokarken sevgili eþinize görünür müydünüz?

Peki þimdi nasýlsýnýz? Kavga, dövüp var mý, küfür, fiziksel hareketler, hakaretler... Karþýnýzdakini abađýlayan, yeren, küçümse söyleyken hiç "Ben ne diyorum, ne yapýyorum?" diyor musunuz? O bayýldýđýmýz, çiçek verdiđimiz, þiir yazdýđýmýz, kucakladýđý insaný, yerle bir ederken kendimize de saygýsýzlyk yapmýyor muyuz? Öyle ya, o kiþi bizim en yakýnýmýz deđil mi? Ayný yatađý paylaþtýđýmýz, ayný evde oturduđumuz, en kötü ve en iyi günlerimizi birlikte yaþadýđýmýz kiþiyi böylesine saygýsýzca yerle bir oluyoruz?

Çocuklarýmýz varsa, anne ya da babasýnýn birbirlerine karþý nasýl saygýsýzlyk ettiđini, kendilerine örnek aldýklarý kiþilerin nasýl varlyklar durumuna düþtüklerini görmüyorlar mý? Yazýk hakikaten çok yazýk. Sonra nasýl onlardan bize karþý saygý bekleyeceđ Kardeþine bađýrdýđý, küfrettiđi, dövüdü için çocuđunuza terbiye verebilecek miyiz? Çocuk bu ikilemi neyle izah edecek. "Aynas lafa bakýlmaz" diyen atalarýmýz ne dođru demip. Saygý bekliyorsak örnek olmalýyýz. Eþler arasýnda saygý karþýlýklý olarak tar yakýnlarýna, anne ve babalarýna gösterilen ilgide de aranmalýdır.

Sevmesek dahi eþinizin hatýry için onlara saygý göstermek gerekir. Esasýnda yapýlan, söylenen her söz, her hareket, eþlerin birbirlerine gösterecekleri saygý demektir. Konuþurken dinlemesini bilmek, lafýný kesmemek, baþkalarýnýn yanýnda (bilhassa) tenkit etmemek, baþkalarý ile karþýlaþtýrmamak, hele hassas olduklarý konularý yüze vurmamak, hepsi eþlerin birbirlerine olan saygýlarýný gösterir. Yardým eden, el veren, göđüs geren, koruyan, her þeyden önce ona öncelik veren, anlayýþ gösteren, alttan kiþiler, evliliđe ve eþine deđer veren, saygý duyan insanlardýr.

Eþine sormadan karar vermeyen, plan yapmayan, birbirlerine ait mektuplarý açýp, telefon mesajlarýný kurcalamayan kiþiler saygýlýdır. Kapýyý çalmadan içeri dalmak, "Burasý benim evim" deyip ortalyđý dađýtmak, toplamamak hep karþý tarafa saygýsýzlyk.

Yemekleri, tatlýlarý bitirip diđer tarafý düþünmemek, bize sýcak geliyor diye klimayý çalyptýrmak, yahut avaz avaz televizyon din karþý tarafýn isteyip istemediđini hesaba katmaksýzýn, arzumuzla göre davranmak, sonrada kalkýp saygýdan bahsetmek. Daha yýđýnla hadiseye deđinebiliriz. Bütün bunlarýn sonunda ne oluyor? Saygýnýn, düþüncenin kalmadýđý yerde, sevgi de kalmýyor. sonra öfke, hýnç, kin duymaya baþlayýp kýsas yapýyoruz.

Geçmiþi düþünün

Yalama olmuþ ilþkiler zamanla müthiþ geriye gidiyor. Bir zamanlar birbirlerine çok dikkat eden çiftler, þimdi ayný evde yaþayan i yabancı ve hatta düþman oluyorlar. Arada sevgi olmasa da hala saygý varsa, kiþiler birlikte yaþayabiliyor, çocuklarý için katlanabiliyorlar. Unutulan hatýralar, davranýþlar, birlikte geçirilmiþ güzel günler tekrar hatýrlanabilse, rutin, lakayt, hatta düþman

dolu gýnler dýzelebilir, yapam kalitesi yýkselir; huzur ve saygý gelebilirdi.

Mýnakapalarýn dahi saygý epliðinde yapýlmasý, karþý tarafýn görýplerine önem verilmesi, ayný evin içinde, iki eþit hakka sahip muamelesi gösterilmesi, evliliðe duyulan saygýdýr. Evlilik terapisi alan çiftlerle, özellikle saygý ve saygýsýzlyk kavramlarý iþlenip davranýþlarýný irdelemeleri saðlanýr. Terapist ile birlikte tek tek veya ikili konupmalarda þahýslar, nedenleri, niçinleri tartýþýrlark saygýnýn önemini, evlilik sanatýndaki rolünü, hayatlarýný alt üst eden hadiselerin, ne denli saygý kavramýna uzak olduðunu real ederler.