

Günümüz insanı, geleneksel hayat tarzlarından çekirdek aileye, dolayısıyla bireyselleşme ve yabancılaşma kavramlarına geçiş yaparak modern kültürün bir parçası haline gelmiştir. İnsanları birbirlerine bağlayan dini ve kültürel bağları aşınan, bireyleşen ve kendine yabancılaşan insan, yalnızlığın dehlizlerine düşmektedir. Bu maddi bir yalnızlık değildir. Aksine günümüz insanı kalabalıklar içinde yürüyor, kalabalıklar içinde alış veriş yapıyor fakat bu insanlarla bir yakınlık kuramıyor, insani, sosyal bir bağ oluşturamıyor. Bu, maddi yalnızlıktan çok daha elem verici bir durum. Etrafınızda insanlar var ama kimse sizin ne durumda olduğunuzu bilmiyor, derdinizi söylemeniz dinleyen yok, herkes kendi meşgalesinin peşinde koşuyor. Garip bir rüya alanında yaşıyor gibisiniz... Kalabalıklar içinde yalnız ve suskunsunuz...

Yalnızlık

Jung, kişinin çevresinde insanların olmamasını yalnızlık olarak görmez aksine, ona göre, yalnızlık, kişinin değer verdiği şeyleri başkalarına ulaştırılamaması ve başkalarının imkansız bulduğu görüşlere sahip olması durumunda hissedilen duygudur. Burada bahsedilen yalnızlık, kişinin müşterek değerler bağlamında bir araya gelemediği ve kişi için önemli olan misyonunu başkalarına aktaramadığında kendini çaresiz ve yalnız hissettiği bir yalnızlıktır. Ancak, bu günün insanı daha ziyade, sosyal ve paylaşım alanında yalnızlığa düşüyor. İnsanların gitgide bencilleşmesi, ilişkilerin çıkar odaklı hale gelmesi, kişiler arası güven unsurunun zedelenmesi ve bireylerin sadece maddiyat peşinde koşmaları ve bütün bunların da ötesinde maneviyatın zayıflaması insanın yalnızlığını kaçınılmaz kılıyor.

Maddi zenginlik yalnızlığı getiriyor

Modern kültür birey ve toplumları birbirine kenetleyen değerleri zayıflatarak narsistik çağına geçişi kolaylaştırmıştır. Maddi olarak zenginleşen toplumlar giderek yalnızlaşmakta ve izole edilerek kendi kabuğuna çekilmektedir. Bu durum günümüz insanının en büyük sorunu haline gelmiştir ve bu konuda nihai bir çözüme ulaşabilmek için, insanların maneviyatlarına geri dönmeleri ve Allah'ın rızasına uygun bir hayat yaşamaları gerekir. Yalnızlık duygusu, sosyal kopukluğun ve modern anlayışın dışında bazen istemediğimiz durumlarda da gelişebilir. Mesela kişinin yaşadığı evi ya işini değiştirmesi, ebeveynlerin ölümü ya da ayrılmaları, sosyal paylaşım imkanlarından yoksun olmak, kolay arkadaş edinememe, kişinin kendini başarısız hissetmesi... gibi durumlar yalnızlığın ortaya çıkmasına sebep olan etkenler arasında sayılabilir. Uzmanlar kişinin kendisini izole etmesi ve yalnızlığa teslim olması neticesinde anksiyete ve özgüven

yetersizliğinin ortaya çıkabileceğini ifade ediyorlar.

Yalnızlığı tetikleyen sebepler

Aşırı internet kullanan kişilerde de yalnızlık hissinin daha yoğun olduğu ve bu kişilerin yetersizlik duygularının hayatlarını etkilediği tespit edilmiştir. Kişi internetin başında, sanal olarak iletişim kurduğu kişilerle hoşça vakit geçirdiğini zannederken interneti kapattığında kendini çok yalnız izole olmuş vaziyette hissediyor. Peki ne yapmalı? Öncelikle yalnızlık duygusunu tetikleyen nedenler üzerinde durmalıyız... Yalnızlığınızın sebebi ne? Maneviyatınızla ilgili bir durum mu? Ya da, toplum içine çıkmaktan kendinizi ifade etmekten çekiniyor musunuz? İnsanlarla bir arada yaşamaktan ve arkadaş edinmekten kaçınıyor musunuz? Sorunu tanımak, çözüme yaklaşmak demektir. O nedenle yalnızlığın nedenini tanımlamalı ve buna uygun çözümler üretilmelidir. Eğer kişi yeni bir mekana taşınmışsa, buradaki arkadaşlarıyla iyi ilişkiler kurmaya gayret etmelidir. Kişi hayata katılmaktan kaçınan ve kozasına çekilen biriye, insanların arasına katıldığında kendini bulacak ve güçlü dostluklar kuracaktır.

Allah'a yakınlık

Yaşanan sorun ne olursa olsun, kişinin kendini Allah'a yakın hissetmesi ve halini ona arz etmesi onun kendine dönmesini sağlayacaktır. Eğer hayatta istediğiniz bütün maddi imkanlara sahip olsanız dahi Allah'ın emirlerinden uzak bir hayat yaşıyorsanız, burada içinizdeki o büyük yalnızlığı hiçbir şeyle gideremezsiniz... Elbette hepimiz bu dünyada biraz yalnızızdır. Çünkü bu dünyalı değiliz, yerimiz yurdumuz burası değil ve burada gurbetteyiz. Bu gurbette, edindiğimiz dostlar, kazandığımız paralar ve elde ettiğimiz kariyer hiçbir şey tam anlamıyla bizi yalnızlık ve anlamsızlık duygusundan kurtaramaz. Bu nedenle Allah'a kul olmak yalnızlığımızın en büyük ilacıdır...

Aile içi eğitim

Kendinizi onların yerine koyun

Gençlere yaşlı ebeveynleri arasında zaman zaman çatışmalar olabiliyor. Burada sorunu

tetikleyen en büyük etken ise, gençlerin gelişim dönemlerine has özellikler taşımaları ebeveynlerin ise olaylara kendi pencerelerinden bakmalarıdır. Burada özellikle ebeveynler bilmelidirler ki, gençler gelişim süreçleriyle ilgili bazı özellikler taşıyabilirler. Bu nedenle büyükler kendilerini onların yerine koymalı ve onları anlamaya çalışmalıdırlar.

Ebeveynlerle gençler arasındaki çatışmalar genellikle şu konularda oluyor:

A- Ebeveynler, hayatla ilgili beklentilerini, hayallerini, gerçekleştirilmemiş düşlerini, kaygılarını gence yansıtıyorlar ve genci kendi düşünce şablonlarına göre biçimlendirmek istiyorlar. Elbette her anne babanın çocuğundan bazı beklentileri vardır ancak ebeveynler, yaşam alanı içerisinde çocuğun kendisinden ayrı yeteneklerinin beklentilerinin, hayallerinin olduğunu kabul etmelidirler.

B- Ebeveynler kendileri olmak isteyip de olamadıkları mesleğe çocuklarını yönlendiriyorlar ve bu konuda ısrarcı olabiliyorlar. Bazı gençler bize ulaşarak, "babam ısrarla tıp okuyacaksın diyor ama ben iyi bir eğitimci olmak istiyorum, aramız bozuluyor" diyor. Bu durumda ebeveynler çocukların meslekleriyle ilgili tercihlerine saygı göstermeli ve onları kendi uzantıları gibi görmemelidirler. Bilindiği üzere her insan sevdiği ve istediği meslekte daha başarılı olur...

C- Genç yaşadığı toplumda saygınlık elde etmek ve insanlar tarafından takdir edilmek beğenilmek ister. Ancak, istekleri tam olarak belirlenmiş ve biçimlenmiş değildir. Gencin hayatında bazı dalgalanmalar olabilir. Mesela, saygınlık elde edebilmek için zaman zaman ailenin istemediği arkadaş gruplarına dahil olabilir, popüler kişileri taklit edebilir, kendisiyle ilgili nesnelere çok değer verebilir. Ancak hayatında tam olarak hiçbir şey oturmuş değildir ve genç aslında kendini bulmaya çalışmaktadır. Oysa ebeveynlerin hayatında yerleşik değer ölçüleri vardır ve gencin doğrudan buna uyum sağlamalarını beklerler. Elbette anne baba çocuklarını Allah'ın rızasına uygun şekilde yetiştirmek ve onlara değerlerini öğretmekle sorumlular. Ancak bunu yaparken gencin gelişim özelliklerini bilerek hareket etmeli ve vermek istedikleri şeyleri onun gelişim durumuna uygun tarzda vermelidirler.

D- Gencin beklentileri çoğu zaman gündelik ihtiyaçlarına göre belirlenmiştir ve duyguları buna göre değişim göstermektedir. Oysa erişkinlerin nerede ne yapacağı bellidir, ihtiyaçlar makul şekilde belirlenmiştir. Bu nedenle genci anlamakta zorlanırlar ve kendilerine uyum sağlaması yönünde baskı yaparlar.

E- Genç ileriye dönük yeni hayaller kurmakta ve kimliğini oluşturmaya çalışmaktadır. Ne yapacak? Nasıl yaşayacak? Hangi mesleği seçecek? Nasıl bir insan olacak? Bütün bunlar henüz yeni şekillenmektedir. Oysa erişkinlerin hayatında her şey son halini almıştır ve onlar

yerleşik durumu korumaya çalışmaktadırlar. Erişkinler gençlerin kendi dünyalarından değerlendirdikleri için onun iç dünyasında olup biten bu süreçleri göz önünde bulundurmazlar. Bunun sonucunda da hayatın bir çok alanında gençlerle ebeveynler çatışırlar. Burada , ebeveynlerin gençleri onların dünyalarından bakarak anlamaya çalışmaları ve değerlerimizi aktarırken doğru yöntem kullanmaları gerekir.

Birkaç söz

Ebu Ubeyde Bin Cerrah

İslamla şereflendikten sonra ailesinden ayrılmak zorunda kalan Ebu-Ubeyde Bin Cerrah için Efendimiz, "her ümmetin bir emini vardır, bu İslam ümmetinin de emini Ebu ubeyde bin Cerrah'tır" demiştir. Daha sonra Yemenliler kendilerine İslamı öğretecek birini istediklerinde Efendimiz Ubeyde Bin Cerrah'ı buraya gitmesi ve İslamı öğretmesi için görevlendirmiştir.

Milligazete.com