

HODA KOTB



Tam Benlik Sözler

HER GÜN İÇİN BİR ÖZLÜ SÖZ

ÇEVİRİ: AYŞE BAŞCI


MUNDI



Tam Benlik Sözlür
Her Gün İçin Bir Özlü Söz

Hoda Kotb
ve
Jane Lorenzini

Mundi Kitap

Tam Benlik Sözcükler: Her Gün İçin Bir Özlü Söz, Hoda Kotb ve Jane Lorenzini

İngilizce aslından çeviren: Ayşe Başcı

This Just Speaks to Me: Words to Live By Every Day

İlk (bu çeviriye kaynak alınan) basım: G.P. Putnam's Sons, 2020

©2020, To The Moon Entertainment, Inc.

©2021, Can Sanat Yayınları A.Ş.

Bu basım, Penguin Random House LLC'nin Penguin Publishing Group bölümünün bir markası olan G.P. Putnam's Sons ile yapılan anlaşma sonucu gerçekleşmiştir.

Tüm hakları saklıdır. Tanıtım için yapılacak kısa alıntılar dışında yayıncının yazılı izni olmaksızın hiçbir yolla çoğaltılamaz.

1. basım: Aralık 2021, İstanbul

Bu kitabın 1. baskısı 4000 adet yapılmıştır.

Dizi editörü: Merin Sever

Editör: Çiçek Eriş

Düzeltilen: Burçin Gönül

Mizanpaj: Bahar Kuru Yerek

Sanat yönetmeni: Utku Lomlu / Lom Creative (www.lom.com.tr)

Kapak tasarımı: Bilal Sarıteke / Lom Creative (www.lom.com.tr)

Baskı ve cilt: Matsis Matbaa Hizmetleri San. ve Tic. Ltd. Şti.

Tevfikbey Mahallesi Dr. Ali Demir Caddesi No: 51 Giriş Depo Bölümü

Küçükçekmece-İstanbul

Sertifika No: 40421

ISBN 978-625-7491-20-4

MUNDİ KİTAP

Maslak Mah. Eski Büyükdere Cad. İz Plaza Giz, No: 9/25 Sarıyer/İstanbul

Telefon: (0212) 252 56 75 / 252 59 88 / 252 59 89 Faks: (0212) 252 72 33

mundikitap.com/9786257491204

bilgi@mundikitap.com

Mundi Kitap, Can Sanat Yayınları Yapım ve Dağıtım Tic. ve San. A.Ş.'nin tescilli markasıdır.

Sertifika No: 43514

Tam Benlik Sözlür

Her Gün İçin Bir Özlü Söz

Hoda Kotb
ve
Jane Lorenzini

YAŞAM

İngilizce aslından çeviren
Ayşe Başcı



HODA KOTB, Uzun yıllardır televizyon sunuculuğu ve spikerlik yapmaktadır; ayrıca *The New York Times* çoksatarı *I Really Needed This Today*, *Hoda* ve *Ten Years Later* kitaplarıyla tanınmıştır. Halen televizyon kariyerine devam etmekte olan Kotb'un *I've Loved You Since Forever* ve *You Are My Happy* isimli iki de çocuk kitabı bulunmaktadır. Dört Emmy kazanan sunucu, Alliance for Women in Media Gracie Ödülü, 2006 Peabody Ödülü ve 2002 Edward R. Murrow Ödülü'ne layık görülmüştür. Partneri Joel, iki kızı Haley ve Hope ile birlikte New York'ta yaşamaktadır.

JANE LORENZINI, İlk romanı *After the Rain* Ekim 2018'de yayımlanmadan önce on üç yıl boyunca haber sunuculuğu yapmıştır. Hoda Kotb'la birlikte kaleme aldığı *I Really Needed This Today*, *Hoda*, *Ten Years Later* ve *Where We Belong*'un yanı sıra *After The Rain* isimli bir kitabı daha vardır. Tennessee'de yaşamakta ve ilk romanının devam kitabını yazmaktadır.

AYŞE BAŞCI, 1974 yılında İstanbul Yeşilköy'de doğdu. 1997'de Boğaziçi Üniversitesi Mütercim-Tercümanlık Bölümü'nden mezun oldu. Kurgu ve kurgudışı olmak üzere kırktan fazla kitap çevirdi. Kitap eleştirileri, tanıtım yazıları ve çeviri odaklı köşe yazılarının yanı sıra 2019'da *König: Dünyayı Dolandıran Türk'ün Romanı* adlı kitabı yayımlandı.

*Gelecek nesiller adına
sonsuz ümit ve şifa niyetiyle...*

Giriş

.....

Doğruyu söylemek gerekirse, güzel bir özlü söz benim için patates kızartması gibi bir şey – asla bıkmam! Ya sizin için? Açıkçası çoğumuzun acilen bir ilham dalgasına ihtiyacı olduğunu düşünüyorum. Her biri benzersiz ve kendi sadeliği içinde çok cezbedici olan özlü sözler, dönüp duran yıldızlardan oluşan bir galaksi gibi hepimizi büyüleyici bir güzelliğin içine çekiyor. Bir alıntıyı okuyor, sonra bir daha okuyor, bir hali ele alıp bizim hiçbir zaman yapamayacağımız kadar ince işlenmiş bir dizi sanatkârane satıra dönüştürebilen insanların ifade ettikleri gerçeği içimize çekiyoruz. *Bittim ben, çok yalnızım, sevinçten uçuyorum, minnettarım*. Gelmiş geçmiş bütün söz ustaları için şükürler olsun! İster tüy kalemle ister bilgisayar klavyesiyle yazmış olsunlar, korkularımızı yatıştırmak ya da moralimizi düzeltmek için bu güçlü cümlelere güveniyoruz.

İşte bu yüzden 2019’da, bir yıl boyunca biriktirdiğim ve çok sevdiğim özlü sözleri bir araya getirip *I Really Needed This Today* [Bugün Tam da Buna İhtiyacım Vardı] kitabını yayımlamıştık. Farklı alıntıları bir kitapta buluşturmak çok mantıklıydı – güne başlarken ya da günü bitirirken biraz desteğe ihtiyaç duyduğunuzda sığınabileceğiniz, kullanışlı, sıcacık bir alan sunduk. İnsanların her sabah ellerinde bu kitapla, NBC stüdyolarının bulunduğu Rockefeller Plaza’ya gelmeleri harikaydı. O günün sayfasını veya kendilerine anlamlı gelen bir özlü sözün sayfasını açıp birkaç santimlik o daracak alanı imzalamamı istiyorlardı. Kendilerini sakinleştiren ya da motive eden sözcükleri sahiplenerek, “Bu benim sözüm,” diyorlardı. Bir okur, kızının özellikle seveceği alıntıları yapışkanlı not kâğıtlarıyla işaretliyor, hatta bu kâğıtların üstüne anneliğin getirdiği bilgilerini de yazıyordu. Çok tatlı, değil mi? Belki de o kitaptaki özlü sözlerden

biri, iki kişi arasında beklenmedik bir sohbet doğmasına vesile oldu. Bir başka kadın da kitaptaki günlük alıntıları en sevdiği kadın arkadaşlarından oluşan gruba gönderdiğini söyledi ve "Her gün onlara hiç değilse bir selam veriyorum bu sayede," dedi.

Pek çok insanın, başkalarını da düşünerek kitabı zor zamanlardan geçen ve desteğe ihtiyaı olan arkadaşlarına ya da aile üyelerine hediye ettiğini öğrenince çok mutlu oldum (ama hiç şaşırmadım). İmza günlerinde sayısız okur elinde dört, altı, hatta sekiz kitapla gelip hediye edeceği kitapları imzalattı. Bence bu, canı yanan birine ne söyleyeceğimizi pek bilemediğimiz, doğru kelimeleri bulamadığımız anlamına geliyor. Bu tür kitapları başkalarıyla paylaşınca aslında o 365 sayfanın birinde derde derman bir satır olabileceğini veya hiç değilse bir anlığına ferahlık bulunabileceğini söylemiş oluyoruz. zl sözler bizi ve sevdiklerimizi şefkatle kurtarıyor.

Ve heyhat, yıkıcı ve lmcl Corona virüsünün yeryüzünü bir uçtan öteki uca kadar kavurduğu 2020'de dünyanın gerçekten de kurtarılmaya ihtiyaı vardı. Gezegendeki herkesin hayatı değişti, sabrımız sınıandı, işler kaybedildi, sevdiklerimiz uçtu gitti. New York şehrinin bomboş caddeleri sinir bozucu, geçici morgları dehşet vericiydi. Virüsü yok etmeye çalışırken New York ve içindeki *her bir* topluluk baştan sona değişti, hepimiz "eski" hayatlarımıza hasret kaldık. Bu muharebenin orta yerinde sağlık savaşçıları, ilkyardım ekipleri, kamyon şoförleri, market çalışanları, postacılar ve başka pek çok meslek grubundan insan, toplumun iyiliği için hayatlarını tehlikeye attı. Sonsuz teşekkürler... Mesleki açıdan da benim için her şey çok tuhaftı ama en azından bir işim vardı. Oysa çoğu kişi işini kaybedip sıkıntıya düştü. Stüdyo 1A'da sadece bir kameramanla birlikte tek başıma program yapmak gerçeküstü bir deneyimdi. Mesai arkadaşlarımı ve yoğun bir günün telaşını özledim. Rockefeller Plaza 30 numaradaki enerji tükenip gitmiş ve kalan her şey de sterilize edilmişti. Her gün dünyanın her yerinden yürek yakan görüntüleri yayınladık: İtalya'ya gönderilen ceset torbalarıyla dolu kamyonlar, çok kırılđan oldukları için bakımevlerinden tekerlekli sandalyelerle çıkarılan yaşlılar. Neyse ki sınır tanımayan iyiliklere dair sayısız hikye de gördük; bunların bir kısmını, çok karanlık bir dönemde

birbirimize nasıl yardım ettiğimizi hatırlatmak üzere bu kitapta da paylaşacağım. Evde ise milyonlarca aile gibi Joel ve benim de tek derdimiz, iki kızımızın sağlıklı ve mutlu olmasıydı. Çoğumuz günlerimizi evlerin içinde, kaygılanarak, ellerimizi yıkayarak, sonrasını merak ederek geçirdik. Kimi zaman herkes birbirine yüklendi ve kontrolümüzü kaybetme noktasına geldik. Benzersiz gücü ve iyimserliğiyle karantina sürecini tek başına atlatan annem için çok korkuyordum. Her perşembe Joel, ben ve kızlar yemek masasında “yer ayırdığımız” iPad’le Zoom üzerinden annemle akşam yemeğinde buluştuk. Bu özel akşamlar için giyinip süslenen, makyajını eksiksiz yapan annem, “Ah, sofranızdaki somonun tadına bakmayı çok isterdim!” diyordu. Haftalık akşam yemeği buluşmalarımızı iple çekiyor, aramızdaki mesafeyi ortadan kaldıran teknolojiye minnet duyuyorduk.

Amerika Birleşik Devletleri’nde her eyaletin yavaş yavaş yeniden açılmaya başladığı sırada, Minneapolis’te George Floyd’un trajik ölümüyle birlikte ülke bir kez daha baştan aşağı sarsıldı. Ülkenin her yerinde bir süre önce bomboş olan sokaklar acılarını, öfkelerini ve değişim taleplerini dile getiren protestocularla doldu. Zaten zorluklarla mücadele eden mahallelerimizde şiddet olayları yaşanıp da yıkım başlayınca kalbimiz bir kez daha kırıldı. Yine de daha iyisini yapma, birbirimize eşit muamele etme ihtiyacımız, gerçek bir değişimin beraberinde getirdiği acıdan daha baskın, daha güçlüydü. Bu bir uyanış mı? Renk körü bir topluma dönüşebilir miyiz? Bunun için çabaladığımızı her zamankinden daha çok inanıyorum. 2020 sürekli olarak fiziksel, duygusal, ruhsal zorluklarla sınıdığımız bir yıl oldu. Umarım siz bu satırları okurken hem bedenlerimiz hem de toplumlarımız hasarı kalıcı şekilde onarmaya devam ediyor olur.

Hayat hakkındaki en rahatsız edici gerçek, bu yolculuğun sürekli mutluluk ve dert arasında gidip gelmesi olsa gerek. Hayat hiçbir zaman hiçbirimiz için planlı ve sorunsuz olmayacak. Her şey günden güne değişebilir ve değişti; özlü sözlere, “Çok talihliyiz”, “Henüz çok geç değil” veya “Daima nazik ol” gibi kısa, hoş anımsatıcılara belki de bu yüzden ihtiyaç duyuyoruz. Bir gün bize pek de hitap etmeyen bir özlü sözün aniden en sevdiğimiz alıntı olabi-

leceğini, çünkü hayatın bizi değiştirdiğini ben de artık biliyorum. Önceleri kelimeler altı üstü kelimeydi – ta ki derin bir acı ya da tarif edilemez bir sevgiyle içlerindeki güç ortaya çıkana kadar. Artık aynı dilden konuşuyoruz! Ve böylece sizin yüreğiniz de tatlı tatlı coşuyor ya da mutlulukla dolup taşıyor.

Bu Söz Tam Benlik, en sevdiğimiz alıntıların mutluluğunu paylaşmak ve belki de biraz olsun şifa bulmak için sadece bir fırsat. Hepimiz kahve fincanlarımızı ya da şarap kadehlerimizi alıp günlük dertlerimizi kısacık bir anlığına geride bırakalım. Yıl boyunca hayata bakış açınız ve haliniz kaçınılmaz olarak değiştiğinde *size en uygun* özlü sözlerle huzur bulacağınızdan emin olabilirsiniz.

Hazır mısınız? Başlayalım o zaman.

Toparlan. Yeniden başla.

—*Brené Brown*

Üniversitelerin mezuniyet törenlerindeki konuşmaları izlemeye bayılıyorum. Brené Brown da mezunu olduğu Austin'deki Teksas Üniversitesi'nin 2020 mezunlarına yaptığı konuşmayla ortalığı yıktı geçti. Yeni bir yıla başlarken, önümüzdeki günlerde karşımıza her ne çıkacaksa baş edebilmek için gerekli motivasyonu Brené'nin cümlelerinden alalım:

Düştüğümüzde kalkıp toparlanmak, bir terslik karşısında toparlanmak, şu anda yaşadıklarımıza rağmen toparlanmak için öncelikle düştüğümüzü, başarısız olduğumuzu, hata yaptığımızı kabullenmemiz gerekir. Canınızın yandığını, üzgün, kırgın, kederli, utanç içinde olduğunuzu kabullenecek kadar cesur olmanız; her ne hissediyorsanız onu sahiplenmeniz gerekir. Söylenmemiş ve dışa vurulmamış duyguları sırtımızda taşıyorsak yeniden başlayamayız. Cesur ve meraklı olmalı, düşünüşle beraber gelen duyguların hepsini didiklemeliyiz.

Daha sonra Brené aslında kim olduğunu, başarılarından ziyade başarısızlıklarından öğrendiğini söylüyor. Evet! Üç güçlü kelime: Toparlan. Yeniden başla.

Kendinizi pek ciddiye almayın. Bugün varız, yarın yokuz,
var olduğunuz her ânın tadını çıkarın. — Deepak Chopra

Deepak Chopra ile karşılıklı oturduğunuzda huzuru bulacağınıza yemin edebilirim. Sakinliği tam anlamıyla bulaşıcı. *Metahuman* [Meta-İnsan] kitabının yazarı Deepak'la röportaj yaparken kendini nasıl hissettiğini sordum. "Tam anlamıyla huzurluyum," dedi. Ve ona inandım! En sevdiği özlü sözün ne olduğundan bahsederken kendi cümlelerini söyledi: "Kendinizi pek ciddiye almayın. Bugün varız, yarın yokuz, var olduğunuz her ânın tadını çıkarın." Sosyal medyada da bu bakış açısını korumamızı önerdi çünkü ne söylersek söyleyelim eleştirenler, trolleyenler ve saldıranlar olacaktır. Kendimizi fazlasıyla ciddiye alırsak hayatımız boyunca bir şeylere gücenip dururuz. "İnsanların ve koşulların tetiklemesiyle sürekli olarak öngörülebilir sonuçlara varan biyolojik robotlara dönüşürüz ve bu da korkunç bir hayat olur; sokaktan geçen yabancıнын insafına kalırsınız." Deepak bunun yerine neşeyi kucaklamaya, sevgiyi azami güce kavuşturmaya, varoluşumuzun amacını ve anlamını bulmaya odaklanmamızı öneriyor. Mantıklı, değil mi? Daha şimdiden huzurlu hissetmiyor musunuz?

Ebeveynin bir günü:
Yüzde 50'si bir yere gitmeye hazırlık
Yüzde 1'i o yer
Yüzde 49'u o yerden dönmeye hazırlık

Sahildeki evimize alt tarafı elli metre mesafede bulunan parkta piknik yapmaya karar verdik, ailemizin hali tam da böyle oluyor.

1. Adım: Piknik hazırlıkları

Çocukları hazırla... Ayakkabıların eşlerini bul. Güneş kremi kimde? "Tatlım, çoraplarını giymen lazım." Sonra, "Çok sıcak!" Neden mont giymemiz gerektiğini açıkla. Bir yandan da sandviçleri paketle, yere serilecek örtüyü bul, çocuklar için oyuncak götür, bir yığın ıvır zıvırı yüklen.

2. Adım: Piknik

Kimse piknik yapmaktan memnun değil.

3. Adım: Eve dönme hazırlıkları

Her şeyi yeniden toparlarken bir yandan da ne demeye pikniğe gittiğimizi sorgula.

Motivasyon, yola çıkmanızı sağlar. Alışkanlık ise yola devam etmenizi.

— Jim Ryun

Alışkanlıklardan kurtulmaya yönelik bütün önerilere açığım... Bileğime taktığım lastiği hızla çekip bırakmak, ortalıktaki şekerlemeleri yemeyeyim diye üstlerine deterjan dökmek, her ne öneri gelirse gelsin. Dolayısıyla *Tiny Habits: The Small Changes That Change Everything* [Ufak Tefek Alışkanlıklar: Her Şeyi Değiştiren Küçük Değişimler] kitabının yazarı B.J. Fogg'un söyledikleri çok ilgimi çekti. Fogg'un yaklaşımı basitti: "Pijama giymek gibi mevcut bir rutininizi alın, hemen arkasından yeni bir alışkanlık geliştirin." Daha sonra bu yeni alışkanlığı, yumruklarınızı sıkıp, "Süper!" demek gibi bir onay tepkisiyle pekiştirin. (Fogg'a göre duygular alışkanlıkları güçlendiriyor.) Anda olabilmenin yolunu kendisine sorduğumda ise her gün eve döndüğümde çantamı bir kenara atmamı, telefonumu şarja takıp orada bırakmamı söyledi. Yumruğunu sık; müthiş. Kısa süre önce dört yaşındaki kızım Haley'nin "e-postalarını kontrol etmek" için telefonumu istemesinden sonra, bu yöntemi denemeye çok niyetliydim. Eh. Uzun lafın kısası: Denedim, sevdim ama henüz alışkanlık diyemem. Değiştirmek istediğiniz bir alışkanlığınız mı var? Değiştirin, sonra da "Yumruğunu sık; süper!" diye bağırın.

Bütün cevapları bildiklerini sananlardan daima uzak duralım.
“Şuna bak!” deyip hayretle gülerek başlarını öne eğenlerle
daima yakın olalım. — *Mary Oliver*

Covid-19 krizinde tabii ki birbirimizden uzak durduk. Çok çok az sayıda uçak çalışıyordu; böylesine sarsıcı bir dönemde bile espri yeteneğini kaybetmeyen bir Southwest Airlines hostesinin hikâyesine bayıldım. Çekilen video kaydında bu hostes, uçaktaki *tek* yolcuya hitaben anons yapıyor:

Hostes: “Uçağımıza hoş geldin Bob.”

Bob: “Teşekkürler.”

Uçak inince hostes Bob’a, büyükannesini arayıp hayatının en harika uçuşu olduğunu anlatmasını söylüyor.

Görür görmez âşık oldum sana ve sen de bunu anladığın için gülümsedin.
— *Arrigo Boito*

Covid-19 pandemisi sırasında aile ziyaretlerine kapatılan bir huzurevindeki karısını görebilmek için bir vincin sepetine binen seksen sekiz yaşındaki Massachusetts’li adamın görüntüsü herkesin yüreğine dokundu. Altmış bir yıllık evli olan Nick Avtges, sevgili Marion’ını bir aydır görmemişti; bir ağaç şirketinin yardımıyla, karısının üçüncü kattaki odasına çıkmanın yolunu buldu. “Gerekirse on kat bile çıkardım, ne olacak?” diyordu. Maskesini ve eldivenlerini takan Nick, Marion’ın penceresinin önündeki beyaz vinç sepetinin içinde görüntülendi. Yirmi dakikalık sohbetleri sırasında, “Seni Seviyorum Aşkım” yazılı bir pankart açtı. Karısının cevabı ne mi oldu? “Ben de seni, asla tahmin edemeyeceğin kadar çok seviyorum.” Birbirlerini her gün görmeye alışkın olan çiftte kumrular, birlikte vakit geçirebildikleri için minnettarlardı. Bakımevinin yöneticisi, “Nick eşine çok bağlı bir adam,” dedi. “Bir gün bile gelmezlik etmedi.” Aman Tanrım! Gerçek aşk daima bir yol buluyor!

Evrendeki her şey aynı hizadaysa, kafanızın içindeki müzik dışarıdakiyle aynıysa, her şey yolundaysa işte bu “Mükemmel An” dır.

— Hugh Elliot

Böyle bir şeyin olabildiğine hâlâ inanamıyorum. *The Ellen DeGeneres Show* programı için kuliste beklerken, aynı şarkıyı tekrar tekrar çalıp Laura ve Mary’yi delirtmişim. Sihirli elleriyle saç ve makyaj yapan bu dünya tatlısı iki kadına, sürekli “başına dön” butonuna basarak işkence ediyordum. Ama elimde değildi! Alicia Keys’in “Underdog” şarkısı tek kelimeyle müthiş. Dişiyle tırnağıyla mücadele edip başarmış insanların marşı sayılabilecek bu şarkıyı dinlerken ister istemez yumruğunuzu sıkıyorsunuz. Ve işte sihirli an: Alicia Keys’in şarkısını arka arkaya dinlerken başımı çevirdiğimde bir de baktım ki ALICIA KEYS kulisin önünden geçiyor! Neeeeeeeeee????? “Alicia!” diye bağırdırken neredeyse bayılacaktım. Bu nasıl bir tesadüftü? O da bize katıldı ve şarkısına eşlik etti... bizzat! “Underdog” şarkısının hem kaydını hem de canlı performansını dinliyordum! Laura, “Yirmi yıl *Today* programında çalıştım. Bu kesinlikle en müthiş beş ânımdan biri,” dedi. Benim de öyle! Belki mükemmel an bugün de sizi bulacaktır. Hazır olun!

Öğrendiğini öğret. Aldığını ver.

— *Maya Angelou*

Donut yemeye asla doyamam. Yedikçe mutlu oluyorum! Ama televizyondaki *Today* programında Ohio’lu bir fırıncıya yapılan iyiliğin haberi yayınlandığında gözyaşlarımı tutamadım. Emilie Smith, büyükbabasının 1955’te kurduğu Tremont Goodie Shop adlı fırının bugünkü sahibi. Covid-19 krizi nedeniyle dükkânını müşterilere kapatmak zorunda kalan Emilie mecburen çalışan sayısını azaltmış ve geçimini evlere servisle sağlamaya başlamış. Çoğu işletme gibi bu fırın da epeyce zorluk çekmiş; Emilie üç nesildir ailesine ait olan bu hazineyi kaybedeceğinden korkuyormuş. Günün birinde maaş bordrolarıyla uğraşırken fırının çok eski müşterilerinden biri arayıp en sevdiği donutlardan sipariş etmiş: İçi dolgulu, üstü çikolata kaplı olanlardan. İsmi gizli tutmak isteyen bu müdavim, bu tatlı ziyafeti karşılığında 1.000 dolar, yani kendisine yapılan teşvik ödemesinin büyük bir kısmını vermeyi teklif etmiş. Emilie, “Dilim tutuldu, ağlamaya başladım,” diyor. Üstüne küçük bir kırmızı kalp çizilmiş donut paketini tutan yaşlı bir elin görselini sosyal medyada paylaşmış. Aldığınızı verin. Hiç değilse birazını.

Ne mutlu merak edenlere, çünkü maceraları ancak onlar yaşar.

— *Lovelle Drachman*

Evde, Haley ile o günkü planlarımızı yazdığımız bir tahta var. Eczaneye gitmek gibi en küçük işleri bile listeye yazarken “macera-ya atılmak” ifadesini daima ekliyorum. “Pekâlâ Haley, maceramızdaki ilk durağımız eczane. Nerede acaba?” Etrafına dikkatle bakıp, Macera Takımı’nın bir parçası olmanın heyecanıyla, “Ben biliyorum, biliyorum!” diyor. Sonra, “Haley, maceramızın ikinci durağında bir köpek bulacağız,” diyorum; tabii ki New York’ta dolaşırken bir milyon tane köpek görebiliyorsunuz. “İşte orada!” diyor sevinçle. Dışarı çıkamıyorsak evin koridoruna “Komik Yürüyüş Bölgesi” yazıyorum. Böylece alt tarafı bir buçuk metrelik koridorda saçma sapan hareketlerle dans ederek kısa bir macera yaşayabiliyoruz. Hâlâ arada sırada ona iş buyurduğum oluyor ama sıkıcı işleri çoğu zaman unutulmaz anlara dönüştürmeye çalışıyorum. Bir çocuğun hayal gücü, bizim sunabileceğimiz her türlü maceradan çok daha geniş, dolayısıyla elimden geldiğince Haley’nin hayal gücünü ateşleyip kalanını ona bırakmaya gayret ediyorum.

Yapılmaya değer her şey, korkuyla başlar.

— Art Garfunkel

Amerikalı astronot Christina Koch, Uluslararası Uzay İstasyonu'nda 328 gün geçirerek yaklaşık bir yıl boyunca yörüngede kalan ilk kadın oldu. *Today* programında yayınladığımız videosunda Christina, Dünya'ya döndükten sonra uzay kapsülünün üstünde ışıltılı bir yüzle gülümsüyor. Tarif edilemez bir sevinç yaşıyor! Görevini tamamlamış, çocukluk hayalini gerçekleştirmiş ve evine dönmüş. "Dünya'ya döndükten sonraki ilk iki dakika içinde, son bir yılda gördüğümde çok daha fazla sayıda insan gördüm," diyor. Evine hoş geldin Christina! Hepimize tavsiyesi şu: Sizi korkutan şeyleri yapın ve erişemeyeceğinizi düşündüğünüz şeylerin peşine düşün.

(Havayı biraz dağıtmak için, sunucu arkadaşım Savannah Guthrie hepimize, uzaydan dönünce yemek isteyeceğimiz ilk yemeğin ne olduğunu sordu.

Craig Melvin: Biftek ve annemin peynirli makarnası.

Al Roker: Koca bir kâse dondurma.

Savannah: Pizza.

Ben: Kızarmış tavuk ve patates püresi.)

Bozulan şey tamir edilir. İncinen yer iyileşir. Karanlık ne kadar artarsa artsın, güneş mutlaka yeniden doğar.

Güneşe bayılıyorum. Telefonum, turkuvaz okyanusun üzerinde doğan, batan, ışıldayan bu altın rengi güzelliğin fotoğraflarıyla dolu. New York'taki ünlü bir hastanenin Covid-19'u atlatan hastalarını kutlamak üzere seçtiği şarkıyı öğrendiğimde, *Mükemmel*, diye düşündüm. Corana virüsü krizi sırasında bitap düşen hastane personeli, ne zaman bir hasta solunum cihazından çıkarılsa ya da taburcu edilse, insana kendini iyi hissettirecek bir şarkının hastane hoparlörlerinden bangır bangır çalınmasının herkese moral vereceğini düşünmüş. İçlerinden birisi, Beatles'ın "Here Comes the Sun" [Güneş Doğuyor İşte] şarkısını çalmak gibi harika bir öneride bulunmuş. O günden itibaren ekstübe ya da taburcu edilen her hasta için bir hemşire santraldeki operatörü arayıp, "Güneş Kodu devrede," demeye başlamış. İnsanı canlandıran bu şarkı hastane koridorlarında dolaşarak güzel haberi hem hastalara hem de personele ulaştırmış. Hastane bir gün içinde on iki "Güneş Kodu" mesajıyla hem kalpleri ısıtmış hem de herkesin ihtiyaç duyduğu ümidi yaymış.



The New York Times'ın 1 numaralı çöksatar yazarı Hoda Kotb, ilham veren özlü sözlerle, yılın her günü için ayrı bir umut ışığı yakıyor.

Kendisini etkileyen insanları ve tecrübeleri okurlarıyla paylaşan Hoda Kotb annelikten arkadaşlığa, sevgiden kayba kadar pek çok konuyu ele alıyor. Pandemi döneminde tüm dünyanın karşılaştığı zorlukların üstesinden gelmeye çalışan, fark yaratmak için çabalayan insanları da öne çıkaran bu kitapta kimi zaman komik kimi zaman hüznü, cömertlik ve nezaket dolu sınımsız hikâyeler bulacaksınız.

Hoda Kotb'un yaşam sevinci, buna en çok ihtiyaç duyduğumuz zamanda, *Tam Benlik Sözler*'de olanca ılıtısıyla karşımıza çıkıyor.

"Kotb'un nezaket, sevgi, kayıp, dostluk ve annelikle ilgili kişisel hikâyelerden derlediği, özlü sözlerle dolu bu koleksiyon, insana iyimserlik aşıyor. Sınımsız sohbetlerin çekimini hissetmemek elde değil."

Parade

"İçgörü, cesaret ya da dolu dolu bir kahkaha... Bu kitapta aradığınız her şey var."

Booklist

"Birbirinden farklı durumlarla ilgili, insanı düşünmeye teşvik eden alıntılarının yer aldığı bir koleksiyon... Zekice kaleme alınmış, eğlenceli, içgörü sahibi... ne ararsanız var. Tam bir başucu kitabı."

Washington Book Review



mundikitap.com

twitter.com/mundikitap

facebook.com/mundikitap

instagram.com/mundikitap

Yaşam

ISBN 978-625-7491-20-4



9 786257 491204