



## Kalp Bankası

Bedenimizin anatomik canlılığını renklendiren, besleyen ve **stres kaynaklı** hastalıklardan koruyan duygusal bir yapıya sahibiz. Bu yapıya dair eksiklikler insanı çoğu zaman yaşayan ölümlere çevirir. Sağlıklı gibi duran bir bedende baş gösteren mutsuzluk, stres ve duygusal kırılmalar zamanla bedenin erkenden çökmesine ve organik hastalıklara sebebiyet verir. Hastalıklar hemen kendini göstermese de bu kişilerin yaşamları mat ve azap içinde geçer. Yapısal olarak kalp, kan ve diğer organlarımız somut varlıklar oldukları için meydana gelebilecek deformasyonları zamana yayılmadan görmek ve müdahalede bulunmak kolaydır. Fakat aynı şeyi ruh sağlığımız için söylemek kolay değil. Bazen çok derinden gelir mevcut sorunlarımız ve çok sessiz biriktiririz yükümüzü. Bu yüklerin bazılarıyla yüzleşmek kolaydır ve çözümü uğraştırırsa da bir şekilde bulunur. Zor olan aile içerisindeki sevgisizlik kaynaklı sorunları çözmektir. Çünkü temeli çok erken yaşta atılan ve direk ebeveyn kişilikleri ve sosyal koşullarla ilintili bu durumun sonraki süreçlerdeki etkileri çok yönlü ve etki alanı geniştir.

İnsan anne ya da baba olduğu andan itibaren kalbinde sahip olduğu “**duygu bankasına**” otomatik olarak standart bir miktar “**sevgi para**” yatar. **Bu para, çocuğu olduktan sonra evladına duyduğu sevginin gücünü simgeler.** Anne ya da babaların duygu bankasındaki sevgi parayı muhafaza etmeleri ya da faizde tutarak artırmaları **anne babalık sorumluluklarını tam olarak yerine getirmek koşuluyla** çocuklarının yapacağı işidir. Yani duygu bankasındaki hesabın girdi çıktı işlemleri tamamen çocukların inisiyatifindeki hareketliliklerdir. Çocukların, üstlendikleri sorumlulukları yerine getirmesi anne babalarına gösterdikleri sevgi, saygı ve sahiplenmeleriyle onlara verdikleri duyguyla doğru orantılıdır. Yıllar içerisinde bu sevgi parayı onlarca katına çıkartmak mümkünken, yarıya düşürmek hatta eksiye düşmekte olasıdır. **Tekrar hatırlatmak isterim ki anne baların sevgi paralarının eksi ya da artıdaki miktarlarının bir anlamının olabilmesi için öncelikle kendilerine düşen sorumlulukları hakkıyla yerine getirmeleri gerekir.** Aksi halde yaşadıkları kalp kırıklığının, hüznün ve psikolojik yıkılmışlığın gerçekçi bir anlamı olmaz.

Bunun bir de çocuklarımızda yansımaları vardır. Arada şöyle bir fark bulunur. Her çocuk dünyaya kalbinde bir **duygu bankası ve sevgi hesabıyla** gelir. Fakat hesabında ebeveynlerde olduğu gibi **otomatik yatırılan bir sevgi parası yoktur.** Çünkü o dünyayı deneyimlememiş “ham” bir ruhtur. Her şeyi öğrendiği gibi sevmeyi, sahiplenmeyi, aidiyeti, saygıyı, vefa ve

minneti öğrenerek büyür. Koşulsuz sevilerek, koşulsuz kabul görerek, “sen değerlisin” mesajlarını anne babadan yoğun bir şekilde alan çocuk için anne baba en büyük destekçi, sırdaş ve güvenli limandır. Yoklukları dayanılmaz acılar verir. Anne babalarını kaybetme korkuları tüm dengelerini bozar evlatların. Çocuklarımızın sevgi paralarını milyonlara çıkartmak ya da hesabı boş tutmak anne babanın sorumluluklarını yerine getirmesiyle, sunduğu sevgi ve güvenle doğrudan ilgilidir. Yani hesaptaki sevgi para girdi çıktısı, hesap hareketliliği anne babanın yetkisindedir. **Burada da hesaplardaki olumlu ya da olumsuz durumlardan hesap sorabilmek için hesap sahibinin yani çocukların büyüme sürecinde kendi üzerlerine düşen sorumluluklarını yerine getirmeleri gerekir.** Aksi takdirde kırgınlıkların ve hayal kırıklıklarının gerçekçi bir anlamı olmaz.

**Özet:** Biz anne babalar, çocukları doğdukları andan itibaren en yüksek limitlerde severiz. Yıllar içerisinde sevgimiz azalabilir de tükenebilir de. Çocuklarımız ise bizi büyürken yavaş yavaş, biriktirerek severler. Çocuklar da anne babaya dair sevgilerini en yüksek limitlere çıkarta bilir ya da hiç sevgi geliştirmeyebilir. Her iki hesabın para hareketliliği tamamen sorumlulukların yerini getirilmesine bağlıdır. **Daha da özeti,** "Hayata ne verirsiniz, onu alırsınız" Statünüz hiçbir şeyi garanti etmiyor.

Köksal TERZİÖĞLU