

E V L İ L İ K
Ç A T I Ş M A S I

TAKIM ARKADAŞLARI
OLARAK KONUŞMAK

YAŞAM İÇİN 31 GÜNLÜK
RUHSAL OKUMALAR

STEVE HOPPE

E V L İ L İ K
Ç A T I Ş M A S I



KARANLIKTAN IŞIĞA YAYINLARI

Davutpaşa Cad. Kazım Dinçol San. Sit.
No: 81/87 Topkapı, İstanbul – Türkiye
info@karanliktanisisiga.com
www.karanliktanisisiga.com
Tel: (0212) 567 89 93

Kitap: Evlilik Çatışması
Özgün Adı: Marriage Conflict
Yazar: Steve Hoppe
Çevirmen: Levent Kınran
Mizanpaj: Aysun Alsancak

Bu kitabın çeviri editörlüğü ve düzeltme işlemleri Karanlıktan Işığa Yayınları tarafından yapılmıştır.

ISBN: 978-605-70441-6-7
T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı Sertifika No: 52351

© 2020 by Steve Hoppe. All rights reserved. Originally published by P&R Publishing Company. Translated and printed by permission.

Bu kitabın her türlü yayın hakkı saklıdır ve izin ile kullanılmıştır. Telif hakkı sahiplerinin yazılı izni olmadan bu yayın, makale tarzında yayınlar içinde bulunan kısa alıntılardan hariç herhangi bir biçimde basılıp çoğaltılması yasaktır. Kitabın metnini kullanmak isteyenler, telif hakkı sahiplerinin izni için yayıncıya başvurmalıdır.

Bu kitapta kullanılan tüm Kutsal Kitap ayetleri, aksi belirtilmedikçe, Kutsal Kitap Türkçe Yeni Çeviri'sinden alınmıştır. Eski Antlaşma © 2001, 2009 Kitab-ı Mukaddes Şirketi; Yeni Antlaşma © 1987, 1994, 2001, 2009 Yeni Yaşam Yayınları. Tüm yayın hakları saklıdır ve izin ile kullanılmıştır.

Baskı: Anadolu Ofset – Tel: (0212) 567 89 92
Davutpaşa Cad. Kazım Dinçol San. Sit.
No: 81/87 Topkapı, İstanbul – Türkiye
Mart 2022

E V L İ L İ K
Ç A T I Ş M A S I

TAKIM ARKADAŞLARI
OLARAK KONUŞMAK

STEVE HOPPE

YAŞAM İÇİN 31 GÜNLÜK
RUHSAL OKUMALAR SERİSİ

DEEPAK REJU

Seri Editörü

Pratik. Sohbet başlatıcı. Rehber. *Evlilik Çatışması* kitabı, size eşinizi nasıl ve ne zaman bağışlamanız gerektiğini, eşinizin akrabalarıyla ilişkilerin nasıl idare edileceğini, eşinizi tamir etmeye çalışmaktan nasıl kaçınacağınızı ve evlilik ilişkileriyle ilgili birçok başka konuyu öğretecektir. Spesifik, öz ve derin düşünmeler aracılığıyla kaçınılmaz olarak eşinizle iletişim konusunda büyüyeceksiniz. Kitabın basit bir kalıbı var: okuyun, görüşün, düşünün ve harekete geçin. Bunu seveceksiniz.

—**Michael Keller**, Baş Pastör, Redeemer Presbiteriyen Kilisesi, Lincoln Square, New York

Steve bu kısa ve zengin ruhsal okuma kitabında size evliliğinizin makro durumunu biçimlendirecek mikro anları kurtarabilmeniz için bir dizi erdem sunuyor. Bu, Kutsal Kitap’a dayalı, lütufla dolu ve son derece pratik bir kitaptır. Hayatınızdaki en önemli ilişkiyi güçlendirmek için tam istediğiniz ve ihtiyaç duyduğunuz şeydir. Evliliğini yenilemek isteyen herkesi bu kitaptaki mesajları okuması ve uygulaması için teşvik etmek isterim.

—**Tim S. Lane**, Başkan, Institute for Pastoral Care; Yazar, *Unstuck: A Nine-Step Journey to Change that Lasts*

Evlilik sözü veren her çift, çatışmalarla yüzleşir ancak pek azımız bunu çözümlenecek kaynaklara sahibizdir. Steve, tazeleyici dürüstlüğe ve eşsiz pratikliğe sahip olan bu ruhsal okuma kitabında bize gerçeğe, sevgiye ve bilgelikle iletişim kurmamızı sağlayan pratik gereçler sunuyor. Bunu eşinizle birlikte en az yılda bir kez okumanızı ve birlikte çalışmanızı tavsiye ederim. Evliliğinize sevinç, gülüş ve Tanrı’nın esenliğini getirecektir.

—**Rebekah Lyons**, Yazar, *Rhythms of Renewal: Trading Stress and Anxiety for a Life of Peace and Purpose* and *You are Free: Be Who You Already Are*

Okuduğum bütün evlilik kitapları arasında bu kitap çabucak zirveye oturdu. Sevgili eşi Abby ile birlikte hem deneyimli bir evlilik danışmanı hem de “evlilik pratisyeni” olarak yazan Steve, çiftler için evlilik iletişiminin hayal edilebilecek en zor kısımlarını bile sevgiyle idare edebilmelerini sağlayacak değerli bilgeliği sunuyor. Kulağa ne kadar komik gelebilse de, *Evlilik Çatışması* kitabını, evliliklerindeki çatışmalara hakim olmak isteyenler için ne kadar tavsiye etsem azdır.

—**Scott Sauls**, Baş Pastör, Christ Presbiteryen Kilisesi, Nashville; Yazar, *Jesus Outside the Lines* ve *A Gentle Answer*

Girişin daha ilk cümlesinde kitap beni sardı. Eşimle Mesih’e benzer bir şekilde iletişim kurmak için daha zengin bir vizyon sahibi olacağımı biliyordum. Kitabı okuduktan sonra ondan af dilememi gerektiren birçok neden olduğunu fark ettim. Biraz büyüdüm. Umarım ki daha iyi bir koca oldum. Steve’in yazım tarzı düşündüren, gayret gerektiren ve Kutsal Kitap açısından zengin olan bir tarzdır. Evlilik danışmanlığı verdiğim kişiler bunu çok sevecekler.

—**Ed Welch**, Danışman ve Öğretim Üyesi, Christian Counseling and Educational Foundation; Yazar, *When People Are Big and God Is Small*

İçindekiler

Bu Kitabı Birlikte Okuyan Çiftlere Bir Çift Söz	11
GİRİŞ: Ölüm Kalım Meselesi	13
Evlilik Çatışmasının Başlangıç Noktaları	17
1. GÜN: Köke İnmeK	19
2. GÜN: Ses Tonunuza Dikkat Edin	21
3. GÜN: Sık Sık Su İçin	23
Evlilik Çatışmasının Tehlikeleri	25
4. Gün: Çatışmadan Kaçınmak	27
5. Gün: Dövüşmek	29
6. Gün: Çıkış Yapmak	31
7. Gün: Tamir Etmek	33
8. Gün: Abartmak	35
9. Gün: Küfretmek	37
10. Gün: Felaket Senaryoları Kurmak	39
11. Gün: Karşılaştırmak	41
12. Gün: Konuşmak Yerine Yazmak	43
13. Gün: Kimlik İfadeleri Kullanmak	45
14. Gün: Eşinize Tapmak	47
Evlilik Çatışmasının Esasları	49
15. Gün: Ayartıdan Kaçın	51
16. Gün: Mertegi Çıkarın	53
17. Gün: Gözlüklerinizi Değıştirin	55
18. Gün: Kendinizi Birbirinizin Yerine Koymak	57
19. Gün: Tepkinizi Karşıdaki Kişiyeye Göre Özelleştirin	59
20. Gün: Yakalamaca Oynamak	61
21. Gün: Ölçülü Şekilde Düzeltmek	63
22. Gün: Daima Geliştirmek	65

23. Gün: Eleştirildiğiniz Zaman Sevinmek	67
24. Gün: Adaletsizliği Kabullenmek	69
25. Gün: Borcu Ödemek	71
26. Gün: Biz Demek	73
27. Gün: Gerekğinde Mola Vermek	75
28. Gün: Durmak ve Dua Etmek	77

Evlilik Çatışması ve Çevre 79

29. Gün: Başkalarıyla Konuşurken Altın Kurallara Uymak	81
30. Gün: Akrabalara Danışırken Seçici Davranışın	83
31. Gün: Yardım İstemek	85

Sonuç: Her Şeyde Sevgi	87
Teşekkür	91

En iyi arkadaşım Abby'e

Bu Kitabı Birlikte Okuyan Çiftlere Bir Çift Söz

İLİŞKİLERİNDE bocalayan bir çift, dinlenmek, gevşemek ve evliliklerini canlandırmak için çok ihtiyaç duydukları bir Karayipler tatiline çıkmaya karar verir. İkinci gün, tüple dalmaya giderler. Tanrı'nın yer altındaki yaratılışını hayranlıkla keşfederken, okyanus zeminindeki bir kum tepesinin kısmen örttüğü küçük, tahta bir kutu görürler. Kutuyu çekip çıkarırlar ve tekneye alarak açarlar. Büyük bir şaşkınlık içinde kutunun altın sikkelerle dolu olduğunu görürler. Hakiki bir hazine sandığı bulmuşlardır!

Ellerinizdeki bu ruhsal okuma kitabı, bu çiftin bulduğu hazine sandığı gibidir ama ondan daha da iyidir. Sadece *maddi* zenginliklerle değil, ayrıca *ruhsal* zenginliklerle doludur. Steve çatışmaları ele alma şeklini değiştirmek isteyen her karı koca için güçlü, yüreği ikna edici, Kutsal Yazı'ya doymuş, umutla kaynayan bir ruhsal okuma kaleme almış. Yürekle başlayıp dışarı doğru etki gösteren bu kitap, aşağıda tanımlanan çiftlere yardımcı olacaktır:

- Evliliğin denemelerine göğüs germe yeteneklerinden henüz yoksun olan yeni evli çiftler,
- Yıllardır evli olan ama iyi iletişim kurmasını hiç öğrenmemiş çiftler,
- Sözlü savaş alanlarında yaşayan çiftler,
- Çatışma baş gösterdiğinde ne yapılması ve yapılmaması gerektiğini öğrenmek isteyen çiftler,
- Cesaretini yitiren ve nereye döneceğini bilmeyen çiftler,
- “Oldukça iyi” bir evliliği daha da güçlendirmek isteyen çiftler,
- Çatışmayı sevgiyle çözme konusunda başka çiftleri eğitmek isteyen çiftler,
- Evlilik danışmanı olan çiftler,
- Evlilik danışmanlığına ihtiyaç duyan çiftler,
- Henüz evli olmayan ama iyi bir evlilik yapmak isteyen çiftler,
- İsa Mesih'i seven ve başkalarıyla O'nu onurlandıracak şekilde konuşmak isteyen çiftler.

Eğer bu tanımlardan biri size uyuyorsa, o zaman sayfayı çevirin ve okumaya başlayın. Önünüzdeki bir ay boyunca bu kitabı gün gün okuyarak çalışın.

Bu ruhsal okuma kitabının güzelliği, evlilikte çatışmayı çözmek için her gün tane tane bilgelik –bireysel altın sikkeleri– sunmasıdır. Eğer kitabın içeriğine baktıysanız, eminim bazı günler diğerlerinden daha çok göze çarpacaktır. Belki bir çift olarak sizde özellikle çatışmayı görmezden gelme, abartma ya da birbirinizi fazlaca düzeltme eğilimi var. Bütün kitabı okuduktan sonra, bu belirli okumalara tekrardan dönün ve birkaç kez üzerlerinde çalışın. Bunlardaki bilgeliği, lütfu ve gerçeği özümsemek isteyeceksiniz.

Evliliğinizi zenginleştirmek için saklı defineler aramak zorunda değilsiniz. İhtiyacınız olan define, bu ruhsal okumadır. Sayfaları zenginliklerle doludur. Bunun sizi kutsayacağına, yüreklendireceğine ve gayrete getireceğine dair söz verebilirim. Benim için böyle oldu. Bu ruhsal okumayı hangi çifte verdiysem, iletişimleri güçlendi ve imanları köklendi.

Benden bu kadar. Şimdi Steve kendisi için konuşsun. Başlayalım.

Deepak Reju

GİRİŞ

Ölüm Kalım Meselesi

“Söylediğin şeyler yüzünden CEHENNEMDE YANACAKSIN. Sen bir YALANCISIN. Sen İKİYÜZLÜSÜN. Sen PİSLİKSİN ve HEP PİSLİK OLARAK KALACAKSIN.”

Birlikte yaptığımız son evlilik danışmanlığı seansının sonunda, John bu sözleri karısı Melissa’ya söyledi. Koltuğa şiddetle vurdu, parmağını onun yüzüne uzattı ve bağırırken ayağını yere vurdu. Veryansın ettikten sonra odadan fırladı, kapıyı çarptı ve binadan çıkıp gitti. Yanında karısı yoktu.

Aynı hafta, zorluk çeken ama yumuşak yürekli bir çift olan Bill ve Sarah’ya danışmanlık verdim. Seansın ortasında, tansiyon yükselmeye başladı. İlişkinin ısınısını düşürmek için konuşmayı durdurdum ve bir soru sordum: “Birbirinizde sevdiğiniz neler var?”

Bill alaycı gözlerle bana baktı. Buna rağmen söylediğimi yaptı. “Şey... (uzun duraklama) ... o güzeldir, sevecendir...”

Onu durdurdum. “Hayır, bunları *ona* söyle. Derinlere in. Beylik klişeler olmasın. Hadi.”

Bill yüzünü Sarah’ya çevirdi, gözlerinin içine baktı ve yürekten konuştu.

“Sen güzelsin. Ama sadece fiziksel olarak güzel değilsin – senin *ruhun* güzel. İnsanlarla içtenlikle ilgileniyorsun – ailenle, arkadaşlarınla, Starbucks’ta yabancılarla... *herkesle*. Sen İsa Mesih’i yansıtıyorsun; bunu benden çok daha iyi yapıyorsun. Sen tutkulu ve sabırlı bir annesin. Hiç bıkmadan evine çekidüzen veriyorsun. Beni çok çalışmam için gayrete getiriyor, başardığım zaman teşvik ediyorsun ve bana hep İsa’yı işaret ediyorsun. Sonunda beni daha iyi bir insan yapıyorsun. Sen benim en iyi arkadaşımsın. Seni seviyorum.”

Sarah’nın yanağından bir gözyaşı damlası süzüldü.

Bu kez sıra ondaydı. Kendini topladı, Bill’e döndü ve konuşmaya başladı.

“Bill, sen Tanrı’nın gönlüne uygun bir adamsın. Tanrı’yı dünyada her şeyden çok seviyorsun. Karakterin bunu gösteriyor. Sen bencil olmayan

bir kocasin ve benden çok daha iyi bir ebeveynsin. Çocuklarımız için sınırsız özveri gösteriyorsun. Onların ev ödevlerine yardım ediyorsun. Spor takımlarına koçluk yapıyorsun. Her gün onlara İsa'yla ilgili bir şeyler öğretmek için vakit ayırıyorsun. Benim babamın benim için yaptığından çok daha fazlasını yapıyorsun. Üstelik sen alçakgönüllü, yumuşak huylu ve komiksin. Beni sürekli güldürüyorsun. Sen benim en iyi arkadaşımın. Seni seviyorum.”

Buna karşılık olarak, Bill'in yanağından da bir damla gözyaşı süzüldü. İki çift. İki kökten farklı iletişim dinamiği.

Birinci sahnede John, Melissa'yı öldürüyordu.

Bir dakika, *öldürmek mi?*

Evet. Mecazen öldürüyordu. Süleyman'ın Özdeyişleri 18:21'e göre, “Dil ölüme de götürebilir, yaşama da.” Demek ki sözlerimiz eşlerimizi mecazen öldürme ya da yüreklerini canlandırma gücüne sahiptir. John birincisini yapıyordu. Melissa'nın yüreğini paramparça ediyor ve onu danışmanlık ofisimde ölüme terk ediyordu.

Öte yandan Bill ve Sarah, diğer seçeneği uyguluyordu. Birbirlerine yaşam sunuyorlardı. Sözleri teşvik edici, geliştirici ve enerji vericiydi. Küçük alıştırmamızdan sonra yürekleri canlanmıştı, artık birbirleri için ve daha da önemlisi Mesih için daha kuvvetli bir şekilde atıyordu.

Ne yazık ki John ve Melissa gibi, evli çiftler olarak çatışmaya girdiğimizde, birbirimize sözlerimizle yaşam vermek yerine birbirimizi yavaş yavaş öldürüyoruz. Abby ve ben evliliğimizin ilk beş yılında kesinlikle bu konuda suçluyduk. Birbirimizin sözünü keser, birbirimize hakaret eder ve kasıtlı olarak birbirimizi gıcık ederdik. İş övünmeye, küçümsemeye ve suçlamaya gelince, birer uzmandık. Kendi gözümüzdeki merteği görmez, diğerinin gözündeki çöpü çıkarmaya çalışırdık (Mat. 7:3-5). Birbirimizi sözlerimizle tekrar ve tekrar katlelerdik.

Ama evliliğimizin beşinci yılında bir dönüm noktası yaşadık. Sağlam bir şekilde kendimizi sınıadığımız, radikal bir şekilde tövbe ettiğimiz ve düzenli olarak evlilik danışmanlığı aldığımız (teşekkürler, Ed Welch) bir dönemin ardından, silahlarımızı bırakıp rakipler olarak değil, takım arkadaşları olarak konuşmaya başladık. Sözlerimiz keskinliğini kaybetti. Birbirimizi dikkatle dinlemeye, içtenlikle iltifat etmeye ve konuşurken birbirimize İsa'yı işaret etmeye başladık. Sözlerimizle ölüm değil, yaşam sunma kararı aldık.

Benim umudum, bu kitabı okurken sizin evliliğinizde de buna benzer bir değişim geçirmenizdir. Çatışmanın ortasında birbirinizin yüreğine yaşam nefesi üfleyecek şekilde iletişim kurmanızı istiyorum. Silahlarınızı bırakarak birbirinize Tanrı'nın habercileri olarak davranmanızı istiyorum. Kutsal Ruh'la dolu haberciler.

Bütün ilişkinizin değişmesini istiyorum.

Bu ruhsal okumanın açık ve düz bir kalıbı var. Her biri aşağıdaki üç unsurdan oluşan, 31 günlük okumalardan oluşuyor:

- Kısa bir Kutsal Kitap metni
- Metnin evlilikte iletişim ve çatışma çözümünü nasıl ele aldığına ilişkin bir tartışma
- Derin düşünmeyi ve sohbeti teşvik eden bir dizi soru ve alıştırma

Amaç bu kitabı bir ay süresince birlikte okumaktır. İkinizin de ayrı birer kopyası olsun. Boşluklara not alın. Metinleri kendi başınıza derinlemesine inceleyin ve sonra birlikte çalışın. Düşünün. Derinlemesine düşünün. Okurken dua edin. Okuduklarınız hakkında düzenli olarak konuşun. Okumalar hakkında görüşmek için baş başa geçirdiğiniz akşam randevuları olsun. Birbirinizi gayrete getirin. Her şeyi iyi yapıyormuşsunuz gibi yapmacık bir havaya girmekten kaçının. Kendiniz ve evliliğiniz hakkında dürüst olun. Dürüst olmaya razı değilseniz, bu kitabın yararını göremezsiniz.

Peki eşiniz bu kitabı okumaya razı değilse ne olacak? Sizin yine de okumanız gerekir mi? Muhakkak. Kontrol edebildiğiniz tek kişi sizsiniz. Tanrı eşinizle olan çatışmanızı sağlıklı ve kutsal bir tutumla ele almanızı ister.

Peki ya Hristiyan değilseniz? Peki ya Tanrı'ya inanmıyorsanız? Kutsal Kitap'ın sadece tarihsel bir kurgu olduğunu düşünüyorsanız? Bu kitabı yine de okumanız gerekir mi? Bir kez daha, cevabımız evet. Bu ruhsal okumanın içeriğine girmenin ve ilkelerini uygulamanın evliliğinize muazzam yararı olacaktır.

Ama bu ruhsal okuma herkes için değil. Peki kimler için *değil*?

- *Hızlı çözümler arayan bir eş.* Bu kitabın amacı, bütün eşsiz evlilik sorunlarınız için jet çözümler üretmek değildir. Bunun yerine, Müjde'yi merkez alan ilkeleri size öğreterek bu sorunları üretken ve yaşam veren şekillerde çözenize yardımcı olmaktadır.

- *Suçlama savaşı yapan bir eş.* Bu kitabı okumanızın gerekçesi, evlilik sıkıntılarınızın nedeninin eşiniz olduğunu kanıtlamaksa, kitap sizin için değildir. Burada amaç sizin üzerinizde, Tanrı'yla ilişkiniz üzerinde ve eşinizle ilişkiniz üzerinde çalışmaktır; eşinizin günahlarına ve eksiklerine odaklanmak değildir.
- *Kendisini soyutlamaya kararlı bir eş.* Evliliğin toplum bağlamında, özellikle de yerel kilise topluluğunda yaşanması gerekir. Bu ruhsal okumayı incelerken size Mesih'te hesap soracak, sizi teşvik edecek ve gayrete getirecek kardeşlere ihtiyacınız var. Eğer kendinizi soyutlamak istiyorsanız, bu kitap sizin için değildir.
- *Taciz edilen bir eş.* Eğer eşiniz tarafından taciz görüyorsanız, ilk önceliğiniz bu tacizden kurtulmak, bu durumu uygun mercilere bildirmek ve gerekli yardımı almaktır. Bu kitap bekleyebilir.

O hâlde bu ruhsal okuma kimin için? Geri kalan herkes için.

Hayatınızdaki en önemli insan ilişkisi evliliğinizdir. Riskler çoktur. Eşinizi sözlerinizle dünyanın tepesine çıkarabilir ya da yerin dibine sokabilirsiniz. Çatışmanın ortasında birbirinizle lütufkâr ve Tanrı'yı yücelten bir şekilde iletişim kurmayı öğrenmeniz için dua etmekten daha iyi bir başlangıç düşünmüyorum.

Ya Rab İsa, bu kitabı birlikte okuyan bu çifti kutsa. Bu kitap onları evliliğin zorlu dönemlerinde sağlıklı ve kutsal bir iletişime yöneltsin. Bu otuz bir gün süresince onları hem birbirlerine hem de sana yaklaştırsın. Bunu yaparken bütün yüceliği, onuru ve övgüyü sen al.

İsa Mesih'in adıyla. Amin.

EVİLİK ÇATIŞMASININ
BAŞLANGIÇ NOKTALARI

1. GÜN

Köke İnnek

Çünkü ağız yürekten taşanı söyler (Mat. 12:34).

“BİZ birbirimizden nefret ediyoruz.”

Bob ve Susan’ın danışmanlığa neden geldiklerini sorduğumda, onların yanıtı bu oldu. Evleneli on iki yıl olmuş ve son iki yıldır amansızca kavga ediyorlardı. Susan kendilerini “patlamaya hazır, zaman ayarlı bombalar” diye niteledi. Öfkeleri arta arta onları boşanmaya hazırlık noktasına getirmişti. Yardıma ihtiyaçları vardı. Hem de derhal.

Bu çiftle ilk seansımızdan sonra, sorunlarının kökünde yatan şeyin öfke olmadığını fark ettim. Öfke sadece bir belirtiydi. Evliliklerini kurtarabilmek için yüreklerinin derinlerine bakmamız gerekiyordu.

İsa Mesih bunun nedenini bize açıklıyor. Matta 12:34’te, “Ağız yürekten taşanı söyler” diyor. Matta 15:19’da düşüncelerin ve eylemlerin yüreklerimizden kaynaklandığını söylüyor. Eşlerimize muamele etme tarzımızı değiştireceksek, başlamanız gereken yer burasıdır. *Yürek* işi ağır iştir ve bunu yapmalıyız. Tanrı’yla, kendimizle, dünyayla ve İblis’le ilgili inandığımız yalanları ortaya çıkarmalıyız. Tapındığımız putların –hayatlarımızda Tanrı’dan daha çok değer, önem, yetki ve güç sahibi olan eşyaların, insanların ve duyguların– adını koymalıyız. Günahlarımızın altında yatan günahlarımızı gün yüzüne çıkarmalıyız. Eğer neticedeki meyveyi değiştireceksek, köklere inmeliyiz.

Bob ve Susan’ın öfkesinin kökünde ne vardı? Gurur.

Susan’la başlayacağım. Bob iki yıl önce Wall Street’teki üst düzey idarecilik işini kaybetmişti. O işini kaybedince, Susan da bir şey kaybetmiş oldu. İtibarını kaybetti. Manhattan’daki arkadaşlarını kocasının büyüyen mesleki başarı listesiyle etkileme becerisini kaybetti. Kocasının önceki maaşıyla aldığı pahalı elbiseler, takılar ve çantalarla insanları kendisine hayran bırakma fırsatını kaybetti. Bir şirket süperstarının eşi olarak kimliğini kaybetti. Egosu indi ve mecazen balonun havasını boşaltan Bob’u cezalandırmasının yolu da öfkesiydi.

Bob'un öfkesinin kökünde de gurur vardı. Bob büyürken popüler biri değildi. Yakışıklı sayılmazdı. Kız arkadaşları yoktu. Erkek arkadaşları yoktu. Bir hiçti. Ama üniversiteyi bitirip iş dünyasına girince her şey değişti. Olağanüstü zekâsı ve iş yeteneği sayesinde mevki basamaklarını hızla çıktı. İnsanlar ona dikkat etmeye başlamıştı. Statüsü ve saygınlığı vardı. Kariyeri onu gururlandırdı. İşini kaybettiği zaman, gururunu da kaybetmiş oldu. Kendisinin gözünde yine bir hiç olmuştu. Bu onu öfkeliendiriyordu ve öfkesini Susan'dan çıkarıyordu.

Bob ve Susan'ın yürekleri gurura kök salmıştı. Bu yüzden öfkeliydiler. *Sizin* yüreğiniz nereye kök saldı?

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Evlilik sorunlarınız konusunda, bunların altında yatan sağlıksız yürek koşullarına inmek yerine sağ tedavilerle mi vakit kaybetmektesiniz?

Kendi Başınıza Düşünün: Eşinizle son kavganızı hatırlayın. Yüreğinizde kutsal olmayan sözlerinizi ya da davranışlarınızı yönlendiren neydi?

Harekete Geçin: Evlilikte çatışma baş gösterdiğinde ve yüreklerimiz İsa Mesih'ten başka bir şeye kök saldığı anda, başımız dertte demektir. Sevginin yerini nefret alır. Şefkatin yerini öfke alır. Yumuşaklığın yerini sertlik alır. Ve bu liste uzayıp gider. Yürekelinizin Mesih'ten başka kök saldığı bir yer varsa, bunu birbirinize itiraf edin. Yürekelinizin O'nda kök salması için birlikte dua edin.

2. GÜN

Ses Tonunuza Dikkat Edin

Ruh'un ürünüyse sevgi, sevinç, esenlik, sabır, şefkat, iyilik, bağlılık, yumuşak huyluluk ve özdenetimdir. Bu tür nitelikleri yasaklayan yasa yoktur (Gal. 5:22-23).

“DİNLE, Meredith... Ben üzgünüm. Ben kötü bir koca ve kötü bir babayım. Çok fazla çalışıyorum. Çok fazla seyahate çıkıyorum. Çocuklarla yeterince vakit geçirmiyorum. Ailenle yeterince zaman geçirmiyorum. Ev işlerini geciktiriyorum. Sana hak ettiğin ilgiyi göstermiyorum. Gerçekten üzgünüm.”

Altı yıllık inişli çıkışlı bir evliliğin ve üç aylık ayrılığın ardından, Scott karısından böyle özür diliyordu. Makul bir özür, değil mi?

Şimdi özü tekrar okuyun ama Scott'ın ses tonunun kızgın, gergin ve sinir bozucu olduğunu, gerçek pişmanlıktan, vicdan azabından ya da tövbeden yoksun olduğunu hayal edin. Onun gerçekten üzgün olmadığını hayal edin. Onun sadece orta yaşında boşanmamak için ve çocuklarını yalnızca hafta sonları görmek zorunda kalmamak için özür dilediğini hayal edin. Sözleri “Üzgünüm” diyordu. Ses tonuysa “Üzgün değilim” diyordu. Bunu maskeleyordu.

Meredith'in buna kanmaması şaşırtıcı değildi. Scott'ın kandırmacasını açığa vurdu. Bunu yaptığı zaman, Scott ona bir hiddet patlamasıyla karşılık verdi.

Dünkü okumamızda sözlerimizin yüreklerimizden kaynaklandığını öğrenmiştik. Ama Meredith ve Scott'ın öyküsü, sözlerimizin *tonunun* da yüreklerimizden kaynaklandığını ve *tonumuzun* da sözlerimiz gibi ölüm-cül veya yaşam verici olabileceğini ortaya koyuyor. Tatlı sözlere eşlik eden haşın bir ton, öldürücü olabilir. Meydan okuyucu sözlere eşlik eden yumuşak bir ton yaşam verebilir.

Ses tonunuz nasıl kutsal olabilir? Kutsal Ruh'la dolu olmalısınız. Eğer Ruh'la doluysanız, konuşmanız sevgiyle, sevinçle, esenlikle, sabırla, şefkatle, iyilikle, bağlılıkla, yumuşak huylulukla ve özdenetimle bulanmış

olacaktır (Gal. 5:22-23). O zaman yüreğinizden taşan sözleriniz Mesih'e benzeyen, Ruh'la dolu olan, ürün veren sözler olacaktır. Ses tonunuz İsa Mesih'e benzer olacaktır.

Ses tonunuzun kutsal olduğunu nasıl bilebilirsiniz? Sözlerinizin Mesih'e benzer bir sesle ifade edildiğinden nasıl emin olabilirsiniz? Kendinize sormayın. Neden sormayın? Çünkü muhtemelen kendi ses tonunuza karşı sağırsınız. Scott kesinlikle öyleydi. Yumuşak ve içten bir sesle konuştuğunu sanıyordu. Ama öyle konuşmuyordu. Öfkeli gibi konuşuyordu, çünkü yürekte *öfke doluydu*. Bu yüzden, ses tonunuz kutsal mı diye *kendinize* sormak yerine başka iki kişiye sorun. Öncelikle, eşinize sorun. Bana güvenin. Onlar ses tonunuzu apaçık şekilde duyabilirler. İkincisi, Tanrı'ya sorun. Yüreğinizde sevgisiz bir ses tonuyla konuşmanıza neden olan bir kirlilik varsa, buna ışık tutmasını dileyin.

Sözler önemlidir. Ama ses tonu da önemlidir.

Hatta belki daha fazla önemlidir.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Birbirinizin sesinde en çok duyduğunuz, Tanrı'ya yakışmayan ses tonları nelerdir? Tepeden bakma tonu? Alaycılık? Sinirlilik? Sabırsızlık? Öfke? Pasif saldırganlık? Dinleyen tarafta olduğunuzda bu ses tonları size kendinizi nasıl hissettiriyor?

Kendi Başınıza Düşünün: Çatışma sırasında eşinizle konuşurken Ruh'un hangi belirli meyvelerinden yoksunuz? Bunlar için şimdi dua eder misiniz?

Harekete Geçin: Çatışma baş gösterdiğinde ve birbirinizi sözlü olarak yaraladığınızda hem incitici sözlerinizi hem de *incitici ses tonlarınızı* birbirinize itiraf edin. Birbirinizden ve Tanrı'dan af dileyin. Eğer Hristiyan'sanız, Mesih'in çarmıhtaki ölümünden dolayı Tanrı tarafından bağışlandığınıza güvenin (1.Yu. 1:9).

3. GÜN

Sık Sık Su İçin

İsa kadına şu yanıtı verdi: Eğer sen Tanrı'nın armağanını ve sana, 'Bana su ver, içeyim' diyenin kim olduğunu bilseydin, sen O'ndan dilerdin, O da sana yaşam suyunu verirdi (Yu. 4:10).

“GİDİP sessiz zaman yapman gerekiyor, Steve.”

Abby'den gelen bu tatlı azarın nedeni, bir puta tapınmam, bir yalana kanmam, kendime tanrısız bir masal anlatmam, bunun sonucunda eşimle kendini haklı bulan bir budala gibi konuşmam ve bu nedenle de Tanrı'yla zaman geçirmemin gerekmesidir. Başka bir deyişle, yüreğim taş gibi katıdır ve DERHAL suya ihtiyacı vardır.

Ne tür suya ihtiyacı vardır? Yaşam suyuna. Peki bu nedir? Yuhanna kitabında ne olduğunu görüyoruz. İsa kuyunun birinde Samiriyeli bir kadınla konuşma yaparken kadından su istiyor ve ona bu ilginç sudan söz ediyor. Yahudiler ve Samiriyeliler, o günlerde düşman akrabalar oldukları için kadın bu istek karşısında şaşkına dönüyor. Kadın İsa'ya şöyle sorar: “Sen Yahudi'sin, bense Samiriyeli bir kadıyım. Nasıl olur da benden su istersin?” (Yu. 4:9). İsa kadının sorusuna doğrudan cevap vermek yerine, konuşmayı fiziksel sudan uzaklaştırır ve ona yaşam suyu teklif eder. Daha sonra bu yaşam suyunun, imanını Mesih'e bağlayan herkese sunulan, hayat veren, canı doyuran, susuzluğu gideren Kutsal Ruh olduğunu keşfediyoruz (Yu. 7:38-39).

Evlilik çatışması ölüm getirmek yerine yaşam verecekse, yaşam suyuyla susuzluğumuzu gidermeli, Kutsal Ruh'la dolmalıyız. Peki ama yaşam suyundan nasıl içeriz? Kutsal Ruh'la dolmak için atmamız gereken pratik adımlar nelerdir? Yaşam suyunu bir çift olarak birlikte içmek için yapabileceğiniz şeylerin listesi şöyledir:

- Kutsal Kitap'ı okuyun ve üzerinde konuşun.
- Her gün dua edin.
- Diğer Hristiyanlarla birlikte Mesih odaklı vakit geçirin.

- Kutsal Kitap'ı öğreten sağlam bir kiliseye katılın ve gönüllü hizmet sunun.
- Kilisenin dışındaki topluma hizmet edin.
- Vaftiz ve Rab'bin Sofrası törenlerine katılın.
- Sizinle aynı inancı paylaşmayan kişilere İsa'yı anlatın.
- Cömertçe verin.

Ne kadar yaşam suyu tüketirseniz, yüreğinizin kökleri o kadar sağlıklı olur. Ve çatışma baş gösterdiğinde iletişiminiz de o kadar kutsal olacaktır.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Hem birey hem de çift olarak yaşam suyunu içiyor musunuz? Bunun sonucunda çatışma süresince iletişiminiz geliyor mu? Yoksa bu suyu içmeyi reddederek Mesih'i de işlevsel olarak ret mi ediyorsunuz? Bu sizin iletişiminizi ne şekilde olumsuz etkiliyor?

Kendi Başınıza Düşünün: Yüreğinizde sizi eşinizle birlikte yaşam suyunu içmekten alıkoyan ne var? Meşguliyet mi? Tembellik mi? Korku mu? Rahatsızlık mı? Başka bir şey mi?

Harekete Geçin: Çift olarak yaşam suyunu düzenli olarak içme yollarının listesine bakarak bunu nasıl gerçekleştireceğinize ilişkin sağlam bir plan yapın. Mümkün olduğu kadar pratik olun.

EVLİLİK ÇATIŞMASININ
TEHLİKELERİ

4. GÜN

Çatışmadan Kaçınmak

Demir demiri biler, insan da insanı... (Özd. 27:17).

“EŞİMLE çatışmadan uzak durmak için bir sürü zahmete giriyorum.”

Çiftlerin evlilik sağlığını değerlendirmek için onlara verdiğim iki yüz cümleden birisi budur. Seçeneklerdeki yanıtlar “hiç katılmıyorum” ile “tamamen katılıyorum” arasında değişir. En yaygın tepkinin “tamamen katılıyorum” olduğunu gördüm. Başka bir deyişle, çiftler çatışmadan uzak durmayı *seviyor*.

Üç nedenden ötürü bu kötü bir durumdur.

Öncelikle, çatışmadan kaçınmanın kökleri putperestliğe dayanır. Eğer evlilikte çatışmadan bilinçli olarak kaçırıyorsanız, bu genellikle sahte bir ilaha tapındığınız içindir. Örnek olarak Mark’a bakın. Evliliklerinin ilk yıllarında karısı Emily’yi ne zaman eleştirse, o da karşılık vererek kocasını eleştirir ve bunu daha sert bir dille yapardı. Sesini yükseltir, hakaret eder, her şeyi onun hatasıymış gibi göstermek için konuşmayı manipüle ederdi. İşler hızlıca çığırından çıkar, genç adam huzursuz, kederli ve üzgün bir hâlde kalakalırdı. Böyle hissetmemek için Mark karısını düzeltmekten vazgeçti. Kadın ona karşı günah işlediği zaman çenesini kapatıyor ve gülümsemekle yetiniyordu. Karısının kutsallaşması yerine sakinliği, onun kutsallığı yerine uyumu tercih ediyordu. Emily’le çatışmaktan kaçınıyordu çünkü huzur ilahına tapınıyordu.

İkinci olarak, çatışmadan kaçınmak kötüdür çünkü Tanrı bizi bilmek ve Mesih’e daha çok benzer kılmak için çatışmayı kullanır. Süleyman’ın Özdeyişleri 27:17 şöyle der: “Demir demiri biler, insan da insanı.” Bir metal işçisi demiri bilmek için demiri nasıl kullanır? Pürüzlü, kör bir parçayı alarak biçimlendirilebilir hâle gelene kadar ısıtır. Sonra soğuk, keskin bir parça olarak, eriyen parçanın kenarı boyunca düz bir çizgi kesmek için kullanır. Böylece erimiş parçanın kenarındaki bozuklukları düzeltir. Eriyen parça soğuduğu zaman artık yepyeni keskin bir kenarı vardır. Buna benzer şekilde, bizim yetenekli metal işçimiz (Tanrı), yoğun

ısıyla (evlilik çatışması) bizi “eritir.” Sonra soğuk, bıçağa benzer bir demir parçasını (eşlerimiz) alarak, titiz bir kesme süreciyle (yüzleştirme ve uyarı) bizi biler (kutsallaştırır). Çatışmadan kaçtığımızda, eşlerimiz ve Tanrı tarafından bilenme fırsatını da kaçırmış oluruz.

Sonuç olarak, çatışmadan kaçınmak kötüdür çünkü Mesih’in çatışmayla dolu olan yaşamı ve hizmetiyle çelişir. İsa, insanları günahlarıyla yüzleştirdi (Yu. 2:13-16). Nüfuzlu din önderlerinin ikiyüzlülüğüne ve yanlış inançlarına meydan okudu (Mat. 23). İyi dostu Petrus’a bile, “Çekil önümden, Şeytan!” dedi (Mat. 16:23). Nihayetinde, çarmıh çatışmasıyla yüzleşti ve Babası’nın isteğini yerine getirmek ve izleyicilerini kurtarmak için ona katlandı. Tanrı’ya ve insanlara olan sevgisinden ötürü çatışmaya girdi.

Siz de evliliğinizde aynısını yapacak mısınız?

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Evliliğinizde çok fazla çatışma yaratacağı için konuşmaktan kaçındığınız konular var mı? Bu konuları yapıcı bir şekilde, belki de yerel kilisenizdeki bilge bir danışmanın, pastörün ya da çiftin rehberliğinde, dua ederek konuşmayı düşünür müsünüz?

Kendi Başınıza Düşünün: Çatışmaya giriş çağrısı, size hırçın ya da saldırgan olma yetkisi vermez. Çatışmaya girdiğinizde eşinizin sevildiğini ve güvende olduğunu hissetmesi için Tanrı sizden duruşunuzu, ses tonunuzu ve konuşmanızı ne şekilde düzenlemenizi istiyor olabilir?

Harekete Geçin: İkinizden birinin çatışmadan kaçınmasına neden olan şey putperestlik mi? Tanrı’nın önünde böyle bir putperestlik üzerinde düşünmeye, dua etmeye ve bundan açıkça tövbe etmeye vakit ayırın. Ardından birbirinize sevgi ve sadakatle yaklaşarak kaçındığınız zor konuşmaları yapmaya başlayın.

5. GÜN

Dövüşmek

“Komşunu seveceksin, düşmanından nefret edeceksin” dendiğini duyduunuz. Ama ben size diyorum ki, düşmanlarınızı sevin, size zulmedenler için dua edin (Mat. 5:43-44).

“ADİL dövüşmeyi öğrenmek istiyoruz.”

Sharon ve Tom’a evlilik danışmanlığı yapmaya başladığım zaman amaçları buydu. Yıllar boyunca ne zaman çatışma baş gösterse, sembolik boks eldivenlerini takarak birbirlerine saldırırlardı. Birbirlerinin hassas noktalarına vururlardı. Yaralayıcı hakaretler ve şiddetli hakaretlerle birbirlerine belden aşağı vururlardı. Birbirlerinin arkadaşlarını, ailelerini ve imanlarını hedef alırlardı. Birbirlerini yere sermek için her türlü sözlü savaş taktiğine başvurlardı.

O gün ofisimden içeri girdiklerinde kan kaybediyorlardı. Her ikisi de belli ki adil olmayan dövüşten ötürü tamiri mümkün olmayan duygusal hasara neden olmuşlardı. Bu tür hasarı en aza indirmek amacıyla kendilerine “adil dövüşmeyi” öğretmemi istiyorlardı.

Böyle bir şey yapmayacağımı söyledim.

Neden yapmazdım? Çünkü dövüş “adil” olsa bile, evlilikte yeri olmayan bir şeydir. Dövüşmek, doğası gereği iki düşmanı karşı karşıya getirir; her biri diğerini mağlup etmeye çalışmaktadır. Oysa evlilikte siz düşman değilsiniz. Siz *takım arkadaşları*sınız. Aslında o kadar yakın takım arkadaşısınız ki, Tanrı gizemli bir ifadeyle sizin “tek beden” olduğunuzu söylüyor (Yar. 2:24). Düğün gününüzde evlilik antlaşmasını imzaladığınız zaman iki kişiden oluşan tek bedenlik takıma katıldınız. Umarım ölene kadar da bu takımda kalacaksınız.

Eşiniz adeta düşmanınız gibi görünse de, İsa dövüşmeye izin vermez. Bunun yerine İsa, Matta 5:43-44’te, düşmanınıza sevgi göstermenizi talep etmektedir. Bunun anlamı, kendi istediğiniz olsun diye ısrar etmek yerine eşiniz için canınızı feda etmeye razı olmanızdır. Tahrik etmek yerine sabır göstermeye razı olmanızdır. Kabalık yerine nezaketi, kibir yerine alçakgö-

nüllülüğü, bencillik yerine özveriyi, gücenmek yerine bağışlamayı tercih etmenizdir. Üstelik bunlar yetmezmiş gibi, İsa sizin bir de eşiniz için dua etmenizi istemektedir. İsa, Tanrı'dan eşiniz için bereket dilemenizi istemektedir.

Bu hiç de küçük bir görev değildir. Kendi irade gücünüzle buna kalkışsanız, başaramazsınız. Gerginlik çıktığında, boks eldivenlerini giyer ve eşinizle dövüşe girersiniz. O hâlde eşiniz düşman gibi görüldüğünde ona sevgi gösterecek gücü nereden bulacaksınız? Biz *O'nun* düşmanları olduğumuz hâlde bizi seven kişiye dönmelisiniz (Rom. 5:10). Sizin ve benim yüzleştığımız en büyük düşmanı, yani ölümün kendisini yok eden Kişi'den güç dilemelisiniz (1.Ko. 15:26). İsa Mesih'in, sizi cehennemden kurtarmak için çarmıhta Baba'nın düşmanı olmaya razı olan Rab'bin önünde diz çökmeli ve sizi, sizden taşıp eşinize dökülecek kadar büyük bir sevgiyle doldurması için O'na yalvarmalısınız.

Evlilikte dövüşe izin yoktur. Eşiniz düşmanınız gibi görüldüğü zaman İsa'nın size sunduğu tek bir seçenek vardır ve o da sevgidir.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Birbirinizi düşman olarak mı görüyorsunuz? Düşman değilsiniz. Tek bedendeki takım arkadaşları olarak statünüz, çatışmayı yaşama şeklinizi nasıl değiştirmelidir?

Kendi Başınıza Düşünün: Eşinizle kavga ettiğiniz zaman, *gerçekten* ne için kavga ediyorsunuz? Onay mı? Kontrol mü? Saygı mı? Başka bir şey mi?

Harekete Geçin: Bir daha ikiniz arasında sular ısındığı zaman, dur düşmesine basın ve mola verin (bu konuda daha fazla bilgi için 27. Gün'e bakın). Kendi başınıza yürüyüşe çıkın. Yürüyüşlerinizin sırasında boks eldivenlerinizi çıkararak ikinizin de aynı takımda olduğunu kendinize hatırlatın. Birbiriniz için dua edin. Kendiniz için dua edin. İkiniz de moladan döndüğünüzde birbirinize nefret değil, sevgi gösterin.

6. GÜN

Çıkış Yapmak

Söz, insan olup aramızda yaşadı. O'nun yüceliğini Baba'dan gelen, lütuf ve gerçeğe dolu biricik Oğul'un yüceliğini gördük (Yu. 1:14).

BİR KABUK.

Catherine ve David, beş yıllık evliliklerini böyle tarif ettiler. Her şey dışarıdan güzel görünüyordu. Arkadaşlarının, ailelerinin ve kiliselerinin önünde mutluluk rolü oynamakta uzmandılar. Ama kapalı kapılar ardında ilişkileri bomboştu. Birlikte yemek yemiyor, uyumuyor, dua etmiyor ve hatta birbirleriyle konuşmuyorlardı. En iyi tabirle yalnızca oda arkadaşlarıydılar.

Evlilikleri nasıl bir kabuğa dönüştü? Bunun cevabı evliliklerinin birinci yılında yatıyor. Bu alışma yılında maddi durum, cinsellik, badana rengi, hafta sonu planları ve aklınıza gelen diğer her konuda amansızca kavga edip durdular. Her şey çığırından çıkmıştı. Ancak Hristiyanlar olarak boşanmak için yeterli gerekçeye sahip olmadıklarını biliyorlardı. Bu nedenle de bir başa çıkma stratejisi uyguladılar. Çıkış yaptılar. Evlilik çatışmalarından kaçmak için komple evliliklerinden kaçtılar. David çalışma saatlerini arttırdı, iki basketbol ligine katıldı ve bodrum katında kendine bir mekân yarattı. Catherine ikinci bir işe girerek bitki yağları satmaya başladı, sosyal takvimini tıka basa doldurdu ve evde olduğu zamansa kendisini yatak odasına (ayrı bir odaydı) kapattı. David ve Catherine yalnızca çatışmadan kaçınmakla kalmıyor, birbirlerinden de kaçınıyorlardı.

Evlilikte çatışma baş gösterdiği zaman çoğumuz aynısını yapıyoruz. Çıkış yapıyoruz. Evlilik sorunlarımızın bulunmadığı yerlere kaçıyoruz. Bazılarımız bir oturuşta arka arkaya TV dizileri seyrediyoruz. Bazılarımız saplantılı bir şekilde çok çalışıyoruz. Bazılarımız alkole, uyuşturucuya ya da pornografiye yöneliyoruz. İşler sarpa sarınca, sevgiyle eşlerimize koşmak yerine onlardan kaçmaya başlıyoruz.

Ne var ki Yuhanna 1:14'te bunun tam tersini yapan birini görüyoruz. Beden almasıyla İsa Mesih cennetten ayrıldı ve gelini olan kilisenin peşin-

den gitmek için çatışmalarla dolu dünyamıza “giriş” yaptı. Gelini O’ndan kuşkulandığı (Yu. 20:24-29), O’nu inkâr ettiği (Mar. 14:66-72) ve O’nu terk ettiği zaman bile (Mat. 26:56), İsa gelininin peşini bırakmadı. Kendisini Baba’nın isteğine teslim etti ve çarmıhta son nefesini verene dek “giriş” hâlinde kaldı.

İsa bugün de giriş hâlinde kalmaktadır. Biz zaman zaman İsa’yla ilişkimizden çıkış yapsak dahi, O ısrarla bizim peşimizden gelir. Bizimle birlikte kalır (Mat. 28:20), bizi arındırır (Flp. 1:6), bizi korur (Yu. 10:28), bizim için dua eder (Rom. 8:24) ve bizi sevmekten asla vazgeçmez (Rom. 8:38-39). Bizi asla terk etmez ve bırakmaz (İbr. 13:5). İsa daima giriş hâlinde kalır. Daima.

Evliliğinizde çatışma baş gösterdiğinde siz de aynısını yapacak mısınız? Giriş hâlinde kalacak mısınız? Zor zamanlar gelip çatığında pes ederek mekânlara, etkinliklere, işe ya da insanlara (çocuklarınız da dahil olmak üzere) saklanma ayartısına karşı savaştığınız mısınız? Zor ve rahatsız edici konuşmalardan kaçınmayı *cidden* istediğiniz hâlde bunlarla yüzleşecek misiniz? Çıkış yapma arzusuna karşı koyacak mısınız?

Çift Olarak Birlikte Düşünün: İkinizden biri evliliğinizden çıkış yaptı mı?

Kendi Başınıza Düşünün: Zihninizde eşinizin olmadığı bir yaşamın hayalini kurmak, evliliğinizden çıkış yapmanın bir yoludur. Bunu yapıyor musunuz? Eğer yapıyorsanız, bu tür hayallere son verecek misiniz?

Harekete Geçin: İsa’nın insan bedeninde gelerek sunduğu hizmeti örnek alarak birbirinizin hayatına daldığınız, sorular sorduğunuz, yüreklerinizi açtığınız ve birlikte dua ettiğiniz haftalık “girişler” planlayın.

7. GÜN

Tamir Etmek

Size yeni bir yürek verecek, içinize yeni bir ruh koyacağım. İçinizdeki taştan yüreği çıkaracak, size etten bir yürek vereceğim. Ruhumu içinize koyacağım; kurallarımı izlemenizi, buyruklarıma uyup onları uygulamanızı sağlayacağım (Hez. 36:26-27).

YİRMİLİ yaşlarımın başında, Johnson Uzay Merkezi'nde (Johnson Space Center) bir NASA mühendisi olarak işe başlama imkânı buldum. Bu benim hayalimdeki işti. Astronotlarla her gün toplantılar yaptım. Dünyadaki en zeki bilim adamlarının bazılarıyla birlikte çalıştım. Uzaya ilk robotu gönderen takımın bir parçasıydım. Her işe gittiğimde kendimi çimdikle-mem gerekirdi.

Ama NASA'da çalışmanın en iyi yanı benim çok sevdiğim bir şeyi, yani *tamirciliği* yapmak için ücret almamdı. Bozuk aygıtlarla oynar ve onları hayata döndürürdüm. Kusurlu mekanik sistemlerin analizini yapar ve onların tekrar pürüzsüz bir şekilde işlev görmelerini sağlardım. Hatalı bilgisayar programlarını inceler ve onları düzgün çalışacak şekilde yeniden kodlardım. Ben sorun çözücüydim. Bozuk olan ne varsa tamir ederdim. Gün boyunca.

Bu, evlilik için felaket bir eğitim süreciydi.

Neden mi? Çünkü Abby'nin kocası olarak işim, onu tamir etmek değildi.

Evlilikte çatışma baş gösterdiğinde, eşimizin günahları ve kusurları ortaya çıktığında çoğumuz "tamir et" moduna gireriz. Yararsız düzeltmeler, eleştiriler ve tavsiyelerle eşlerimizi değiştirmek, onları *kendi* kafamızdaki eşlere dönüştürmek için gayret gösteririz.

Oysa eşlerimizi tamir etmek bizim işimiz değildir. Tanrı'nın işidir. Herhangi birimizi yalnızca O tamir edebilir. Peki bunu nasıl yapar? Yüreklirimizi yeniden düzenler. Hezekiel 36:26-27 bu süreci tanımlıyor ve bu, bütün Hristiyanlar için geçerli olan bir süreçtir. Bu süreç, Tanrı'nın bizim ruhsal yönden ölü olan taştan yüreklerimizi çıkarıp onları ruhsal

yönden diri olan, etten yüreklerle değiştirmesiyle başlar ve bu sürecin adı *yeniden doğuş*tur. Bundan sonra Tanrı bizi Kutsal Ruh'uyla doldurur ve hayatımızın kalan günlerinde yeni yüreklerimizi sürekli olarak Mesih'e benzer düşünceler, sözler ve eylemler üretecek şekilde biçimlendirmeye devam eder (Flp. 1:6; İbr. 9:14). Bizi kendisinin “kurallarını izlememiz” ve “buyruklarına uyup onları uygulamamız” için programlar.

Eşinizi tamir etmekten sorumlu olan ilahi mühendis Tanrı'dır. Siz de-ğilsiniz.

Çatışma olduğunda neden eşinizi tamir etmeye çalışırsınız? Belki bu-nun nedeni gururdur; bunu *yapabileceğinizi* zannediyorsunuzdur. Belki neden, imansızlıktır; Tanrı'nın bunu yapabileceğine inanmıyorsunuzdur. Belki neden, sabırsızlıktır; Tanrı'nın bunu yapmasını beklemek istemiyor-sunuzdur. Belki neden, putperestliktir; kontrol putuna tapınıyorsunuzdur.

Nedeni ne olursa olsun, çatışma baş gösterdiğinde ve günahlar çoğal-dığında eşinizi tamir etmeniz gerekmiyor. Eşinizi sevmeniz gerekiyor. El-bette, bu nazik bir düzeltme ya da yumuşak bir azar anlamına gelebilir. Ancak bu, Kutsal Ruh'un rolüne soyunup eşinizi daha kutsal bir duruma getirmek için onun bütün ayarlarıyla oynayacağınız anlamına gelmez.

Bir sonraki sefer çatışma patlak verdiğinde ve eşinizin yüreğinde gü-nah gördüğünüzde, kontrolden elinizi çekip tamiratı Tanrı'nın yapmasına izin verir misiniz?

O bu konuda çok daha iyidir.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Hangi şekillerde birbirinizi ta-mir etmeye çalışıyorsunuz?

Kendi Başınıza Düşünün: Eşinizi tamir etme girişimlerinizin özünde ne var? Gurur mu? İmansızlık mı? Sabırsızlık mı? Putpe-restlik mi? Bunların hepsi mi? Başka bir şey mi?

Harekete Geçin: Çatışma süresince birbirinize karşı Kutsal Ruh'un rolüne soyunduğunuz şekilleri itiraf edin. Birbirinizi ta-mir etmeye çalıştığınız için birbirinizden af dileyin.

8. GÜN

Abartmak

Komşuna karşı yalan yere tanıklık etmeyeceksin (Çık. 20:16).

“HER ZAMAN kızgınsın.” “Beni sürekli aşağılıyorsun.” “Ben senin için *en son* sıradayım.” “*Hiçbir zaman* birlikte dışarı çıkmak istemiyorsun.” “Ailemiz için *her şeyi* ben yapıyorum.” Elli dakikalık evlilik danışmanlığı seansında Danielle, bu beş şikâyetle Luke’u yerden yere vurdu. Peki bunların ortak noktası neydi? Abartı. Danielle, her şikâyetle Luke’un davranışının kapsamını fazlaca abartıyordu.

Sağlıklı bir evlilik çatışmasında iki nedenden ötürü abartının yeri yoktur. Birincisi, abartmak yalan söylemenin bir türüdür; dokuzuncu buyruğun çiğnenmesidir (Çık. 20:16). Gerçek olan bir şeyi alır, büyütür ve gerçek olmayan bir şeye çevirir. Elçi Pavlus abartmak yerine “sevgiyle gerçeği” söylememiz gerektiğini belirtir (Ef. 4:15). Hem gerçek hem de geliştirici bir dil kullanmalıyız. Sözlerimiz eşimizi teşvik ederken, eğitirken, geliştirirken ve güçlendirirken doğruluk ve dürüstlikle dolu olmalıdır.

İkinci olarak, abartı karakter suikastı gibi işlev görür. Eşlerimizin yaptıklarına değil, *kimliklerine* saldırır. Üç örnek verelim: 1) Chad çöpü atmayı unuttur. Mary onun *daima* unutkan olduğunu söyler. Chad’in duyduğu, kendisinin unutkan bir budala olduğudur. 2) Stacy, Dan’e marketin park yerinde aracı yavaş sürmesini söyler. Dan eşinin kendisini *sürekli* eleştirdiğinden şikâyet eder. Stacy’nin duyduğu, kendisinin tepeden bakan bir dırdırcı olduğudur. 3) Rick akşam yemeğine on dakika geç kalır. Tara ona *hiçbir zaman* vaktinde gelmediğini söyler. Rick’in duyduğu, kendisinin sorumsuz bir ahmak olduğudur. Abartı eylemin ötesine geçerek kişinin özüne saldırmaktadır.

Bir çatışma sırasında abartıdan kaçınmanın üç yolu var:

1. Geçmişe dayalı kapsamlı genellemeler yapmak yerine şu anda tam olarak ne olduğundan söz edin.

2. İstisnai durumlar haricinde, eşinizi eleştirirken kelime dağarcığınızdan şu kelimeleri tamamen çıkarın: *hep, her zaman, daima, asla, tüm, hiç, her şey, hiçbir şey, herkes, hiç kimse, sürekli, durmadan, tamamen, tümüyle ve tümünden*. Buna benzer başka sözcükler de var ama ana fikri anlamışsınızdır.
3. Eğer eşinizde olumsuz bir davranış eğilimi görüyorsanız, bunu abartmadan kendisine ifade edin. Muhakkak somut örnekler verin. Eğer bir eğilim olduğunu düşünüyorsanız ama elinizde örnek yoksa, bu eğilimin ortaya çıktığı anları kayda geçirmeye başlamak iyi olur. Bunları eşinize karşı kullanmak için değil, gördüğünüz eğilimi kanıtlamak için yapıyorsunuz.

Abartmak inciticidir. Bir yalan türüdür. Karakter suikastı gibi hissettirir. Abartma alışkanlığını evliliğinizden çıkarma vakti gelmiştir.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Aranızdaki konuşmalarda abartı sıkça mevcut mu?

Kendi Başınıza Düşünün: Neden abartıyorsunuz? Neyi başarmayı umuyorsunuz?

Harekete Geçin: Abartma alışkanlığından vazgeçmek zordur. Ama eğer vazgeçerseniz, Mesih'e daha çok benzer olursunuz. Mesih'te yalan yoktur, abartı yoktur. Mesih *gerçeğin* özüdür (Yu. 14:6). Mesih'in karakterini eşinizle birlikte örnek almaya ve abartıyı konuşmalarınızdan çıkarmaya kendinizi adayın. Kutsal Ruh'un size bunun için yardımcı olmasını dileyin.

9. GÜN

Küfretmek

Ama şimdi öfke, kızgınlık, kötü niyet dahil, hepsini üzerinizden sıyrıp atın. Ağzınızdan hiçbir iftira ya da edepsiz söz çıkmasın (Kol. 3:8).

Neden öküzlerin ve eşeklerin su içtiği
Böyle aşağılık bir yerde yatıyor O?

Eğer bu sözleri hatırlamadıysanız, bunlar “Kimdir Bu Çocuk?” isimli Doğuş ilahisinin ikinci kıtasının başıdır. Siz de benim gibiyseniz, bunu her söylediğinizde ezilip büzölürsünüz. Özellikle de dördüncü sözcüğe geldiğinizde. İlahinin yazarı William Dix, eşek (*ass*) sözcüğünü kullandığı hâlde, bu sözcüğün İngilizcesi günümüzde bir küfür olarak (*kıç* anlamında) kullanılmaktadır. Ve ibadet ile küfür bir arada düşünülemez.

Buna benzer olarak, Hristiyan evliliği de süregelen bir ibadet eylemi olarak tasarlandığı için, evlilikte de küfre yer yoktur.

Elçi Pavlus, Hristiyanlara ağızlarından edepsiz hiçbir söz çıkmamasını söyleyerek Koloseliler 3:8’de küfrü açıkça kınıyor. Bu buyruk, “eski yaratılışı” (eski benliği) üzerimizden atmak ve “yeni yaratılışı” (yeni benliği) kuşanmakla ilgili tarifi tam ortasında geçiyor. Yeni ve kutsal yaratılışlar (benlikler) olmamız için, gözlerimizi gökteki değerlere odaklamalı (1-2. ayetler), putperestlikten ve edepsizlikten kaçınmalı (5-7. ayetler), öfkeyi sıyrıp atmalı (8. ayet), yalana son vermeli (9. ayet), karakterimizi Mesih’e benzer kılmalı (10. ayet) ve başkalarını bol bol sevmeliyiz (12-17. ayetler). Başka bir deyişle, yeni yaratılışa sahip kişiler olarak hayatlarımız sürekli ibadetle dolu olmalıdır. Bu nedenle küfretmek – edepsiz sözler sarf etmek– hayatımızda yer alamaz.

Küfretmek Hristiyan evliliğinde neler yaratır?

- *Sizi yaralar.* Küfürlü sözler uyuşturucu gibidir. O an iyi hissettirir. Yüksek oranda bağımlılık yapar. Onları ne kadar çok kullanırsanız,

onlara karşı o kadar çok tolerans geliştirirsiniz. Sonunda, onları kullanmadan yapamaz olursunuz ve Tanrı'yla aranızdaki ilişkide uçurum yaratırlar.

- *Eşinizi yaralar.* Evde küfretmek, eşiniz için zehirli bir sözel ortam yaratır. Eşinize küfretmek, *onun* yüreğine zehirli oklar atmaktır.
- *Başkalarını yaralar.* Eğer siz ve eşiniz evliliğinizde küfrediyorsanız, evliliğinizin dışında da küfredersiniz. Bu konuda sizi temin ederim. Böyle yapmanız, diğer Hristiyanların tökezlemesine neden olabilir (Mar. 9:42). Hristiyan olmayanların da İsa'dan daha da uzaklaşmalarına neden olabilir (Mat. 23:13). Küfretmek, Tanrı'nın Egemenliği'ndeki nüfuzunuzu ciddi oranda sınırlandıracaktır (Yak. 1:26).
- *Tanrı'yı yaralar.* Küfürlü sözler kullanmak, Tanrı'nın yarattığı harika şeyleri –insan bedeninin organlarını, karı ile koca arasındaki yakın eylemleri ve daha ne dersenez– alarak, bunlara kötü bir anlam katar. Tanrı'nın layık olduğu yüceliği O'na sunmak yerine, O'nun üzüntüsünü ve öfkesini uyandırır.

Sonuç olarak, Elçi Pavlus eşlerimize söylediğimiz her sözün onları ruhça geliştirmesi gerektiğini ifade etmektedir (Ef. 4:29). Küfürlü sözlerin bunu yaptığını hiç duymadım. Gelin, onları hayatımızdan çıkaralım.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Birbirinizle çatışma içerisinde olduğunuz zamanlarda, ağzınızdan küfürler dökülmesine izin verdiniz mi?

Kendi Başınıza Düşünün: Küfretmenize neden olan, dipte yatan yürek koşulları nelerdir?

Harekete Geçin: Ağzı tümüyle pak olan tek kişi, yani İsa Mesih, sizin ağzınızın kirliliğini bağışlamak için öldü. Sizin için yapmış olduklarına minnetten ötürü, edepsizce sözleri dilinizden sökün atmaya bakın. Bunları Tanrı'yı onurlandıran ve evliliğinize yaşam veren sözlerle değiştirin.

10. GÜN

Felaket Senaryoları Kurmak

Sizde iyi bir işe başlamış olan Tanrı'nın bunu Mesih İsa'nın gününe dek bitireceğine güvenim var (Flp. 1:6).

ADAM köpeği gezdirmeyi unuttur. Karısı Jenny şöyle der: “Çocuklarımız olmamalı çünkü bütün işlerin bana kalacağını biliyorum.”

Kelly, Zack'e çılglık çılgılığa bağırır. Zack kısık sesle söylenir: “Harika! Hayatım boyunca sözlü tacize uğrayacağım bir evlilik olacak.”

Todd tuvalet kapağını açık bırakır. Amanda bağırır: “Kapağı indir, Todd! Elli yıl boyunca senin hem karın hem de annen olmayacağım!”

Jenny, Zack ve Amanda, yaygın bir evlilik yanlışı yapmaktadırlar: Felaket senaryoları kurmaktadırlar. Felaket senaryosu kurmak, tek bir olayı ya da davranış eğilimini alıp bunun hiç bitmeyeceğini, çığ gibi büyüyecek mahvedici bir felakete dönüşeceğini tasarlamaktır. Eşimizin günahlarının, kötülüklerinin ya da hatalarının durmadan devam edeceğini, korkunç bir hayat ve evlilik olacağını varsaydığımızda, felaket senaryosu kurmuş oluruz.

Felaket senaryosunun altında ne vardır? Aslında Tanrı'nın eşinizi *değiştiremeyeceğine*, değiştirebilse dahi bunu *yapmayacağına* inanıyorsunuzdur.

Başka bir deyişle, yalanlara inanıyorsunuzdur. Gerçek şudur: Tanrı evreni yarattığına, Kızıldeniz'i yardığına, gökten man indirdiğine, Yunus'u dev bir balığın midesinden kurtardığına ve Mesih'i ölümden dirilttiğine göre, eşinizi de değiştirebilir. Tanrı, Pavlus'u –bir Hristiyan katilini– değiştirdiyse, eşinizi de değiştirebilir. Tanrı sizi değiştirdiyse, eşinizi de değiştirebilir. Eğer eşiniz Hristiyan'sa, onun taştan yüreğini etten yürekle değiştiren Rab, Elçi Pavlus'un Filipililer 1:6'da söylediği gibi, İsa Mesih gelene kadar onun yüreğini arındırmaya *devam edecektir*. Tanrı eşinizi *değiştirecektir*.

Eşiniz kusur ettiğinde, felaket senaryoları kurmak yerine üç şey yapmanız için sizi teşvik etmek isterim:

1. *Dua Edin.* Rab'den eşinizi değiştirmesini isteyin. Bunu yapabilecek olan tek kişi Tanrı'dır. Tanrı'nın özellikle eşinizin yüreğine inip bir kalp ameliyatı yapması ve davranışının altında yatan esas sorunları söküp alması için O'na yalvarın.
2. *Güvenin.* Tanrı'nın kendi Sözü'ne sadık olduğuna ve eşinizde başlattığı iyi işi tamamlayacağına inanın.
3. *Sabır için dua edin.* Tanrı eşinizi ne zaman değiştireceğine dair vaatlerde bulunmamakta, yalnızca eşinizi *değiştireceğini* vaat etmektedir.

Felaket senaryoları kurmak yaralayıcıdır. Daha da kötüsü, böyle yapmak Tanrı'ya sövmektir. Tanrı'nın gerçekliğini ve bütün çocukları için yapacağını söylediği şeyi inkâr etmektedir. Buna bir son verelim.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Tanrı'nın sizi ve eşinizi arındıracığı ve bunu Mesih'in döneceği güne dek devam ettireceği vaadi-ne inanıyor musunuz? Bu sizin eşinizle aranızdaki konuşmaları ne şekilde değiştirmelidir?

Kendi Başınıza Düşünün: Evliliğinizde nasıl felaket senaryoları kurdunuz? Hangi alanlarda eşinizin değişeceğine dair umudunuzu kaybettiniz? Nerede umut bulabilirsiniz?

Harekete Geçin: Eşiniz kusur ettiği zaman, o anda kalın. Düşüncelerinizi tutsak edin (2.Ko. 10:5) ve şimdiki gerçekliğinizi uzak geleceğe yansıtmaya ayartısıyla savaşın.

11. GÜN

Karşılaştırmak

Komşunun evine, karısına, erkek ve kadın kölesine, öküzüne, eşeğine, hiçbir şeyine göz dikmeyeceksin (Çık. 20:17).

TELEFONUMDAN Facebook'u kalıcı olarak kaldırdım. Hayır, bu uygulamanın kendisinde yanlış bir şey yok. Kaldırmamın nedeni, kendimi başkalarıyla karşılaştırma konusunda beni ayartmasıydı. Arkadaşlarımın ve yabancıların resimlerini, hikâyelerini ve durum güncellemelerini gezerken, bir gözüm onların hayatında bir gözüm kendi hayatımda oluyor. Ve bir tuzağa düşüyorum. Göz dikiyorum.

Başkalarının hayatlarını –çoğunlukla süslü, masal gibi hayat tarzlarını– görüyor ve onların yerinde olmak için büyük bir istek duyuyorum. Onların sahip olduklarına sahip olmak, onlar gibi görünmek, onlar gibi başarılı olmak istiyorum. Sanırım bu konuda yalnız değilim. Karşılaştırmak, neredeyse dünyanın her yerinde göz dikme hisleri doğurur ve bu zehirli ve günahlı bir duygudur (Çık. 20:17).

Eğer evliliğinizde çatışma yaşıyorsanız, karşılaştırma oyununun iki sürümünü oynama ayartısına düşersiniz.

1. *Sürüm: Evliliğinizi başka evliliklerle karşılaştırmak.* Eğer bunu çatışma sırasında yaparsanız, evliliğiniz mutlak surette beklentinizin altında kalacaktır. Ne de olsa, çatışma içerisindeyiz! İnsanların herkese gösterdiği gerçek dışı cilalı evliliklere, yani aslında var olmayan evliliklere hasret kalacaksınız. Ve onlara göz diyeceksiniz.

2. *Sürüm: Eşinizi başka eşlerle karşılaştırmak.* Evliliğinizde çatışma yaşarken, eşinizi diğer evli erkeklerle ya da kadınlarla karşılaştırma ayartısına düşersiniz. Eşiniz beklentinizin altında kaldığında (yine söyleyelim, çatışma içerisindeyizdir), dışarıda gördüğünüz “daha iyi” eşlerden birini isteyecek ve yine göz dikmiş olacaksınız.

Evliliğinizde göz dikme huyundan nasıl kaçınabilirsiniz? Aşağıda üç ipucu yer alıyor:

1. *Minnettarlık disiplini uygulayın.* Sevgiyle dolu olan Babanız, mutlak hâkimiyetiyle, sizin eşinizle evlenmenizi sağlamıştır. O'na evliliğiniz için şükredin. Sizi eşinizle bereketlediği için O'nu övün.
2. *Eşiniz için dua edin.* Eşiniz için ciddi bir şekilde yalvarışta bulunurken, zihniniz diğer çiftlere odaklanmayı bırakacak, yüreğiniz eşinize yeni ve kutsal şekillerde bağlanacaktır (Mat. 6:21).
3. *İsa'da tatmin bulun.* Eşiniz sizi asla tümüyle tatmin etmeyecek. Elçi Pavlus'un söylediği gibi, tatminin sırrı, onu Mesih'te bulmaktır (Flp. 4:11-13). Yüreğinizin tümüyle İsa Mesih'te tatmin bulması ve böylece artık tatmini eşinizde bulmanızın gerekmemesi için dua edin.

Karşılaştırma yapmanın sevinç hırsızı olduğunu söylerler. Sevinçli olun. Ve karşılaştırma oyununu oynamayı bırakın.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Karşılaştırma yapmak, çift olarak sevincinizi çalıyor mu?

Kendi Başınıza Düşünün: Zorlu zamanlarda eşinizi karşılaştırdığınız insanlar var mı? Bu karşılaştırmaları sözlere dökerek eşinizi yaraladığınız oldu mu? Şimdi tövbe edip karşılaştırma oyununu oynamayı bırakacak mısınız?

Harekete Geçin: Asla beklentinizin altına düşmeyecek olan tek eş İsa Mesih'tir. Sizi hayal kırıklığına uğramış ve başkalarına göz dikmiş bir hâlde bırakmak yerine sizi hayran bırakacak ve tatmin edecektir. Evliliğinizi ve eşinizi başka evlilikler ve eşlerle karşılaştırma ayartısına kapıldığınızda, gözlerinizi yukarı çevirin ve göksel eşinizin ne kadar güzel ve harika olduğunu düşünün. Tatmini dünyadaki eşinizde arama akılsızlığına düşmek yerine, onu Mesih'te bulun.

12. GÜN

Konuşmak Yerine Yazmak

Eğer kardeşin sana karşı günah işlerse, ona git, suçunu kendisine göster. Her şey yalnız ikinizin arasında kalsın. Kardeşin seni dinlerse, onu kazanmış olursun (Mat. 18:15).

“İŞE gitmeden önce yatağı toplamamışsın.”

Greg bu kısa mesajı, karısı Adrienne’den pazartesi günü öğleden sonra aldı. Cumartesi günü, evde iş bölümü hakkında uzun uzun konuşmuşlar. Greg her sabah ofise gitmeden önce yatak odalarını toplama görevini üstlenmişti. Adrienne o mesajı attığı zaman öfkeli ya da üzgün değilmiş. Yüzünde bir gülümsemeyle, sözünü tutması için eşine sevgiyle hatırlatma yapıyormuş. Tatlı bir azarmış bu.

Greg mesajı aldığı anda tatsız bir hâldeymiş. Mesajı şöyle okumuş: “Hey Greg, bil bakalım bu sabah yatağı toplamayı unutan kimdi? SEN. Ve yatağı yapmak zorunda kalan kimdi? BEN. Greg, cumartesi günü BİR SAAT ev işlerinden söz ettik. Kendine çeki düzen ver ve şu aptal yatağı topla.”

Belli ki, Greg eşinin mesajını yanlış yorumlamıştı.

Peki buradan çıkarılacak ders nedir? Eşinize mesaj ya da e-posta yoluyla sitem etmek iyi bir fikir değildir. Ses tonu yanlış yorumlanır, beden dili görünmemektedir ve sitemin ardındaki yürek genellikle saklıdır.

İsa, Matta 18:15’te eşinize sitem etme konusunda size başka bir yaklaşım veriyor. Ekran ve klavye arkasına saklanmak yerine ona “gitmenizi” ve yüz yüze konuşmanızı söylüyor. Eğer aynı odada olamayacaksanız, görüntülü aramak da yeterli olur. Bu da mümkün olmuyorsa, telefonla görüşmek diğer iyi seçenektir. Sadece yazılı görüşme yapmayın.

Eşimize sitem ederken neden konuşmak yerine yazmayı tercih ederiz? Üç olasılık şöyledir:

1. *Kontrol sahibi olmak isteriz.* Yazarken, eşlerimiz bize müdahale edemezler. Sözümüzü kesemezler. Sınırlı bir zaman için konuşmanın gi-dişine biz hâkim oluruz. Kontrol bizdedir.

2. *Sabırsızlanınız.* İmkânlar bazen o an için yüz yüze görüşmeye ya da telefonla konuşmaya el vermez. Ama biz yine de hüsrânımızı *hemen şimdi* dışa vurmak isteriz. Bu nedenle mesajlar ya da e-postalar atarız.
3. *Tembellik ederiz.* Hüsrânlarımızı yazıya dökmek, potansiyel olarak fırtınalı ve duygusal olarak tüketici konuşmalara girmekten daha az çaba gerektirir.

Eşinize sitem ederken, yazmak yerine başka bir yaklaşım benimseyin. Mesaj atmayın. E-posta göndermeyin.

Eşinize gidin ve konuşun.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Eşinizden yazılı olarak suçlayıcı bir azar işittiğinizde, kendinizi nasıl hissedersiniz?

Kendi Başınıza Düşünün: Eşinize sitem etmek için neden konuşmak yerine yazmayı tercih ediyorsunuz? Yüreğinizde bu davranışa neden olan ne var? Kontrol arzusu mu? Sabırsızlık mı? Tembellik mi? Fevriyet mi? Öfke mi? Putperestlik mi? Başka bir şey mi?

Harekete Geçin: Eşimize yüz yüze sitem etmemizin nedeni İsa Mesih'tir. Konuşmalarımız üzerinde mutlak kontrol sahibi olan O'dur (Mat. 28:18), bu nedenle seslerimiz yerine parmaklarımızı kullanarak kontrolü gasp etmemize gerek yoktur. O bize sabır ve özdenetim vermesi için Kutsal Ruh'u göndermiştir (Gal. 5:22-23). Böylece eşlerimizle yüz yüze bir araya gelene dek sitemlerimize hâkim olabiliriz. Sınırsız bilgeliğiyle, bize karşı günah işlendiği zaman eşlerimize gitmemizi buyuran da nihayetinde İsa Mesih'tir. Eğer eşiniz size karşı günah işlerse, Mesih'e itaat edin, eşinizi onurlandırın, gidin ve konuşun.

13. GÜN

Kimlik İfadeleri Kullanmak

Bakın, Baba bizi o kadar çok seviyor ki, bize “Tanrı’nın çocukları” deniyor! Gerçekten de öyleyiz (1.Yu. 3:1).

“SEN ALDATICISIN. Sen tembelsin. Sen duygusal yönden dengesizsin. Sen TAM ANNEN GİBİSİN.” Kevin, son zamanlarda ettikleri bir kavga sırasında eşi Erica’ya bu hakaretleri yağdırdı. Sonunda, kocasının suçlamaları altında ezilen Erica ağlıyordu. Kevin’in hakaretleri neden bu denli yıkıcıydı?

Bunlar kimlik ifadeleridir.

Peki kimlik ifadesi nedir? Kişiyi bir kutuya koyan bir hakarettir. Bir davranışı, alışkanlığı, karakter özelliğini, fiziksel bir vasfı ya da bir olayı alıp kişiyi onunla tanımladığınızda, kimlik ifadesi kullanmış olursunuz. İnsanları yaptıkları bir şeye, gösterdikleri bir niteliğe, görüntülerine veya deneyimlerine dayanarak kabaca etiketlersiniz. Bütün kimlik ifadeleri tek bir ortak unsur içerir. “Sen [şöyle] sin” diye başlarlar.

Kimlik ifadeleri yıkıcı, moral bozucu ve mağlup edicidir. İki Hristiyan eş arasındaki çatışmada kimlik ifadelerine tek bir nedenle yer yoktur: Bunlar gerçek değildir. Siz ve eşiniz, hatalardan, huylardan, görünümlerden ya da geçmişlerden ibaret değilsiniz. Günahlarınız ya da eksikleriniz değilsiniz. Kusurlarınız ya da başarısızlıklarınız değilsiniz.

Peki siz kimsiniz? *Siz Tanrı’nın çocukları*sınız (1.Yu. 3:1). Kutsal bir ev halkının, kilisenin sevgili üyelerisiniz ve bu ailenin başı Mesih’tir (Ef. 5:23). Ve bu ailenin üyeleri olarak ikiniz için de geçerli olan belli bazı gerçekler vardır. Bunların birkaçı şöyledir:

- *Siz Tanrı’nın ikamet etmeyi seçtiği halksınız.* Galatyalılar 4:6 şöyle diyor: “Oğullar olduğunuz için Tanrı öz Oğlu’nun ‘Abba! Baba!’ diye seslenen Ruhu’nu yüreklerinize gönderdi.”
- *Siz sayısız ve sonsuz akıl ermez ruhsal bereketlerin meşru mirasçılarısınız.* Romalılar 8:16–17 şöyle diyor: “Ruh’un kendisi, bizim ruhumuzla birlikte, Tanrı’nın çocukları olduğumuza tanıklık eder. Eğer Tanrı’nın

çocuklarıysak, aynı zamanda mirasçısıyız. Mesih’le birlikte yüceltilmek üzere Mesih’le birlikte acı çekiyorsak, Tanrı’nın mirasçısıyız, Mesih’le ortak mirasçılarız.”

- *Siz özgürsünüz.* Galatyalılar 4:7 şöyle diyor: “Bu nedenle artık köle değil, oğullarsınız.” Mahkûmiyetten özgürsünüz (Rom. 8:1). Günahın yetkisinden özgürsünüz (Rom. 6). İblis’in gücünden özgürsünüz (1.Yu. 5:18). Utançtan, korkudan ve suçluluktan özgürsünüz (Yşa. 54:4; 2.Ti. 1:7; İbr. 8:12). Artık köle değilsiniz. Siz özgürsünüz.

Siz Tanrı’nın çocuklarısınız. Baba’nın derinden sevdiği soyusunuz. Kutsal Ruh’un konutları, görkemli ilahi ödüllerin mirasçısısınız. Benliğin, dünyanın ve İblis’in tutsaklığından özgür kılınmış olan ruhsal kardeşlersiniz.

Sizin kimliğiniz budur. Siz busunuz.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Tanrı’nın çocukları olarak paylaştığınız kimliğe ilişkin derin bir anlayış, çatışma zamanlarında birbirinizle konuşma tarzınızı nasıl değiştirmelidir?

Kendi Başınıza Düşünün: Eşiniz kimdir? Buna bir cevap yazmak için vakit ayırın. Tanrı’nın sözlerini mi (Kutsal Yazılar), yoksa kendi sözlerinizi mi kullanıyorsunuz?

Harekete Geçin: Kimlik ifadelerinden kaçınmak için eşinizi eleştirdiğiniz zaman mümkün olduğu kadar belirgin terimler kullanın. Örneğin “Sen evde işe yaramazsın” demek yerine, “Sabahları bulaşık makinesini söz verdiği gibi boşaltmıyorsun” deyin. İleri doğru giderken, sarf edilen kimlik ifadelerine dikkat çekmek için birbirinize nazik bir şekilde izin verin. Eğer böyle bir kimlik ifadesi kullanmışsanız, tövbe edin ve tepkinizi yapıcı, belirgin ve sevecen bir tutumla yeniden dile getirin.

14. GÜN

Eşinize Tapmak

Tanrı şöyle konuştu:

Seni Mısır'dan, köle olduğun ülkeden çıkaran Tanrın RAB benim.

Benden başka tanrın olmayacak (Çık. 20:1-3).

“SANIRIM evliliğinizin neden yıkılmakta olduğunu biliyorum. Birbirinize tapıyorsunuz.”

Evan ve Lauren bana kafa karışıklığıyla bakakaldılar. Bütün danışmanlık seansı sırasında birbirlerini yemişler, çılgınlıklar, feryatlar ve sövgüler savurup durmuşlardı. Söylediğim bu sözler onlar için hiçbir şey ifade etmedi. Nasıl birbirlerine tapıyorlardı? Birbirlerini nasıl putlaştırmışlardı?

Bunun yanıtı, putun tanımında yatıyor. 1. günde putu, hayatımızda değer, önem, güç ve yetki bakımından Tanrı'dan çok yükselttiğimiz herhangi bir şey olarak tanımlamıştım. Ne yazık ki evlilikte çatışma zamanlarında eşlerimizi putlara dönüştürürüz. Zihnimize, irademize ve duygularımıza hükmetmelerine izin veriz. Düşüncelerimize, sözlerimize, hislerimize ve tepkilerimize dikte etmelerine izin veriz. Özdenetimimizi onların önündeki sunaklarda teslim ederiz. Onları altın buzağılara dönüştürür, yüreklerimizi sunar ve onların önünde eğiliriz.

Ve Tanrı bundan kesinlikle hoşnut değildir.

Mısır'dan Çıkış 20:1-3'te, On Buyruk'tan birincisinde, Rab sadece ve sadece kendisine tapmamız gerektiğini açıkça ifade etmektedir. Peki bu buyruğu çiğneyip eşinize taptığınızı nereden bilirsiniz? Aşağıdaki sorularla kendinizi sınavın:

- Evliliğiniz düşünce yaşamınıza hâkim oluyor mu?
- Eşinizin sizin duygularınız üzerinde sağlıklı olmayan bir hâkimiyeti var mı?
- Tanrı'nın sizin hakkınızda ne düşündüğünden çok, eşinizin sizin hakkınızda ne düşündüğüyle mi ilgilisiniz?
- Eşinizin sözlerinin Tanrı'nın Sözü'nden daha mı çok ağırlığı var?

Eğer bunlardan birine evet yanıtını veriyorsanız, büyük olasılıkla eşiniz bir puta dönüşmüştür.

Evlilikte kutsallık ile putperestlik arasında ince bir çizgi olduğunu söyleyebilirim. Eşlerimiz aklımızda olmalı ama aklımızı tüketmelerine izin vermemeliyiz. Onlarla duygusal bağımız olmalı ama duygularımıza hâkim olmalarına izin vermemeliyiz. Bizimle ilgili düşüncelerini umursamalı ama *gereğinden fazla* umursamamalıyız. Onların sözlerine değer vermeliyiz ama Tanrı'nın Sözü'nden daha fazla değer vermemeliyiz. Eşlerimizi sevmeliyiz ama İsa Mesih'ten daha çok sevmemeliyiz.

Evet, evlilikte kutsallık ile putperestlik arasında ince bir çizgi vardır. Eğer bu çizginin doğru tarafında kalırsanız, size yaşam getirir. Eğer bu çizgiyi aşp da eşinize taparsanız, bu sadece sizi değil, evliliğinizi de mahveder.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Birbirinize puta tapar gibi tapıyor musunuz? Cevabınız evetse, nasıl?

Kendi Başınıza Düşünün: Evliliğinizde, aklınızı Tanrı'dan daha çok verdiğiniz belli bir sorun alanı var mı? İlginizi bölünmeden Tanrı'ya odaklayabilmeniz için bu sorun alanını O'nun ellerine teslim eder misiniz?

Harekete Geçin: Eğer eşinizi puta dönüştürdüyseniz, bunu şimdi Tanrı'ya itiraf etme ve af dileme zamanıdır. Ama ayrıca eğer Hristiyan'sanız, bu dünyada yaşayıp da asla puta tapınmamış olan İsa'nın ölümü sayesinde bağışlandığınız gerçeğiyle huzur bulma zamanıdır. Tapınmanıza gerçekten layık olan tek kişiye, yani İsa Mesih'e tapınmak için vakit ayırın.

EVLİLİK ÇATIŞMASININ ESASLARI

15. GÜN

Ayartıdan Kaçın

Herkesin karşılaştığı denemelerden başka denemelerle karşılaşmadınız. Tanrı güvenilirdir, gücünüzü aşan biçimde denenmenize izin vermez. Dayanabilmeniz için denemeyle birlikte çıkış yolunu da sağlayacaktır (1.Ko. 10:13).

SALI, saat 19:30. Abby’le anlamlı bir konuşma yapmak için bana göre haftanın en kötü zamanı. Peş peşe sekiz danışmanlık seansından sonra evin kapısından içeri girmişim. Midem boş. Beynim yanmış. Tanrı’yla özel olarak zaman geçireli en az on üç saat olmuş. Sırtımı ovmayacak ve bana dondurma yedirmeyecek herkese çıkışmaya hazırım.

Öyleyse salı günleri 19:30’da ne yapıyorum? Kaçıyorum. Abby’le selamlaşıyorum ve sonrasında hemen koşuya çıkıyorum. Koşu sırasında beni Mesih’e yönlendirecek ve yüreğimi tazeleyecek müzikler dinliyorum. Başka bir deyişle, Tanrı’ya kaçıyorum. Karımı incitme fırsatı bulamadan kapıdan çıkıyorum ve Tanrı’ya koşuyorum.

Salı akşamki rutinimi 1. Korintliler 10:13’e dayandırmaktayım. Elçi Pavlus bu ayette en az iki şey söylüyor. Birincisi, hepimiz aynı ayartılarla karşı karşıya geliyoruz. Hepimizin, eşlerimizi sözlerimizle yaralama ayar-tısına düştüğü zamanlar var. Bu beş eşsiz ayartı hâline “ÖLÜM hâlleri” adını verdim:

- *İçkili.* Alkol almışsınızdır ve bu nedenle denetim kalkanlarınız zayıflamış hâldedir.
- *Bitkin.* Bedeniniz ve zihniniz tükenmiştir. Dinlenmeniz gerekmektedir.
- *Öfkeli.* Bir kişiye ya da bir şeye sinirlenmişsinizdir.
- *Gergin.* Dünyanın kaygılarıyla strese girmişsinizdir ve kafanız dağınıktır.
- *Aç.* Kan şekeriniz düşüktür, vücudunuz kırılgandır ve beyniniz doğru çalışmıyordur.

Eğer bir ÖLÜM hâlindeyseniz, eşinizi muhtemelen sözlerinizle öldürme ayartısına düşeceksiniz (Özd. 18:21).

Ama iyi bir haber var. Elçi Pavlus, 1. Korintliler 10:13'te Tanrı'nın herhangi bir ayartıdan kaçış yolu sağlayacağını söylüyor. Başka deyişle, eşinize sözlü olarak saldırıda bulunmak *zorunda değilsiniz*. Kaçış yolunuz sizin eşsiz kişiliğinize ve koşullarınıza bağlı olsa da, en güvenli varış noktanız daima Rab olacaktır. Kaçabileceğiniz ve daima kaçmanız gereken kişi O'dur. Benim salı akşamları yaptığım gibi, koşu ve müzik yoluyla Tanrı'ya kaçabilirsiniz. Kiliseden bir arkadaşınızla Müjde merkezli bir sohbet ya da odaklı bir dua zamanıyla Tanrı'ya kaçabilirsiniz. Veya İsa'nın Luka 4:1-13'te yaptığını yapabilirsiniz. İsa, Şeytan'ın çöldeki ayartıları sırasında Kutsal Yazılar aracılığıyla Tanrı'ya kaçtı. Zihnini Yasa'nın Tekrarı kitabına yönelterek İblis'e ezberden ayetlerle karşılık verdi. Şeytan en sonunda O'nu bıraktı.

Rab eşimize öfkemizi boşaltma ayartısına düşeceğimizin sözünü veriyor. Ama aynı zamanda bir çıkış yolunun da sözünü veriyor. Bu yolu kullanacak mısınız?

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Sizin kendi “Salı, 19:30” anlarınız nelerdir? Birbirinize çıkışmak konusunda en çok ne zaman ayartılıyorsunuz?

Kendi Başınıza Düşünün: Tanrı'ya kaçarak her ayartıya karşı koyabileceğinize inanıyor musunuz?

Harekete Geçin: Tanrı'ya yaraşır olmayan konuşma tarzını kullanma ayartısına kapılan tek bir eş varsa, o “kaçtığı” zaman diğer eşin gücenmesi olağandır. Kaçma ihtiyacı duyan eş takip etmekten ya da kızdırmaktan sakının. Bunun yerine, onun için dua edin ve ne zaman döneceğini sorun.

16. GÜN

Merteği Çıkarın

Sen neden kardeşinin gözündeki çöpu görürsün de kendi gözündeki merteği fark etmezsin?... Seni ikiyüzlü! Önce kendi gözündeki merteği çıkar, o zaman kardeşinin gözündeki çöpu çıkarmak için daha iyi görürsün (Mat. 7:3-5).

“SENDE öfke sorunu var!”

Brian bu sözleri, tepesi atmış ve yüzü kızarmış bir şekilde on beş yıllık karısı Carrie’ye bağırarak söylemişti. Doğuş Bayramı tatilini nerede, Chicago’da erkeğin ailesiyle mi yoksa Iowa’da kadının ailesiyle mi geçirecekler diye kavga ediyorlardı. Tartışma ilk başta sakindi ama beş dakika sonra çıkırından çıkmıştı. Eşler birbirini bencil olmakla suçlamıştı. Brian, Carrie’nin annesiyle babasına hakaret etti. Carrie de buna aynı şekilde karşılık verdi. Sonuç olarak konuşma tümüyle iftiraya, suçlamaya ve savunmaya dönmüştü. Brian daha fazla dayanamayınca odadan fırlayıp kapıyı çarpmıştı. Ama bunu yapmadan önce haykırarak son bir suçlamada bulundu. “Sende öfke sorunu var!” İkiyüzlülüğün boyutları neredeyse komedi idi.

Ne yazık ki bizler de kendi evliliğimizde Brian kadar ikiyüzlü olabiliriz. Çatışma baş gösterdiği zaman, kendimizin yaptığı şeyleri yapıyor diye eşlerimizi eleştirebiliriz. Bizim de eşit derecede –hatta belki daha fazla– suçlu olduğumuz günahlardan ötürü onları suçlayabiliriz. Kendi gözümüzde mertek varken, onların gözündeki çöpe işaret edebiliriz.

Bu tür ikiyüzlülüktan nasıl kaçınabiliriz? İsa cevabı Matta 7:3-5’te veriyor. Eşimizin gözündeki çöpe işaret etmeden önce kendi gözümüzdeki merteği çıkarmamızı söylüyor. Eşimizin eksiklerine işaret etmeden önce kendimizi alçaltmalı, günahlı eylemlerimizi ve günahlı yüreklerimizi itiraf etmeli ve alçakgönüllü tövbeyle Tanrı’ya dönmeliyiz.

Gözlerimizde kocaman mertekler olduğunu kabul edecek alçakgönüllülüğü ve cesareti nereden bulabiliriz? Müjde’den. Müjde bütün Hristiyanlar için geçerli olan iki şeyden söz ediyor. Birincisi, sınırsız kutsallığa sahip

olan Tanrı'nın önünde sınırsız günahkârlığa sahibiz (Rom. 3:23). Gözlerimizde hayal edebileceğimizden daha fazla sayıda mertek vardır. Bu gerçek bizi alçaltmalıdır. İkincisi, Tanrı geçmişteki, şimdiki ve gelecekteki günahlarımızı bağışlamıştır çünkü İsa Mesih çarmıhta hepsinin bedelini ödemiştir. Günahlarımızın İsa'nın kanıyla temizlendiğini bildiğimiz için (1.Yu. 1:7), ahlaksal kusurlarımız konusunda cesaretle şeffaf olabiliriz.

Bir daha eşinizi eleştirme ayartısına düştüğünüzde dur düşmesine basın. Banyoya gidin. Aynaya bakın. Gözünüzdeki merteği bulun. Onu çıkarın. Sonra gidip eşinize bu merteği itiraf edin. Ondan sonra eşinizin gözündeki küçük çöpe nazik ve sevecen bir dille işaret edin.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Gözlerinizdeki merteği birbirinize itiraf etmeyi bu denli zorlaştıran nedir? Gurur mu? Kendini doğru görme mi? Korku mu? Evliliğinizde birbirinize itirafta bulunmayı daha güvenli kılacak neler yapabilirsiniz?

Kendi Başınıza Düşünün: Yerel kilisenizde gözünüzdeki çöplere işaret etmeleri için izin verdiğiniz insanlar var mı? Sizi günahlarınız ve karakter kusurlarınızla yüzleştirebilecek bir hesap sorma ekibiniz var mı? Bunu yapan tek kişi eşiniz olamaz.

Harekete Geçin: Eşinizin size karşı işlemiş olduğu, yüreğinizde öfke ya da gücenme yaratan ama dile getirmediğiniz günahlar var mı? Eğer varsa, bunları eşinize söyleyin. Ama yalnızca kendi gözünüzdeki merteği çıkardıktan sonra bunu yapın.

17. GÜN

Gözlüklerinizi Değiştirin

Sonuç olarak, kardeşlerim, gerçek, saygıdeğer, doğru, pak, sevimli, hayranlık uyandıran, erdemli ve övülmeye değer ne varsa, onu düşünün (Flp. 4:8).

BUGÜNKÜ ruhsal okumayı, Abby'le yaptığım uzun bir kış tatilinin son gününde yazdım. Umduğum gibi bir gün olmadı. Anne ve babasının Güneybatı Florida'daki yepyeni evlerindeydik. Planımız havuz başında sakin bir sabah geçirmek, bir gurme ıstakoz lokantasında öğle yemeği yemek ve öğleden sonra annesinin doğum gününü kutlamaktı. Sonra da havaalanına gidip New York şehrindeki evimize hızlı ve kolay bir aktarmasız uçuş yapacaktık.

Bütün bunların hepsi, biletimizi New York'a değil de akşam 8'de *Chicago*'ya aldığımı fark ettiğim anda değişti. Tek seçeneğimiz, sabah 7:30 uçuşuyla St. Louis'e gitmek ve dört saatlik beklemeyle yolumuza devam etmektir. Bu seçenekte karar kıldık. Fazladan 500 dolar ödedik.

Tatilimizin son günü, eğlenceli bir gün değil, on üç saatlik pahalı bir yolculukla geçen bir gün olacaktı. Abby yıkılmıştı. Yürüyüş yapıp dua etmek için odamızdan çıktı. On dakika sonra döndüğünde sözleri beni şoka uğrattı: "Steve, öncülük edip uçuşumuzu kontrol ettiğin için teşekkür ederim. Alçakgönüllülükle özür dilediğin için de teşekkür ederim. Bunu takdir ediyorum. Haydi harekete geçelim. Yetişmemiz gereken bir uçak var!"

Abby o sabah ne yaptı? Elçi Pavlus'un bize Filipililer 4:8'de buyurduğu şeyi yaptı. Orada Hristiyanlara gerçek, saygıdeğer, doğru, pak, sevimli, hayranlık uyandıran, erdemli ve övülmeye değer ne varsa, onu düşünmelerini söylüyor. Zihinlerimizi dünyanın bozulmuşluğuna (veya eşlerimizin akılsızlığına) değil de Tanrı'ya dair şeylere odaklamamız için çağrıda bulunuyor. Abby o sabah benim dalgınlığıma odaklanmak yerine ilk adımımı atmama ve alçakgönüllülüğüme odaklanmayı seçti. Bu, günün bütün havasını değiştirdi.

Evlilikte çatışma söz konusu olduğu zaman Elçi Pavlus'un öğüdü kritik önem taşımaktadır. Eşinizin yanlışlarına, karakter kusurlarına ve günahlarına odaklanmak, yani yalnızca kötü olan şeyleri gören gözlükleri takmak kolaydır. Ama Elçi Pavlus bu gözlükleri çıkarıp eşinizdeki Tanrı vergisi iyiliği görebileceğiniz gözlükleri takmanızı söylüyor.

Peki ama ya şu anda eşinizin tutumunda ya da davranışında *hiçbir* iyilik yoksa?

O zaman o anın ötesine bakın. Bir Hristiyan olarak eşinizin o anda ve orada nasıl hareket ettiğine değil, bir Hristiyan olarak kim olduğuna odaklanın. Mesih'in bedeninin bir üyesi olarak (Ef. 4:4), Tanrı'nın Ruhunun tapınağı olarak (1.Ko. 3:16), sevgili bir kutsal olarak (Rom. 8:35-39; 1.Ko. 1:2) ve sizinle birlikte gelecekte cennetin bir vatandaşı olarak (Flp. 3:20) eşinizin kimliğine odaklanın. O anda eşinizle ilgili kendi hislerinize değil, *Tanrı'nın* eşinizle ilgili neler söylediğine odaklanın.

Eşiniz size karşı günah işlemişse, kafanızı kuma gömerek günahı görmezden gelmeniz gerekmez. Ama günaha işaret ederken Filipililer 4:8 gözlüklerini takın. Bu sizin tepkinizi radikal bir şekilde değiştirecektir.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Evliliğinizde iyi şeyler yerine kötü şeylere odaklanmak neden her biriniz için bu denli içgüdüselidir?

Kendi Başınıza Düşünün: Filipililer 4:8 gözlüğünü takmak, eşinizle son kavganızı nasıl etkilerdi?

Harekete Geçin: Eşinizle ilgili gerçek, saygıdeğer, doğru, pak, sevimli, hayranlık uyandıran, erdemli ve övülmeye değer ne varsa, bunları yazmak için bugün on beş dakikanızı ayırın.

18. GÜN

Kendinizi Birbirinizin Yerine Koymak

Sevinenlerle sevinin, ağlayanlarla ağlayın (Rom. 12:15).

“HIÇ temizlikçi tutmayı düşündün mü?”

Tim’in, eşi Beth’e söyleyebileceği en kötü şey buydu. Tim uzun bir iş gününden sonra eve dönmüştü. Eşi yeni doğan kızları ve yeni yürümeye başlayan ikiz oğullarıyla on iki saat tek başına geçirdikten sonra yerde ağlıyordu. Bebeğin ateşi vardı, yemek yemiyordu ve avazı çıktığı kadar bağııyordu. İkizler gün boyunca sızlanmışlar, tepinmişler ve ağlamışlardı. Beth evi genellikle çocuklar uyurken temizlerdi. Çocuklar uyumamıştı. Temizlik yapılmamıştı. Beth yerde hıçkırırken Tim temizlikçi tutmayı önerdi.

Kötü bir hamle.

Beth duygusal bir çöküntü yaşıyordu. Peki Tim ne sundu? Bir çözüm. Kadının ihtiyacı neydi? Empati. Tim’in atabileceği en sevgiyle dolu adım, Beth’in yanına oturmak, kolunu omzuna atmak, ağlayışını dinlemek, neler hissettiğini anladığını göstermek için karısının acısını sözlere dökmektir.

Elçi Pavlus, Romalılar 12:15’te Roma kilisesinin üyelerine “sevinenlerle sevinmelerini” ve “ağlayanlarla ağlamalarını” söyler. Bence bu buyruk sadece sevinç ve keder duygularıyla sınırlı değildir. Evlilik bağlamında dünyaya eşimizin gözlerinden bakmak, kendimizi onun yerine koymak, onların duygularını onlara “Seni anlıyorum” diyecek şekilde geri ifade etmektir.

Eğer empati size zor geliyorsa, özellikle çatışmalar patlak verdiğinde ve duygular tavan yaptığında her şey daha da zor gelecektir. Bu gibi durumlarda empati kurmanıza yardımcı olacak bir sürecin adımları şöyledir:

- Gerginlik esnasında bilinçli olarak duraklayın. Dilinizi ısırın. Bir şey demeyin.
- Gözlerinizi kendinizden alın. Eşinizin üzerine yerleştirin.

- Eşinize o anda nasıl hissettiğini sorun (sesiniz bir terapist gibi çıkmayın).
- Bu hisleri içselleştirmek ve kendinize ait kılmak için çaba gösterin. Eşinizin zihnine girin. Duygularını benimseyin.
- Bu duyguları eşinize kendi sözlerinizle geri ifade edin.
- Söylediklerinizin onun o anki hislerine uyup uymadığını sorun.

Empati neden eşiniz için büyük bir berekettir? Çünkü ona duygularının gerçek, geçerli ve önemli olduğu mesajını iletir. Eşinize kendisinin çözülecek bir sorun değil, tanınacak ve sevilecek bir kişi olduğunu anlatır. En önemlisi de, empati Mesih'in insan bedeni olarak bize gösterdiği empatik sevgiyi model alır. O bizim uğrumuza cenneti bırakmayı, dünyamıza gelmeyi, acımızı hissetmeyi, bizi gerçekten tanımayı ve bizim yerimize ölmeyi seçmiştir.

Çatışma esnasında kendinizi eşinizin yerine koymanız çok önemlidir. Bunun için sıkıntılara göğüs germeniz ve çaba göstermeniz gerekebilir. Bu acı verici olabilir. Rahatsız edici olabilir. Ama kesinlikle buna değer. Size söz veriyorum – eşiniz sevildiğini hissedecektir.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Empati ikiniz için de son derece zor mu? Neden? Evlilikte empati neden çok önemlidir?

Kendi Başınıza Düşünün: Eşiniz sizi anlamadığı zaman kendinizi nasıl hissediyorsunuz? Siz onu anlamadığınızda o da aynı şeyleri hissediyor.

Harekete Geçin: Evliliğinizde radikal bir soru sorma dönemi başlatın. Eşinize düşüncelerini, duygularını, zaferlerini ve bocalamalarını sorun. Kendinizi eşinizin yerine koymak ve onu gerçekten *tanımak* için çaba sarf edin.

19. GÜN

Tepkinizi Karşıdaki Kişiyi Göre Özelleştirin

Size yalvarırız, kardeşler, boş gezenleri uyarın, yüreksizleri cesaretlendirin, güçsüzlere destek olun, herkese karşı sabırlı olun (1.Se. 5:14).

“BENCE sen işine bağımlısın.”

Ray, eşi Carly’e telefon edip geç vakte kadar çalışacağını söylediği zaman ondan işittiği can yakıcı sitem buydu. Kendisi yüksek düzeyde bir muhasebeciydi ve şimdi vergi döneminin ortasındaydılar. Patronu takımına, gece çalışmaları gerektiğini yeni bildirmişti. Otuz gece ardı arda çalışmış olan Ray’in yakıtı bitmek üzereydi. Bitkinlik yüzünden bedenlen rahatsızdı. Carly’i özlüyordu. Çocukları özlüyordu. Yatağını özlüyordu. Ama patronuna evet demesi gerektiğini biliyordu yoksa işini kaybederdi. Bu durumu kabullendi ve evi arayıp kötü haberi verdi. Carly de buna karşılık ona işkolik olduğunu söyledi.

Carly nerede yanlış yaptı? Bunun cevabı 1. Selanikliler 5:14’te yatıyor. Elçi Pavlus bu ayette, insanlara tepki gösterirken onların eşsiz ruhsal, duygusal ve bedensel durumlarını dikkate almamız gerektiğini belirtiyor. Boş gezenleri –Elçi Pavlus’un kullandığı bağlamda “tembel” anlamına gelen bu sözcüğün daha genel anlamı günah işlemeyi alışkanlık hâline getirenlerdir– uyarmalıyız. Yüreksizleri –kaygılı, korkulu, depresif, cesareti yitirmiş, duygusal yönden tükenmiş insanları– cesaretlendirmeliyiz. Güçsüzlere –hastalıktan, yaralanmadan ötürü acı çeken, insan yardımı olmadan işlev göremeyenlere– yardımcı olmalıyız (fiziksel olarak hizmet etmeliyiz). Ray ve Carly’nin durumu söz konusu olduğunda, Ray yüreksizdi. Cesarete ihtiyacı vardı. Carly ise onu uyardı. Yanlış hamle.

1. Selanikliler 5:14’ü nasıl hayata geçirebileceğimize dair bir örneğe mi ihtiyacınız var? Yeryüzünde yürürken günahlı, yüreksiz ve güçsüz insanlara yaklaşımını mükemmel bir şekilde ayarlayan Mesih’e bakın. Günahlı Ferisiler ve Kutsal Yazı uzmanları insanları saptırırken, Kutsal Kitap’ın koca bir bölümünü onları uyarılarla tokatlamaya adadı (Mat. 23).

Öğrencileri cesaretlerini yitirdiklerinde, onları şu sözlerle cesaretlendirdi: “Size kendi esenliğimi veriyorum. Yüreğiniz sıkılmasın ve korkmasın” (Yu. 14:27). Güçsüzler –körler, sağırklar, kötürümler ve hastalar– ondan şifa dilediğinde, ricalarını merhametle yerine getirdi (Mat. 11:5). İsa, 1. Selanikliler 5:14’ü harfi harfine örnekledi.

Elbette bizim *sadece* günahlı, yüreksiz ya da güçsüz olduğumuz zamanların sayılı olduğunu da söylememiz gerekiyor. Eşiniz genellikle üçünün bir karışımı olacak ve uyarı, teşvik ve fiziksel yardımdan oluşan bir karışıma ihtiyaç duyacaktır. Ancak bugün size verdiğim görev, eşinizin *en büyük* ihtiyacını tanımlamak için sıkı çalışmanızdır. En büyük ihtiyaç günahlı durum mu, yüreksizlik mi, yoksa güçsüzlük mü? Yaklaşımınızı da buna göre ayarlayın.

Son olarak, Elçi Pavlus siz eşinizi uyarırken, cesaretlendirirken ya da yardımcı olurken, ayrıca onlara karşı sabırlı olmanızı söylemektedir. Ayetin de ima ettiği gibi onlar hasar görmüştürler. Size minnetle karşılık vermeyebilirler. Ama bana öyle geliyor ki, sabırlı Rabbimiz size aynı armağanları sunduğunda, siz de her zaman minnetle karşılık vermiyorsunuz.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Eşinizin durumunu dikkate almaksızın daha çok hangi tepkiyi (uyarı, cesaretlendirme ya da yardımcı) gösterme eğiliminiz var? Tanrı sizi, 1. Selanikliler 5:14’e uygun olarak yaklaşımınızı ne şekilde düzeltmeye çağırıyor?

Kendi Başınıza Düşünün: Yakın zamanda eşinize yaklaşımınızın onun hâline uymadığı bir olay aklınıza geliyor mu? Nasıl daha farklı bir şekilde davranabilirdiniz?

Harekete Geçin: Hangi şekillerde uyarı, cesaretlendirme ve yardım almaktan hoşlandığınızı birbirinizle paylaşın. Bunları ne şekilde almaktan hoşlanmadığınızı da paylaşın. Buna göre, birbirinizi uyarma, cesaretlendirme ve yardımcı olma tarzınızı düzeltin.

20. GÜN

Yakalamaca Oynamak

Sözünü tartmadan konuşan birini tanıyor musun? Akılsızın durumu bile onunkinden daha umut vericidir (Özd. 29:20).

“STEVE, dün yapacağını söylediğin hâlde neden bulaşık makinesini boşaltmadın?”

“Abby, vergi görevlisini arayacağını söylediğin hâlde neden aramadın?”

“Neden konuyu değiştiriyorsun?”

“Değiştirmiyorum. Sadece senin bir şeyi unutabiliyor olmanın ama benim unutamamamın haksızlık olduğunu söylüyorum.”

“Lütfen bulaşık makinesini boşaltır mısın?”

“Lütfen bana biraz lütuf gösterebilir misin?”

“Neden bu kadar savunmaya geçiyorsun?”

“Geçmiyorum.”

“Geçiyorsun. Ses tonundan belli.”

“Hayır, *geçmiyorum*.”

“Boş ver. Makineyi kendim boşaltırım.”

Konuşma bitti. Toplamda on altı saniye sürdü.

Hayır, pazar günü öğleden sonra yaptığımız bu konuşma, Abby ile Steve arasında geçen en iyi konuşma değildi. Peki ne oluyordu? Öncelikle ben şımarık ve tepeden bakan bir ahmak gibi davranıyordum. İkincisi, “konuşma tenisi” yapıyor, oturma odasının ortasında sohbet topunu şiddetle birbirimize savuruyorduk. Diğer kişinin sözlerini düşünmek için duraklamıyorduk. Kendimizi diğerinin yerine koymuyorduk. Konuşma süresince birbirimizi nasıl en iyi şekilde sevebileceğimizi kesinlikle düşünmüyorduk. Diğer kişinin ne dediğini hiç hazmetmeden, durmadan yorumları ve soruları atıp tutuyorduk. Pinpon oynuyorduk.

Konuşma pinponu, ölümcül bir oyundur. Eşinizin sözlerinin hiç önemli olmadığı mesajını verir. Daha da kötüsü, *eşinizin* hiç önemli olmadığı mesajını verir.

Kral Süleyman, Süleyman'ın Özdeyişleri 29:20'de, konuşma pinponu yapanları eleştiriyor. Sözünü tartmadan konuşan (bir "konuşma pinponu" oyuncusu olan) kişinin durumunun, akılsız kişininkinden daha umutsuz olduğunu söylüyor. Durumu vahim. Eğer bu kişi evliyse, evliliğinin durumu da vahim.

İşte size başka bir iletişim yaklaşımı: *Yakalamaca oynamak*. Konuşma topunu yakalayın (eşinizin sözlerini dinleyin). Topu bir süre tutun (eşinizin söyledikleri üzerinde düşünün). Sonra nazik bir şekilde geri atın (sevgiyle konuşun). Sırasıyla: Dinleyin. Düşünün. Konuşun.

Yakalamaca oynamak daha yavaş, titiz bir iletişim yoludur. Çenenizi kapatıp sözü –hatta size yöneltilmiş olan yaralayıcı sözleri bile– kesmemeye razı olmalısınız. Bunu nasıl yapabilirsiniz? Hem örneğiniz hem de güç kaynağınız olan Mesih'e dönün. Kendisini haklı çıkarmak yerine çarmlıha giden yolda, boğazlanmaya götürülen bir kuzu gibi sessiz kalan Mesih'e dönün (Yşa. 53:7). Ölümle yüzleşen ama kendini savunmak için tek bir söz etmeyen Mesih'e dönün. Kendisine saldıranlara karşılık vermeyen, bunun yerine onlar uğruna kendi canını veren Mesih'e bakın.

Konuşma pinponu içgüdüselidir. Ama ben sizi raketinizi bırakıp eşinizle yakalamaca oynamanız için teşvik etmek istiyorum.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Bir konuşmada gerginlik başladığı zaman, çift olarak giriştiğiniz oyun pinpon mudur? Eğer öyleyse, neden?

Kendi Başınıza Düşünün: Çatışma ortaya çıktığında, yüreğinizde sizi eşinizle yakalamaca oynamaktan alıkoyan nedir?

Harekete Geçin: Bir daha çatışma patlak verdiği zaman, yakalamaca oynamayı deneyin. Unutmayın, sırasıyla dinleyin, düşünün, konuşun. Bu ilk başta doğal gelmeyebilir. Ama bol pratikle birlikte çok geçmeden içgüdüsel olacaktır.

21. GÜN

Ölçülü Şekilde Düzeltmek

*Sağduyulu kişi sabırlıdır; kusurları hoş görmesi ona onur kazandırır
(Özd. 19:11).*

Ya Tanrı Evliliği Bizi Mutlu Etmekten Çok Bizi Kutsal Kılmak İçin Tasarladıysa?

Gary Thomas'ın en çok satanlar listesine giren *Sacred Marriage* isimli kitabının alt başlığı buydu. Kitabı balayımda okudum. Thomas'ın ortaya koydukları aydınlatıcıydı: Abby'nin varlığının amacı beni mutlu etmek değildi ve benim varlığımın amacı da onu mutlu etmek değildi. Bunun yerine, evliliğimizin amacı bizi kutsal kılmaktı. Kutsal Ruh bizde çalıştıkça, birbirimizi İsa'nın benzerliğine dönüştürecektik. Birbirimizin kirli yüreklerini temizlemek, günahlı alışkanlıklarını eritmek, Mesih'le cennette yüz yüze olmak için birbirimizi hazırlamak üzere Tanrı'nın elindeki araçlar olacaktık.

Ne yazık ki, evliliğimizin ilk yılında benim Abby'yi "kutsallaştırma" yaklaşımım tamamen yıkıcıydı. Onu durmadan düzeltiyordum. Onun Tanrı'ya yaraşır olmayan davranışlarına, uygunsuz konuşmalarına, sağlıksız duygularına ve pak olmayan niyetlerine mümkün olduğu kadar sık ve saldırgan bir şekilde parmak uzatıyordum. Benden boşanmamasına şaşıryorum.

Neden böyle bir yaklaşımım oldu? Öncelikle, ruhsal ve duygusal yönden olgun değildim. İkinci olarak, kontrol delisi gibi davranıyordum. Abby'nin kutsallık yolunu sık sık ben idare etmeye çalışıyordum. Tanrı'nın onu Kutsal Ruh'un işleyişiyle arındırmasına güvenmek yerine, ben Kutsal Ruh *olmaya* çalışıyordum. Tanrı'yı oynuyordum ve bu süreçte Abby'nin kalbini kırıyordum.

Süleyman'ın Özdeyişleri 19:11, eşimizin her bir kusuruna, hatasına ve eksiğine parmak uzatmanın bizim görevimiz olmadığını hatırlatır. Aslında kusurları hoş görmek bize *onur* kazandırır. Hayır, bu eşimiz bize karşı her günah işlediğinde çenemizi kapatmamız gerektiği anlamına gelmiyor

(Mat. 18:15). Ama düzeltme yapmak yerine dilimizi ısırarak ve onun kutsallaşma sürecini Tanrı'nın ellerine teslim etmek anlamına geliyor.

Eşiniz kusur ettiği zaman ağzınızı açmak mı yoksa kapamak mı gerektiğini nereden bileceksiniz? Herkese her durumda uyacak bir yanıtımız yok ama yararlı olabilecek birkaç ilkemiz var. Eğer eşiniz aşağıdaki durumlara uyuyorsa, ağzınızı açın.

- Tembel, disiplinsiz ya da sorumsuz davranıyorsa (1.Se. 5:14);
- İmandan uzaklaşıyorsa (Yak. 5:19-20);
- Başkalarının sürçmesine neden oluyorsa (Mar. 9:42);
- Tanrı'ya karşı kendine zarar veren bir isyan içerisinde yaşıyorsa (1.Ti. 5:20).

Aksi takdirde, ağzınızı kapatıp kusuru hoş görmek en iyisi olabilir. Bu size onur kazandıracaktır.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: İlişkinizin hangi alanlarında birbirinizi fazlaca eleştirdiniz? Her biriniz nerede eleştiri yerine lütuf görmeye ihtiyaç duyuyorsunuz?

Kendi Başınıza Düşünün: Eşinizin kusurlarını görmezden gelmek neden bu kadar zordur?

Harekete Geçin: Eşinizi daha kutsal kılmanın tek yolu sözlü düzeltme değildir. Hatta, bu istisna olmalıdır. Onun İsa'ya daha benzer olmasına yardımcı olmanın yolu, Mesih'in karakterini yansıtmaktır. Mesih'i örnek alın. İsa'ya benzer olmanın nasıl bir şey olduğunu eşinize –sadece söylemekle yetinmeyin– bizzat gösterin. Eşinizi eleştirmeden, kınamadan, düzeltmeden bir hafta geçirmeyi deneyin. Sadece bir hafta. O hafta süresince yalnızca Mesih'i karakterinizle yansıtmaya odaklanın ve eşinizin karakterini Tanrı'nın ellerine bırakın. Bunun ilişkinizin dinamiğini nasıl etkilediğine bakın.

22. GÜN

Daima Geliştirmek

Ağzınızdan hiç kötü söz çıkmamasın. İşitenler yararlansın diye, ihtiyaca göre, başkalarının gelişmesine yarayacak olanı söyleyin (Ef. 4:29).

GORDON-CONWELL TEOLOJİ OKULU'nun (Gordon-Conwell Theological Seminary) üçüncü yılında, Lent (Büyük Perhiz) süresince kaba şakaları bıraktım. Komiktir ama okulda ağzım bozulmuştu. Kutsal Kitap'tan alıntılar yapmaktan çok, müstehcen filmlerdeki repliklerden alıntı yapıyordum. Kaba saba fıkralar anlatıyordum. Tatsız cinsel imalarla dolu yorumlar yapıyordum. Konuşmalarım günahlı ve ikiyüzlüydü. İnsanlar, özellikle de ailem bunu fark ediyorlardı. Hatta kardeşim bana “münasebetsiz teoloji öğrencisi” lakabını takmıştı.

Okul yıllarında konuşmalarım neden bu kadar kirliydi? Bir yanımdünyaya, bir ilahiyat okulu öğrencisi olduğum hâlde “havalı” olabileceğimi göstermeye çalışıyordu. Bir yanımda, yaşadığım ve eğitim gördüğüm tutucu Hristiyan ortama isyan ediyordu. Bir yanımda hata edip, Hristiyan özgürlüğünün bozuk ağızlı olmama izin verdiğini sanıyordu. Nedeni ne olursa olsun, çirkin sözlerimle duygusal, sosyal ve ruhsal anlamda toyluk sergiliyordum.

Bu nedenle, Lent döneminde mecazen dilime sabun sürme kararı aldım. Ağzımdan edepsiz, kaba ya da küfürlü bir söz çıkmayacaktı. Açık saçık şakalar yapmayacaktım. Kirli filmlerden söz etmeyecektim. Hiçbir nahoş şeyi ağzıma almayacaktım.

Ama bu yeterli miydi? Kesinlikle hayır. Kırk gün süresince yaptığım tek şey, kötü bir şey söylememe kararıydı. Ne var ki Elçi Pavlus, Efesliler 4:29'da sözlü iletişimimizdeki kutsallık çıtamızın çok daha yüksek olması gerektiğini belirtiyor. Ağzımızdan kötü sözleri tamamen temizlemekle yetinmeyip, her sözümüzün bizi dinleyenleri *geliştirecek* şekilde olması gerektiğini söylüyor. Konuşmalarımızın yüzde yüzü, başkalarına bereket olmalıdır.

Evlilikte eşlerimize yaralayıcı şeyler söylemekten kaçınmakla iyi kararlar ya da kocalar olduğumuzu zannetmemeliyiz. Eşlerimizi incelemeli ve onları geliştirecek şeyler söylemeliyiz. Eğer düzeltilmeleri gerekiyorsa, onları düzeltmeliyiz. Tanrı'nın vaatlerini hatırlamaları gerekiyorsa, onlara hatırlatmalıyız. Teşvik edilmeleri gerekiyorsa, onları teşvik etmeliyiz. Eşimizin ne kadar lütufkâr ve geliştirici desteğe ihtiyacı varsa, vermeliyiz.

Eşinizle bir çatışma sonrasında Efesliler 4:29'daki sınavı geçtiğinizi nereden bilebilirsiniz? Öncelikle, sözlerinizin kaba olup olmadığını eşinize sorun. Ama bununla yetinmeyin. İkinci olarak, sözleriniz eşinizi *geliştirdi* mi diye sorun. Eşinize hesaplıca lütuf gösterdiniz mi diye sorun. Mesih eşinizle sizinkine benzer bir şekilde mi konuşurdu diye sorun.

Çıta'yı yükseltin. Daima geliştirin.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Sağlıklı iletişim standardınız çok mu düşük (sadece birbirinizi incitmemek anlamına mı geliyor)? Çıta'yı yükseltmeye ve ilişkinizde iyi planlanmış, geliştirici sözlerle dolu bir dönem başlatmaya razı mısınız? Bu, disiplin gerektirecek. Kutsal Ruh'a alçakgönüllülükle bel bağlamayı gerektirecek. Buna var mısınız?

Kendi Başınıza Düşünün: Eşinizi konuşmalarınızla parçalamanızın bedelini ödemek için Mesih'in bedeni parçalandı (1.Ko. 11:24). Bu kurbana duyduğunuz minnetten dolayı, yıkıcı sözlerinizden tövbe edecek misiniz?

Harekete Geçin: Efesliler 4:29'un evliliğe uyarlanmış halini ezberleyin: "*Evliliğinizde* ağzınızdan hiç kötü söz çıkmasın. [*Eşinizin adı*] yararlı olsun diye, ihtiyaca göre, [*eşinizin adı*] gelişmesine yarayacak olanı söyleyin."

23. GÜN

Eleştirildiğiniz Zaman Sevinmek

*Yaşam veren uyarıları dinleyen, bilgiler arasında konaklar
(Özd. 15:31).*

TANIDIĞINIZ en bilge kişi kim? Belki eşsiz uzmanlığıyla sizi kendisine hayran bırakan bir profesör. Belki Kutsal Yazılar'ı eşsiz yaşam şartlarınıza uygulama konusunda olağanüstü becerisi olan bir pastör. Belki kanayan yüreğinize daima şifa verecek doğru sözü söyleyen bir danışman.

Bu insan nasıl bu kadar bilge oldu? Onun bilgeliğinin eğitimin, yaşın ya da deneyimin sonucu olduğunu sanabilirsiniz. Öyle değildir. Süleyman'ın Özdeyişleri kitabına göre, bir kişinin bilge olmasının birinci yolu, yapıcı geri bildirimleri dinlemek, içselleştirmek ve uygulamaktır (1:7; 8:33; 12:1; 13:1, 10; 15:5, 31; 19:20; 29:15). Eleştiriyi alçakgönüllü yüreklerle kabul edip uygulamaya koymak bizi bilgelikte geliştirir.

Eğer durum buysa, evliliklerimizde bilgelikte gelişmek için muazzam bir fırsatımız var. Ne de olsa, başka hangi bağlamda daha çok eleştiriliriz ki?

Ne yazık ki, eşimizin “yaşam veren uyarıları” (Özd. 15:31), genellikle boşa gider. Uygulamayı bırakın, içselleştirmeyi bile yapmayız. Gelen uyarı, yağmurluğun üzerindeki su gibi yüreklerimizden süzülüp gider.

Eşimizin eleştirisini neden çabucak savsaklarız?

Çünkü *gerçekten canımızı yakar*. Nedeniyse şudur:

- *Genellikle pek nazik bir tutumla yapılmaz.* Ne yazık ki evlilikte, karı-koca ilişkisinin güvenliğinden faydalanırız ve eleştiri yapacağımız zamanlarda dikkati elden bırakırız. Sözlerimizi süzmeden konuşuruz. Seslerimizi yükseltiriz. Eleştirimiz aşağılayıcı, küçültücü ve saygısızcadır.
- *Eşimizin eleştirisinin muhtemelen doğru olduğunu biliriz.* Karımızı ya da kocamızı, bizim bozulmuşluğumuzu ve günahımızı açıkça görür. Bizim hakkımızdaki gerçeği bilirler ve elbette, gerçek acıdır.

- *Eşimizi severiz.* Yüreğimizi eşimize vermişizdir. Doğal olarak, biz de onun tarafından sevilme isteriz. Ama eşimiz bizi eleştirdiği zaman, koşulsuz sevgisine müthiş özlem duyduğumuz kişi tarafından reddedildiğimiz hissine kapılırız.

Eşiniz tarafından eleştirildiğiniz zaman acıyı geride bırakıp nasıl sevinirsiniz? Buradaki ödüle aşık olmalısınız: bilgelik. Bilgeliği ne kadar çok seversiniz, ona sahip olmak uğruna acıya o kadar çok katlanırsınız.

Peki ama bilgelige nasıl aşık olursunuz? Başlangıç olarak, bilgelik kavramına aşık olmaya çalışmayın. Hiç kimse bir kavramı gerçekten sevemez. Kişiliğe bürünmüş olan bilgelige aşık olun. Elçi Pavlus'un "Tanrı'nın bilgeliği" dediği Mesih'e aşık olun (1.Ko. 1:24). İsa'nın kim olduğu ve ne yaptığı üzerinde derin derin düşünün. İsa'yı ne kadar çok severseniz, bilgeliği de o kadar çok seversiniz. Ve eşiniz tarafından eleştirildiğiniz zaman da o kadar çok sevinirsiniz.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Eleştiri ikiniz arasında düşmanlık doğuruyor mu? Eğer öyleyse, neden?

Kendi Başınıza Düşünün: Şu anda eşinizden gelen ve geçerli olan ancak sizin inatla reddettiğiniz bir eleştiri var mı?

Harekete Geçin: Bir sonraki sefer eşiniz tarafından eleştirildiğinizde, ağzınızı kapatın, eleştiriye içselleştirin ve kendi kendinize bunda azıcık da olsa doğruluk payı var mı diye sorun. Eğer varsa, sizi bunu uygulamaktan alıkoyan gururdan tövbe edin ve sizi daha bilge kıldığı için Tanrı'ya teşekkür edin.

24. GÜN

Adaletsizliği Kabullenmek

Kendisine sövüldüğünde sövgüyle karşılık vermedi, acı çektiğinde kimseyi tehdit etmedi; davasını, adaletle yargılayan Tanrı'ya bıraktı (1.Pe. 2:23).

“BİR DAHA ASLA geri dönmemek üzere bu ofisten ayrılmama iki saniye kaldı.” Kim, ilk evlilik danışmanlığı seansımızın on beşinci dakikasında kocası Brent’e böyle bir tehdit savurdu. Brent o ana kadarki dakikaları karısına her açıdan amansız saldırılarda bulunarak geçirmişti. Bütün paralarını harcamakla itham etmişti. Cinsel ilişkiden mahrum bırakarak manipülasyon yapmakla suçlamıştı. Çocukların okulda haylazlık yapma nedenini karısına bağlamıştı. Bir sürü seçmece suçlamayla, ailenin dağılmasının sebebinin açıkça *karısı* olduğunu ifade etmişti. Kendisi değildi.

Ancak Kim’in seanstan çıkmak istemesinin nedeni Brent’in sözlü saldırıları değildi. Brent’in açılış konuşmasının yüzde doksanı doğru olmadığı için çıkmak istiyordu. Kocası yalan söylüyor ya da en azından abartıyordu. Saldırıları adil değildi ve buna tahammül edemiyordu.

Evlilik çatışmasında bu sık sık yaşanır. Eşiniz yanlış yaptığınızı öne sürerek size haksız bir suçlamada bulunur. Günahlarınız abartılır. İyi işleriniz görmezden gelir. Adil değildir. Adaletsizlik arttıkça artar.

Eşimiz bize adaletsizce davrandığında ne yapmalıyız? Sürpriz olmayan bir şekilde, Mesih’i örnek almaya çağırıyoruz. Petrus, 1. Petrus 2:23’te bize bunu nasıl yapacağımızı söylüyor. Dünyanın kendisinde günah ve bencillik bulunmayan Kurtarıcısı adaletsizce kötülüğe uğradığında, kötülükle karşılık vermedi. Asla acı çekmesi gerekmeyen Kişi çarmıha gerildiğinde, tehditlerle karşı koymadı, bunun yerine bir gün kendisini haklı çıkaracak olan Baba’ya odaklandı. İsa sınırsız adaletsizliğe gönüllü olarak göğüs gerdi çünkü en sonunda Tanrı tarafından haklı çıkarılacağını biliyordu.

Eşiniz adaletsizlik ettiği zaman Mesih’i örnek almak sözlü silahlarınızı indirmeniz, adaletsiz davranışından ötürü eşinizi incitmeyi reddetmeniz ve yargıyı Tanrı’nın ellerine bırakmanız demektir.

Burada üç önemli uyarı yapılması gerekiyor:

- Bu ayet evliliğinizde fiziksel, duygusal ya da ruhsal tacize uğramanız durumunda sessiz kalmanızı söylemiyor. Eğer taciz görüyorsanız, DERHAL uygun mercilere başvurmalısınız.
- Bu ayet şamar oğlanı olmanızı, eşinizin size karşı günah işlemeyi alışkanlık haline getirmesine hiçbir şey demeden izin vermenizi söylemiyor (1.Se. 5:14; bkz. 19. Gün).
- Bu ayet başkaları için kutsal adalet arayışınızdan vazgeçmenizi söylemiyor. Nerede insanların haksızlığa uğradığını görüyorsanız, buna sevgiyle karşı durmanız Tanrı'nın nezdinde kutsal ve hoşnut edicidir (Mik. 6:8).

Ama 1. Petrus 2:23 eşiniz tarafından adaletsizliğe uğradığınızda size yargıç cübbenizi çıkarmanızı *söylemektedir*. Ne de olsa Baba, çarmıhta kendi cübbesini giydi. Ve yargı gününde tekrardan giyecektir (2.Pe. 2:9).

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Mesih evliliğinizdeki *bütün* adaletsizlikler için çarmıhta cezalandırıldı. Bu gerçek her biriniz için, yolunuza çıkan adaletsizliklere vereceğiniz karşılıkları nasıl etkilemelidir?

Kendi Başınıza Düşünün: Eşinize nasıl adaletsizce davranıyorsunuz?

Harekete Geçin: İki konuda dua etmek için vakit ayırın: İlk olarak, ruhsal özdenetim meyvesini dileyin (Gal. 5:23). Çoğu zaman, özdenetimden yoksun olmak bize adaletsizce davranan eşlerimize saldırmamıza sebep olur. İkinci olarak, evliliğinizde adaletsizlikle yüzleştığınız zaman katlanabilmek, bağışlayabilmek ve yargıyı Tanrı'nın ellerine bırakabilmek için birlikte dua edin.

25. GÜN

Borcu Ödemek

Bunun üzerine Petrus İsa'ya gelip, "Ya Rab" dedi, "Kardeşim bana karşı kaç kez günah işlerse onu bağışlamalıyım? Yedi kez mi?" İsa, "Yedi kez değil" dedi. "Yetmiş kere yedi kez derim sana."

(Mat. 18:21-22).

BİR günahı bağışlamak ne demektir? Evli çiftlere bu soruyu sık sık sorarım. Çoğunlukla, boş bakışlarla karşılaşırım.

İsa, Matta 18:21-35'te, genellikle "acımasız köle benzetmesi" adı verilen hikâyede bağışlamanın net tanımını sunmaktadır. Bu hikâyede kral, kölesinin iki yüz bin yıllık maaşına denk düşen borcunu bağışlar. Bunun ardından köle, kendisine yüz günlük maaşı tutarında borcu olan başka bir köle arkadaşını bulur ve borcunu ödemesini talep eder. Kral bunu öğrenir. Öfkelenir. Bağışlamayan köleyi azarlar ve "borcunu ödeyinceye dek" adamı zindana kapatır. Başka bir deyişle, köle asla zindandan çıkmayacaktır.

Bu benzetmede birçok gerçek var ama ben bugün, İsa'nın günahı *borç*-la eşit tutması gerçeğini vurgulamak istiyorum. Eşiniz size karşı günah işlediği zaman, bir borca girmiş olur. Size verdiği acı için bir şey borçludur. İsa'ya göre, eşinizi bağışlamak iki anlama gelir.

İlk olarak, eşinizi bağışlamak eşinizin borcunu silmek anlamına gelir. Başka bir deyişle, eşinize günahından ötürü borç ödettirmemek anlamına gelir. Ona borcunu nasıl ödetirsiniz? Onu cezalandırırsınız. Onu aşağılar, onunla alay eder ya da ona iftira atarsınız. Onlara karşı pasif-agresif davranabilir, tepeden bakabilir ya da kabalık edebilirsiniz. Eğer bunlardan herhangi birini yapıyorsanız, eşinizi cezalandırıyor ve borcunu ödetiyorsunuzdur.

İkinci olarak, eşinizi bağışlamak eşinizin borcunu sizin ödemeniz anlamına gelir. Bir borç havaya uçup ortadan kaybolamayacağına göre, birisinin onu ödemesi gerekir. Eşinizi bağışladığınız zaman, onun borcunu ödemeyi, yani size karşı işledikleri günaha karşılık hak ettikleri acıya katlanmayı seçiyorsunuzdur.

Gerçek hayattaki evliliklerde bağışlamanın nasıl görüldüğüyle ilgili iki örnek vereyim:

Hannah'nın bir iş arkadaşıyla iki yıllık bir ilişkisi oldu. Kocas Michael'dan af diledi. Michael onu bağışladı. Hannah'yı günahından ötürü cezalandırmadı, bunun yerine kalp ağrısını ve kederi kendisi gönüllü olarak çekerek eşinin hak ettiği acıyı kendisi çekti.

Ryan son zamanlardaki bir öfke patlaması sırasında eşi Laura'ya, onunla hiç evlenmemiş olmayı dilediğini söyledi. Laura onu bağışladı. Ryan'ı günahından ötürü cezalandırmadı, bunun yerine üzüntüye ve utanca gönüllü olarak katlanmayı seçerek eşinin hak ettiği acıyı kendisi çekti.

Eşimizi kaç kez bağışlamalıyız? İsa yetmiş kere yedi kez diyor ve bu rakam, sınırsızlığı sembolize etmektedir. Bu zor mu? Kesinlikle. Ama aynı zamanda özgürleştirici. Maddi borcun bağışlanması borçluyla alacaklı arasındaki tutsaklık zincirini kırdığı gibi, günahın bağışlanması da günahkârla o günahın mağduru arasındaki tutsaklık zincirini kırar.

Bağışlamak zordur. Eşinizin borcunu ödemek can yakıcıdır.

Ama diğer yanda özgürlük vardır.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Evliliğinizde bağışlanmayan alanlar var mı?

Kendi Başınıza Düşünün: Bağışlamakta zorlanıyor musunuz? Neden?

Harekete Geçin: “Yetmiş kere yedi kez” bağışlama gücünü nereden buluruz? Matta 18:21-35'teki ders açıktır: Mesih'ten aldığımız dikey bağışlamayı ne kadar iyi anlarsak, eşimize de o kadar çok yatay bağışlama sunabiliriz. Birbirinize borçlarınızı itiraf etmek için zaman ayırın. Bitirdikten sonra ikiniz de Mesih'ten aldığınız bağışlamayı düşünmek için zaman ayırın. Son olarak, birbirinizi bağışlayın.

26. GÜN

Biz Demek

*Günahımız yok dersek, kendimizi aldatırız, içimizde gerçek olmaz
(1.Yu. 1:8).*

SAAT dörtte kapıdan çıktı. Saat onda yediklerini çıkardı.

Kayınbiraderinin düğününde Erin'in yaşadıkları buydu. Kocasının büyük bir gündü çünkü en büyük abisi nihayet evleniyordu. Erin sosyal kaygı bozukluğuyla mücadele ettiği için etkinlikten ödün kopuyordu. İnsan kalabalıklarından nefret ediyordu. Küçük sohbetlere girmekten nefret ediyordu. Sürekli neşeli görünme baskısından nefret ediyordu. Rahatsızlığının şiddetini hafifletmek için törenden önce bir iki kadeh, törenden sonra bir iki kadeh, akşam yemeği sırasında bir iki kadeh ve resepsiyon sırasında da bir iki kadeh içti. Saat dokuzda sarhoş olmuştu. Saat onda otelin banyosunda yediklerini çıkarıyordu.

Sean rezil olmuştu. Ertesi akşam düğünden söz etmek için oturup konuşmuşlardı. Erin sadece gergin olduğu için içtiğini açıkladı. Sean'ın ailesinin önünde panik atak geçirmekten korkuyordu. Sean'ın nazik tepkisi ne oldu? "O zaman kaygıyla mücadele etmek için daha iyi yollar bulmalıyız. Alkol bizim için çare olamaz."

Sean'ın ustaca siteminde dikkati çeken bir sözcük var: *biz*. Beklenen *sen* ifadesinde ufak bir değişiklik yapmıştı. Ama bu çok büyük bir fark yaratır. *Biz* demek, eşinizi düzeltirken ona iki mesaj verir.

Birincisi, siz ahlaksal yönden üstün değilsinizdir. *Biz* demek, eşinizden daha iyi olmadığınızı ifade eder. Sizin de yüreğinizde bol miktarda günah vardır (1.Yu. 1:8). Eşinizin işlediği günahın aynısını işlemesiniz de, sizin de kendinize özgü günahlarınızın altında kutsallıktan uzak benzer niyetleriniz vardır.

İkincisi, *biz* demek sizin eşinizle bir olduğunuzu ifade eder. Eşiniz günah işledikten sonra bile, yine de onun yanında duruyorsunuzdur. Bir beden olarak birlik içinde duruyorsunuz (Ef. 5:31). Mesih'te kız ve erkek

kardeş olarak birlik içinde duruyorsunuz (Yu. 1:12). Birlikte *biz* olarak duruyorsunuz.

Eşinizi uyarırken *biz* demek –özellikle onun günahının mağduruyasınız– doğal bir şey değildir. Olağanüstü alçakgönüllülük gerektirir. Bu alçakgönüllülüğü nereden bulursunuz?

Kendi hatalarınızı ve yetersizliklerinizi hatırlayabilirsiniz. Yanlışlarınız ve kusurlarınız üzerinde düşünebilirsiniz. Sürçmelerinizi ve günahlarınızı anımsayabilirsiniz. Ama orada kalamazsınız. Aynı zamanda Kurtarıcınız’a bakmalısınız. Gözlerinizi, 1. Yuhanna 1:8’in kendisi geçerli olmadığı tek Kişi’ye –Tanrı’nın yüceliğinden yoksun kalmayan ama yoksun kalmış gibi ölen Kişi’ye– dikmelisiniz. İşlediğiniz ve işleyeceğiniz her günahın cezasını ödemek için çarmıha gerilen masum eşe (Vah. 19:7) bakmalısınız. Mesih’e odaklanmalısınız.

Eşinizi düzeltirken *biz* demek, alçakgönüllülük gerektirir, alçakgönüllülük sergiler ve sizi alçaltır. Ama en önemlisi de, “çarmıh üzerinde ölüme bile boyun eğip kendini alçaltan” Mesih’i yüceltir (Flp. 2:8).

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Sınırsız derecede kutsal olan Kurtarıcınız’a kıyasla kendinizi sınırsız derecede günahlı görüyor musunuz? Bu durum birbirinizi düzeltirken *biz* deme kabiliyetinizi nasıl etkiliyor?

Kendi Başınıza Düşünün: Eşinizi uyarırken *biz* demeye karşı yüreğinizde direnç oluşturan nedir? Kendi günahınıza kör olmak mı? Kurtarıcınız’a kör olmak mı?

Harekete Geçin: Birlikte dua etmek için on dakika ayırın, evliğinizde Tanrı’nın yüceliğinden ne şekillerde yoksun kaldığınızı (sesli olarak) itiraf edin. Bunu yaparken, *ben* yerine *biz* deyin.

27. GÜN

Gerektiğinde Mola Vermek

[İsa] ise ıssız yerlere çekilip dua ediyordu (Lu. 5:16).

“KÖTÜ bir hâldeyim. Durma düğmesine basalım, günü duaya ayıralım ve işten sonra konuşalım.”

Abby’nin o gün söyleyebileceği en kutsal şey buydu. Evliliğimizin birinci ayında kahvaltı masasında birbirimizi yiyorduk. Sohbetimiz için sadece beş dakikamız vardı ama ben ahmakça davranıp maddi durumumuzla ilgili agresif bir konuşma yapmaya çalışıyordum. Ses tonum duyarsız ve suçlayıcıydı. Abby anlaşılabilir bir şekilde öfkeliydi ve savunmadaydı. Odadaki gerginlik artıyordu. Böyle devam edersek kavganın patlak vermesi an meselesiydi.

Bu yüzden Abby mola verdi. On iki saatlik bir molaydı bu. İki amacı vardı. Birincisi, duygusal bir sakinliğe ulaşmamızı sağladı. Sonradan pişman olacağımız şeyler söylememize sebep olacak adrenalin ayarısından uzak bir noktaya vardık. İkincisi, bu mola ruhsal berraklığa ulaşmamızı sağladı. On iki saat süresince Tanrı’yla vakit geçirdik ve düşüncelerimizin O’nun düşünceleri olmasına izin verdik. Başka bir deyişle, Abby’nin mola vermesi sayesinde konuşmamızı en sağlıklı ve en kutsal hâlimizle gerçekleştirmek olanağı bulduk.

Peki Abby, ruhsal mola fikrini kimden aldı? İsa’dan aldı. Bugünkü ayet İsa’nın sık sık mola verdiğini, ıssız yerlere çekilip dua ettiğini söylüyor. İsa kendisini dünyadan ayırarak yüreğini Baba’nın yüreğiyle aynı hiza getirmeyi alışkanlık edinmişti. Gelecek olan yüzleştirici ve hırçın konuşmalara ruhsal yönden hazırlanmak için Tanrı’yla baş başa kalıyordu. Bazen sevgisini başkalarına dökrebilmek için Baba’nın sevgisinde bütün geceyi geçirdiği oluyordu (Lu. 6:12). Sonuç olarak İsa, Baba’ya tapınmak ve başkalarına aynı yolda teşvik olmak amacıyla molalar veriyordu.

Eşimizle gergin konuşmalara takılıp kaldığımızda, İsa’yı örnek alarak molalar vermekle iyi yaparız.

Çatışma sırasında ne zaman mola vereceğinize yönelik üç pratik işaret şunlardır:

1. *Altta yatan niyetlerinizi sınavın.* Mola asla eşinizi cezalandırmak ya da kontrolü ele geçirmek için kullanılmamalıdır. İkiniz için de sakinleşmek ve Mesih’le paydaşlıkta bulunmak için bir fırsattır.
2. *Yine bir araya geleceğiniz ve kaldığınız yerden konuşmaya devam edeceğiniz belirli bir zaman söyleyin.* Molayı bir günle sınırlandırmanızı tavsiye ederim.
3. *Molanız konusunda maksatlı olun.* Dua edin, Kutsal Yazılar’ı okuyun, derinlemesine düşünün ve diğer Hristiyanlarla (dedikodu yapmadan) vakit geçirin. Molaların sohbet içerisinde yararsız susma aralıklarına dönüşmesine izin vermeyin.

Son bir şey daha söyleyeyim. Eşiniz mola istediğinde, hayır diyemezsiniz. Özdenetim göstermeli ve uzaklaşmalısınız. Bu zor olacaktır ama hem Tanrı’yı hem de eşinizi onurlandırmış olacaksınız.

Molalar. Eğer İsa mola verdiyse, biz de vermeliyiz.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Gergin bir konuşmanın ortasında herhangi birinizin mola istemesi ya da buna razı olması zor mu? Neden?

Kendi Başınıza Düşünün: İsa en ünlü molalarından birini Getsemani bahçesinde verdi (Mat. 26:36-46). Neden böyle yaptı? Bu mola size ne öğretiyor?

Harekete Geçin: Nazik ve saygılı bir ses tonuyla mola istemek, duyguların yükseldiği bir çatışma sırasında zordur. Bu nedenle nötr bir “mola sinyali” belirlemek bilgece olur. İkiniz için de en iyi olacak sinyali seçin.

28. GÜN

Durmak ve Dua Etmek

Adımla çağrılan halkım alçakgönüllülüğü takınır, bana yönelip dua eder, kötü yollarından dönerse, gökten onları duyacağım, günahlarını bağışlayıp ülkelerini sağlığa kavuşturacağım (2.Ta. 7:14).

EVLİLİK danışmanlığına gelen danışanlarımdan bazıları, benim yöntemlerimi biraz “gerçek tarihsel kabulün dışında” bulmuşlardır.

Bu biraz ironik bir cümle çünkü danışmanlık yöntemlerimin gerçek tarihsel Hristiyan öğretilerine dayanması için her türlü gayreti gösteriyorum. Danışanlarımdan kastettiği şey, diğer danışmanlara göre benim biraz değişik çalışmamdır. Örneğin, çekışmeli bir evlilik danışmanlığı seansını durdurup eşlere sesli olarak –hemen o anda orada– birbirleri için dua ettirmek benim kesinlikle yapabileceğim bir şeydir. Birkaç istisna dışında eşlerin hiçbirisi bu ricamı geri çevirmedi.

Bunu neden yapıyorum? Motivasyonumun kaynağı, 2. Tarihler 7:14’tür. Rab bu ayette Kral Süleyman’a, İsrailiiler kendilerini alçaltır, dua eder, kendisine yönelip kötü yollarından dönerlerse, birçok şeyin yanı sıra ülkelerini de iyileştireceğini söylüyor. Ülkeyi temizleyecek, böceklerden ve kıtlıklardan koruyacaktır.

İsrail’in topraklarının öfkeli bir çiftle ne ilgisi var?

Eğer Tanrı alçakgönüllülük, dua ve tövbeyle kendisine döndüğü takdirde İsrail’in topraklarını pak kılacağını vaat ediyorsa, alçakgönüllülük, dua ve tövbeyle kendisine dönen iki öfkeli eşin yüreğini ne kadar daha pak kılacaktır? Birbirlerine saldırmalarına neden olan ruhsal kirlilikleri (böcekleri ve kıtlıkları) ne kadar daha çok temizleyecektir? Sağlıklı meyveyi topraktan değil de Kutsal Ruh’tan ne kadar daha çok yetiştirecektir?

Pratik olarak, eşinizle çekışmeli bir sözlü savaşın ortasında dua ederek Mesih’e döndüğünüz takdirde ne olur? En az dört şey olur:

1. Dua, konuşmayı dikey yöne çevirerek pinpon atışmasına son verir (bkz. 20. Gün).

2. Dua, Kutsal Ruh'un ikinizle konuşması ve sohbetinizde işlediğiniz günahları size göstermesi için kapı açar (Yu. 16:8).
3. Dua, eşinizin yüreğine eşsiz bir bakış açısıyla bakmanızı sağlar. Siz eşinizin Tanrı'ya alçakgönüllülükle ve zayıflıkla konuşmasını dinlerken, başka bir bağlamda pek duymayacağınız güzel sözler işitirsiniz. Bu sözleri duyduğunuz zaman, yüreğiniz eşinize karşı muhtemelen yumuşar ve şefkat gösterme kabiliyetiniz muhtemelen gelişir.
4. Dua, tartıştığınız konuda kendi isteğinizi değil, *Tanrı'nın* isteğini birlikte ayırt etmenize yardımcı olur.

Birlikte dua edin. Huzur zamanında dua edin. Ama belki daha da önemlisi, çatışma zamanlarında dua edin. Hemen o anda orada dua edin.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Çift olarak birlikte dua etmek sizin için olağan bir uygulama mı?

Kendi Başınıza Düşünün: İsa Mesih çarmıha gerilirken, “Baba onları bağışla, çünkü ne yaptıklarını bilmiyorlar” diye dua etti (Lu. 23:34). Eğer Mesih çarmıh “çatışmasının” ortasında durup kendisini katledenler için dua edebildiyse, siz de evliliğinizdeki çatışma sırasında durup eşiniz için dua edebilirsiniz.

Harekete Geçin: Eğer birlikte düzenli olarak dua etmiyorsanız, çatışma baş gösterdiğinde birlikte dua etme ihtimaliniz de düşüktür. Bugünden –evet, bugünden– başlayarak her gün on beş dakika birlikte duaya vakit ayırın. Dikkati dağıtan şeylerden uzak bir zaman ve yer belirleyin.

EVLİLİK ÇATIŞMASI VE ÇEVRE

29. GÜN

Başkalarıyla Konuşurken Altın Kurala Uymak

İnsanların size nasıl davranmasını istiyorsanız, siz de onlara öyle davranın (Lu. 6:31).

ALTIN KURAL.

Başkalarının size nasıl davranmasını istiyorsanız, siz de onlara öyle davranın. Belki bunu çocukluğunuzda öğrendiniz. Dünya dinlerinin çoğu bunu öğretiyor. Ateistler bile aynı fikirdedir. Eğer dünyamızın evrensel bir ahlak kuralı varsa, o kural budur. Bize nasıl davranılmasını istiyorsak, biz de başkalarına öyle davranmalıyız.

Kutsal Kitap, kendisinin Altın Kural versiyonunu Luka 6:31’de sunmaktadır. İsa bu buyruğu, düşmanlarımızı sevmekle ilgili dersin ortasına yerleştirmektedir (Lu. 6:27-36). Onları, bize nasıl davranılmasını istiyorsak, biz de onlara öyle davranarak severiz.

Eşimle yoğun, yüz yüze çatışma içinde olduğumuzda ve o bize düşman gibi görüldüğünde, Altın Kural hayati derecede önemlidir. Onun bize nasıl davranmasını istiyorsak, bizim de ona öyle davranmamız gerekir. Ama onlardan *uzakken* de –çatışmadan uzak olup onun hakkında başkalarına kötü söz söyleme, onu küçümseme, ona iftira atma veya onu karalama ayarısına düştüğümüzde de– Altın Kuralı izlememiz gerekir. Altın Kural’a göre, eşlerimizin bizim hakkımızda nasıl konuşmalarını istiyorsak, bizim de onlar hakkında öyle konuşmamız gerekir. Bu sadece dedikodudan kaçınmak anlamına gelmez. Eşimizi başkalarının gözünde *geliştirmek* anlamına gelir (Ef. 4:29; bkz. 22. Gün). Eşimizi doğruluk-dürüstlük ve saygı sözleriyle tarif etmemiz anlamına gelir. Zayıflıklarına değinmek yerine güçlü olduğu noktaları öne çıkarmak anlamına gelir. Onu dünyaya karşı, kulak misafiri olsalar gülümsemelerini sağlayacak şekilde göstermemiz anlamına gelir.

İkiniz zorlu bir dönemin içerisindeyken mutluluk maskesi takmanızdan ve onu allayıp pullamanızdan söz etmiyorum. Amacımız yapmacık olmak değildir. Size yalnızca eşinizi başkalarına sevgi ve saygı dolu bir

yürekle göstermenizi (Ef. 5:32-33), Mesih ondan nasıl söz ediyorsa, sizin de ondan öyle söz etmenizi söylüyorum.

Ben büyürken annem hep bana, “Eğer söyleyecek güzel bir şeyin yoksa, hiçbir şey söyleme” derdi.

Şu sorunun sorulması gerekiyor: Hristiyanlığın Altın Kuralı, diğer dünya dinlerinin ve ateistlerin Altın Kural versiyonundan nasıl farklıdır? Temel fark, ardındaki niyettir. Biz Hristiyanlar olarak Altın Kural’a sığ bir duyarlılık ya da ahlaki hüsnüniyetten ötürü uymuyoruz. Altın Kural’a kusursuz bir şekilde uyan tek kişi olan İsa’yı onurlandırmak ve O’na itaat etmek için uyuyoruz. Biz Altın Kural’ı sürekli çiğnediğimiz hâlde canını bizim uğrumuza feda ettiği için minnettarlıkla uyuyoruz. Tanrı’nın gözünde “altın” olmak için Altın Kural’a uymuyoruz. Mesih’in çarmıhtaki işinden ötürü Tanrı’nın gözünde zaten altın olduğumuz için, bundan doğan şükrandan ötürü uyuyoruz.

Tanrı’ya yaraşır bu niyetlerle birlikte, bugün çatışma içerisindeyken bile –hatta hayır, *özellikle* çatışma içerisindeyken– başkalarına eşiniz hakkında iyi konuşun.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Çatışma sırasında birbirinizi kötülememek neden çok önemlidir? Bu akabinde başka nasıl hasarlar yaratabilir?

Kendi Başınıza Düşünün: Eşinizin dedikodusunu yapıyor musunuz? Buna bir son verecek misiniz?

Harekete Geçin: Başkalarına evlilikteki sıkıntılardan söz edeceğiniz zaman, istismar vakaları dışında bunu önce eşinize söylemek her zaman iyi olur. Eşiniz bu insanlarla paylaşmanızı destekliyorsa, sanki kendisi odadaymış gibi onun zevk alacağı sözler söylediğinizden emin olun.

30. GÜN

Akrabalara Danışırken Seçici Davranın

*Bu nedenle adam annesini babasını bırakıp karısına bağlanacak,
ikisi tek beden olacak (Yar. 2:24).*

“ANNEMLE babam da senin çok fazla içtiğin konusunda benimle hem-fikirler.”

Matt bunu duyduğu zaman, sırtından bıçaklanmış gibi hissetti. İçki içme konusu gündeme geldiğinde, karısı Angela’yla gergin bir evlilik danışmanlığı seansının ortasındaydılar. Meğer Angela, onların –aslında *kocasının*– kirli çamaşırlarını anne ve babasına anlatmış. Matt eşinin bunu yapmakla kendisine karşı günah işlediğini düşünüyordu.

Haklıydı. Yaratılış 2:24 neden haklı olduğunu açıklıyor. Bu ayette yazar, erkek ile kadının evlenmekle iki şey yaptıklarını söylüyor. İlk olarak, anne ve babalarını “bırakıyorlar”. Aslına bakılırsa, aile üyelerinin hepsini bırakıyorlar. İkincisi, “tek beden” oluyorlar. Böylelikle iki üyeden oluşan yepyeni bir aile oluşturuyorlar ve bunu yaparken birbirlerine öyle sıkı bağlanıyorlar ki, adeta mecazen tenleri birbirine geçerek birleşiyor. Angela annesine Matt’in dedikodusunu yaptığı zaman, annesiyle babasını bırakmamış oluyordu. Gerçekte, o an için Matt’i terk etmiş oluyordu. Kadının günahı buydu.

Ancak buradaki tek sorun günah değildir. Evlilik sorunlarını akrabalarınızla paylaşmanızın da *bilgece olmadığımı* söyleyebilirim. Bunu size üç nedenle anlatayım.

İlk olarak, akrabalar genellikle kötü danışmanlardır. Akrabalarınızın sağlam düzeyde ruhsal ve duygusal olgunluğu yoksa, muhtemelen sizin tarafınızı tutacaklardır. Eşinizin akrabaları da muhtemelen onun tarafını tutacaklardır. Başka deyişle, akrabalar taraflıdır. Ve taraflı danışmanlar nadiren iyi danışmanlık sunarlar.

İkinci olarak, kalıcı izlenimler oluşabilir. Eğer eşiniz hakkında akrabalarınıza kötü konuşursanız, onların eşinize baktıkları mercek karacaktır. Eğer yeterince kötü şey paylaşırsanız, bu mercek saydamlığını

tamamen yitirecek ve akrabalarınız eşinizde hiçbir iyi şey göremeyeceklerdir.

Üçüncü olarak, ilişki üçgenleri oluşabilir. İki kişi üçüncüyle karşı karşıya getirildiğinde ve üçüncü kişiye saldırıya uğrayıp dışlandığı hissettirildiğinde, bir ilişki üçgeni oluşur. Evlilikteki bocalamalarınızı akrabalarınızla paylaşırsanız, ilişki üçgenleri oluşturma riskine girersiniz. Eşinize kendisinin, ailede istenmeyen kişi olduğunu hissettirebilirsiniz.

Eğer çatışma içerisindeyken bir akrabanıza danışmanızı gerektiren istisnai bir durum olursa, iki ipucu önerebilir miyim? İlk olarak, bu konuşmada ikinizin de mevcut olması gerekir. Paylaştığınız konuda ortak görüşte olmanız gerekir. İkinci olarak, eşinizi akrabalarınızın önünde asla küçümsemeyin. Çatışmanızı müzakere ederken onun hakkında iyi konuşun.

Lütfen beni iyi anlayın: Evlendiğiniz için ailenizle ilişkinizi kesmeniz gerektiğini söylemiyorum. Akrabalarınızla aranızda anlamlı, ömür boyu süren ve yaşam veren bağların devam etmesini isterim. Sizi sadece evlilik sorunlarınızı akrabalarınıza taşımadan önce iki kere düşünmeye davet ediyorum. Bu, tek bedenliğinizi parçalayabilir.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: İkiniz de gerçekten anne ve babanızı “bırakıp” tek beden oldunuz mu? Eğer olmadıysanız, Yaratılış 2:24’e itaat etmek için ne yapmanız gerekiyor?

Kendi Başınıza Düşünün: Geçmişte eşinizi ailenize kötülediniz mi? Buna son verecek misiniz?

Harekete Geçin: İsa Mesih gelini (kilise) için canını feda etmek üzere kendi Babası’nı bıraktığı için, siz de annenizi ve babanızı (ve tüm akrabalarınızı) sevinçle bırakabilir ve eşiniz için canınızı feda edebilirsiniz. Eğer akrabalarınızı henüz bırakmadıysanız, bunu bugün yapın. Evliliğinizi korumak ve Tanrı’yı onurlandırmak için nezaketle, tatlılıkla ve onların anlayacağı bir dille, koymanız gereken sınırları açıklayın.

31. GÜN

Yardım İstemek

*Yol göstereni olmayan ulus düşer; danışmanı bol olan zafere gider
(Özd. 11:14).*

BEN Washington DC’de bir evlilik danışmanı olarak çalışırken, Abby ile birlikte evlilik danışmanlığı alıyorduk.

Evliliğimiz yıkılmıyordu. Boşanma noktasında da değildik. Sadece birkaç karmaşık sorunu çözmeye çalışıyorduk ve bunu kendi başımıza başaramıyorduk. Bu nedenle Mesih merkezli güvenilir bir danışmandan yardım istedik.

Bunu belki ikiye bölünmüşlük olarak bulmasanız da, komik bulabilirsiniz. Ne de olsa, evlilik konusunda bir “uzman” kişi olarak benim evliliğim, en parlak evliliklerden biri olmalı, değil mi? Eğer Abby ve benim sorunlarımız varsa, bunları başka bir danışmana başvurmadan çözebilmemiz gerekir, değil mi?

Ne demezsiniz! Bütün evlilikler, çatışmaya meyilli olan ve Mesih merkezli danışmanlara ihtiyaç duyan iki günahkârdan oluşmaktadır. Kendileri bizzat Mesih merkezli danışmanlar olsalar dahi bu böyledir.

Süleyman, Süleyman’ın Özdeyişler 11:14’te beni destekliyor. Her ne kadar askeri dil kullansa da, mesajı evliliğe de uygulanabilir. Bu özdeyişte öğrendiğimiz en az iki şey var.

Birincisi, siz ve eşiniz (“ulus”), yol gösteren kişiler olmadan çatışmayı çözmeye çalışırsanız, “düşersiniz.” Evliliğinizin zayıf ayakları, düşmanların –dünyanın, benliğin ve İblis’in– kötü saldırılarına karşı koyamaz. Tek bedenli evliliğiniz çöker.

İkincisi, çatışma baş gösterdiği zaman yenilgiden kaçınmanın bir yolu vardır. Süleyman etrafınızı “bol danışmanlarla” kuşatmanızı söylemektedir. Sizin durumunuzda, pastörünüz, güvenilir bir kilise ihtiyarı, kilisenizde ruhsal olgunluğa sahip evli bir çift ve gerekirse Mesih merkezli resmi bir evlilik danışmanı dahil olmak üzere bir danışman takımı öneririm. Bu danışmanlar takımı size en az dört hizmet sunabilir:

1. *Günah ifşası*. Danışmanlar sizin kör olduğunuz *günahlara işaret ederek sizi lütufkâr* bir şekilde yaşam veren tövbeye yönleltebilirler.
2. *İletişim yorumu*. Danışmanlar ikinizin konuşmasını anlık olarak gözlemleyip kötü iletişim alışkanlıklarını görebilir ve bunlara dikkat çekebilirler.
3. *Gözetim ve hesap sorma*. Odada bulunan olgun üçüncü kişiler en iyi davranışınızda ilerlemenizi sağlayarak daha sağlıklı, daha kutsal ve daha yapıcı konuşmalar yapmanıza yardımcı olabilirler.
4. *Nesnel tavsiye*. Umarım ki danışmanlık takımınız aile üyelerinizin aksine tarafsız olacaktır. Sizi çarpık fikirleriyle yağmura tutmak yerine tarafsız tavsiyelerde bulunacak ve ilgili Kutsal Yazılar'a *yönlendireceklerdir*.

Eğer ilişkiniz açmazdaysa, evliliğiniz için bol sayıda danışmandan yardım isteyin. Eğer ilişkiniz fena değilse ama giderilemeyen bir çatışmayı çözmeniz gerekiyorsa, evliliğinize bol sayıda danışman katın. Eğer evliliğiniz çok iyi gidiyorsa, yine de evliliğinize bol sayıda danışman katmalısınız. Böyle yapmanız, düşmanlar saldırdığında zafer kazanmanız için sizi güçlendirecektir.

Çift Olarak Birlikte Düşünün: Evliliğinizde size yardımcı olan, Mesih merkezli resmi ve gayri resmi danışmanlar kimlerdir? Böyle bol sayıda danışmanınız var mı? Eğer yoksa, neden?

Kendi Başınıza Düşünün: Evliliğinize başkalarını dahil etmekte direniyor musunuz? Neden?

Harekete Geçin: Mesih'i merkez almayan Hristiyan danışmanlığı, Hristiyan değildir. Eğer evliliğiniz için danışman yardımı alacaksınız, bu kişilerin sadece Hristiyan olduğunu söyleyip de seküler öğütler veren kişiler olmadığından emin olun. Hem yöntemlerinin hem de sözlerinin Mesih merkezli olduğundan emin olun.

SONUÇ

Her Şeyde Sevgi

BAŞARDINIZ.

Sebat, disiplin ve adanmışlık göstererek evlilik hakkındaki bu otuz bir günlük ruhsal okumayı tamamladınız. Kendi başınıza çok çalıştınız. Eşinizle birlikte çok çalıştınız. Tanrı'yla birlikte çok çalıştınız. Çok çalıştığınız için övgüyü hak ediyorsunuz. Aferin, iyi ve güvenilir köle (Mat. 25:23).

Size son olarak iki konuda nasihat edip bu ruhsal okumayı noktalamak istiyorum. Eğer bunlara uyarsanız, size evliliğinizin gelişip iyiye gideceğinin sözünü veriyorum. Ve eğer bunlara uymazsanız, size evliliğinizde sıkıntıların olacağını sözünü veriyorum. İki nasihat, şu aynı buyruğun farklı versiyonlarıdır:

Sevin.

İlk olarak, çatışma hâlindeyken *eşinizi sevin*. Kulağa basit geliyor, değil mi? Basit değildir. Gerçekten zordur. Gerçekten, gerçekten zordur. Sizden göstermenizi istediğim sevgi türü, “1. Korintliler 13 sevgisi”dir. Bu sevgi, düğünlerde çok sık okunan ama gerçek hayattaki evliliklerde nadiren uygulanan 1. Korintliler 13:4-7 metnine dayanır.

Sevgi sabırlıdır, sevgi şefkatlidir. Sevgi kıskanmaz, övünmez, böbürlenmez. Sevgi kaba davranmaz, kendi çıkarını aramaz, kolay kolay öfkelenmez, kötülüğün hesabını tutmaz. Sevgi haksızlığa sevinmez, gerçek olanla sevinir. Sevgi her şeye katlanır, her şeye inanır, her şeyi umut eder, her şeye dayanır.

Çatışmaya girdiğinizde eşinize sabırsızlık, yargı ve gurur göstermek çok daha içgüdüsel ve zevkli olduğu hâlde, 1. Korintliler 13 sevgisini göstermek sabırlı, nazik ve alçakgönüllü olmak demektir. Tanrı'nın yardımıyla kendinizi kıskançlıktan, kabalıktan, sinirlilikten, güceniklikten, kötülükten ve hileden soyutlamanız demektir. Eşinizin yüklerini taşımanız, iman aşıl原因 sözler söylemeniz ve hayat umutsuz görüldüğünde umut

vermeniz demektir. Son olarak, 1. Korintliler 13 sevgisini göstermek, eşinize Mesih'in sevgisini göstermek demektir.

Çatışma sırasında eşinize 1. Korintliler 13 sevgisini gösterme kabiliyetine nasıl sahip olursunuz? Bunun yanıtı ikinci nasihatte yatıyor: *Mesih'i sevin*. Mesih'i ne kadar çok severseniz, eşinize 1. Korintliler 13 sevgisini o kadar çok gösterirsiniz. Bunun mantığı böyledir: Mesih'e etkin, tutarlı ve gayretli sevgi gösterdikçe, yüreğiniz O'na bağlanır (Mat. 6:21). Yüreğiniz Mesih'e bağlandıkça, O'nu yansıtmaya başlarsınız. O'nun gibi düşünmeye, konuşmaya ve davranmaya başlarsınız. Başkalarını Mesih'in sevdiği gibi seversiniz. Özellikle, eşinizi Mesih'in sevdiği gibi, yani 1. Korintliler 13 sevgisiyle seversiniz.

Ama uygulamalı olalım. Mesih'i nasıl seversiniz? Size bunu yapmanın on yolunu göstereyim. Bunlar kapanış için bir "Şimdi ne yapalım?" listesi oluşturuyor.

1. *Mesih'i, O'na itaat ederek sevin*. Yuhanna 14:15 şöyle diyor: "Beni seviyorsanız, buyruklarımı yerine getirirsiniz." Mesih'in Kutsal Yazılar'da geçen sevgiyle dolu buyruklarına uyarak, O'nu sevdiğinizi gösterebilirsiniz. Bu buyruklara uyulduğu takdirde, sonuç eşsiz sevinç, tatmin ve esenliktir.
2. *Mesih'i zamanınızla sevin*. Güne İsa'yla zaman geçirerek başlayın. Günü İsa'yla zaman geçirerek sonlandırın. Bu iki zaman arasında, Kurtarıcınız'dan zevk aldığınız boş zamanlar ayırın. Zamanınızın hazinesini O'na verin.
3. *Mesih'i enerjinizle sevin*. Yerel kilisenizde hizmet edin. Belki küçük bir gruba önderlik etmeniz ya da ağırlama yapmanızın zamanı gelmiştir. Belki pazar toplantısı için gerekli hazırlıkları yapmakla görevli olan takıma gönüllü olarak katılabilirsiniz. Yaşınıza ve tecrübenize bağlı olarak belki genç bir çifte akıl hocalığı yapabilirsiniz. Mesih'i enerjinizle sevmenin sayısız yolları vardır. Kendinizi tüketmeyin ama kenarda oturup da kalmayın.
4. *Mesih'i, başkalarına O'nu anlatarak sevin*. İsa kendisinden söz etmenizi istemektedir. İçinizdeki umudu insanlara anlatın (1.Pe. 3:15). İnsanlara Mesih'in hayatınızı nasıl değiştirdiğini anlatın. İnsanlara İsa'nın onların hayatlarını nasıl değiştirebileceğini anlatın. Müjde'yi insanlarla mümkün olduğu kadar sık ve sevinçli bir şekilde paylaşın.

5. *Mesih'i paranızla sevin.* Paranızı cömertçe verin. Yerel kilisenize verin. Müjdeleme hizmetlerine verin. Muhtaç durumda olanlara içtenlikle verin. Verirken bilgece davranın ama bolca verin.
6. *Mesih'i, O'nun hakkında öğrenerek sevin.* Tanımadığınız birisini sevebilirsiniz. İsa hakkında nereden öğrenebilirsiniz? Kutsal Kitap'tan. Size bir yıllık Kutsal Kitap okuma planı başlatmanızı tavsiye edebilir miyim? Kutsal Kitap'ı istikrarlı şekilde okumak söz konusu olduğunda, düzen genellikle faydalı olur. Ayrıca, sürekli dilinizde olması için Kutsal Yazılar'ı ezberleyin (Yşu. 1:8).
7. *Mesih'i, O'nunla konuşarak sevin.* Durmadan dua edin (1.Se. 5:17). İsa'yı sürekli olarak başvuracağınız sohbet ortağınız yapın. O sizi dinlemek ister. O'nunla konuşun.
8. *Mesih'i, diğer Hristiyanları severek sevin.* Tekrar söylemek gerekirse, kendinizi yerel kilisenize adayın ve imanlılarla paydaşlık ederek onları özveriyle sevin.
9. *Mesih'i, kaybolanları severek sevin.* Mesih sizi sevdi ve siz O'nun düşmanırken sizin için öldü (Rom. 5:8). Mesih'i reddedenleri severek Kurtarıcınız'ı sevgiyle örnek alın. Hristiyan olmayan iş arkadaşlarınıza ve komşularınıza karşı nazik ve yumuşak davranın. Hristiyan olmayan arkadaşlarınıza ve ailenize alçakgönüllülükle hizmet edin. Mesih'ten nefret edenleri sevin.
10. *Mesih'i, O'na tapınarak sevin.* Yaptığınız her şey, sevgiyle dolu Kurtarıcınız'a yönelik bir tapınma eylemi olmalıdır. O'na iş yerinizde tapının. O'na egzersiz yaparken tapının. O'na yemek pişirirken, temizlik yaparken ve ailenizle ilgilenirken tapının. Tapınma pazar toplantılarıyla sınırlı olmamalıdır.

Eğer bunları yaparsanız –sevginizi Mesih'e dökerseniz– inanıyorum ki yüreğiniz O'na bağlanır, zihniniz O'nun zihni gibi düşünür, eylemlerinizi O'nun eylemlerini örnek alır ve eşinize olan sevginiz de O'nun 1. Korintliler 13'teki sevgisini yansıtır.

Birçok düğün töreninde 1. Korintliler 13:4-7'den söz edilir. Bu metni evliliğinizde yaşama dökmenizin vakti gelmiştir. Bunu da söyledikten sonra, otuz bir günlük yolculuğumuzu başladığım gibi, sizin için sade bir dua sunarak bitirmek isterim:

Rab İsa, bu çiftin üzerine 1. Korintliler 13'teki sevgini yağdır. Bu sevgi onların yüreklerine işlesin ve onları içten dışa deęiřtirsın. Evlilięin olanaksız gibi görünen sıkıntılarından geçerken bu sevgi onlara rehber olsun. Çatışma sırasında iletişim kurma şekillerini bu sevgi belirlesin. Ve bunun sonucunda bütün onuru, yücelięi ve övgüyü sen al.

Senin kutsal adınla. Amin.

Teşekkür

Deepak, bana inandığın ve bu önemli seriye katkıda bulunma fırsatı verdiğin için sana teşekkür ederim.

Ed, Mesih merkezli danışmanlığını ve Mesih merkezli yüreğin için sana teşekkür ederim.

Tim ve Kathy, bana evliliğin anlamını öğrettiğiniz için size teşekkür ederim.

Bill ve Mindy, Tanrı'ya yaraşır bir evliliği gerçek hayatta örneklediğiniz için size teşekkür ederim.

Anneciğim, bu ruhsal okumayı yazarken bana verdiğin bilgelik sözleri için sana teşekkür ederim.

Sonuncu ama en önemli olarak, eşim Abby'e özel teşekkürlerimi sunarım. Bu kadar büyük bir lütuf, sabır ve nezaketle bana katlandığın için teşekkür ederim. Birlikte olduğumuz her gün bana takıldığın ve beni güldürdüğün için teşekkür ederim. Beni teşvik ettiğin, benimle dua ettiğin ve bana sürekli İsa'yı işaret ettiğin için teşekkür ederim. Benim en büyük hayranım olduğun için teşekkür ederim. Benim en iyi dostum olduğun için teşekkür ederim. Sana sen olduğun için teşekkür ederim.

Birlikte Geçen Bu Yolculuk İçin Tavsiye Edilen Kaynaklar

Kitaplar

- Keller, Timothy & Kathy Keller. *The Meaning of Marriage: Facing the Complexities of Commitment with the Wisdom of God*. New York: Dutton, 2011. [Evlilik kitaplarının altın standardı. Ayrıca bir çalışma kılavuzu içerir: Timothy Keller, Kathy Keller, and Spence Shelton, *The Meaning of Marriage: A Vision for Married and Single People* (Grand Rapids: Zondervan, 2015) — Bu kılavuz ana kitabı tamamlayan altı oturumdan oluşuyor ve bir kitap ya da ayrı bir DVD formatında mevcut.]
- Lane, Timothy S. & Paul David Tripp. *How People Change*. Greensboro, NC: New Growth Press, 2006. [Bu kitap özellikle evlilik çatışmasını ele almadığı hâlde yüreklerimizin kutsallaşma sürecini ustaca tanımlıyor. Yüreklerimiz daha kutsal oldukça, evlilik çatışmasını ele alma şeklimiz de daha kutsal olacaktır.]
- Priolo, Lou. *Resolving Conflict: How to Make, Disturb, and Keep Peace*. Phillipsburg, NJ: P&R Publishing, 2016. [Çatışmanın doğasını ve birbirimizle barış içinde yaşamının gerekliliğini ele alan yardımcı bir çözümleme. Çatışmayı sağlıklı bir şekilde çözmek için pratik gereçlerle dolu.]
- Sande, Ken & Kevin Johnson. *Resolving Everyday Conflict*. Güncellenmiş bs. Grand Rapids: Baker Books, 2015. [Çalkantılı gündelik ilişkilerde barışı sağlamak için kısa ve Kutsal Kitap'a dayalı bir rehber.]
- Tripp, Paul David. *War of Words: Getting to the Heart of Your Communication Struggles*. Phillipsburg, NJ: P&R Publishing, 2000. [İsa Mesih'in Müjdesi'ne iman etmenin iletişimimizi nasıl değiştirdiğini hatırlatan kapsamlı bir kitap.]

Makaleler ve Kitapçıklar

- Lane, Timothy S. *Conflict: A Redemptive Opportunity*. Greensboro, NC: New Growth Press, 2009. [Çatışma sürecinde gelişmenize yardımcı olacak Kutsal Kitap ilkeleri sunan kısa, pratik bir kitapçık.]
- Powlison, David. "X-ray Questions: Drawing Out the Whys and Wherefores of Human Behavior." *The Journal of Biblical Counseling* 18, no. 1 (1999): 2-9. [Sözlerinizin ve eylemleriniz kökünde yatan nedenleri incelemenize yardımcı olan, anlayış kazandıran bir makale. Özellikle evlilik çatışması sırasında Tanrı'ya yaraşır olmayan iletişime yol açan yürek sorunlarını tespit etmek için yararlı.]



BIBLICAL COUNSELING COALITION

The Biblical Counseling Coalition (Kutsal Kitap Danışmanlığı Koalisyonu), Kutsal Kitap danışmanlığını küresel düzeyde geliştirme ve yayma konusunda tutkuludur. Biz bunu yayıncılıkla, kurduğumuz bağlantılarla ve iş birliğiyle gerçekleştiriyoruz.

Yayıncılık, Kutsal Kitap danışmanlığı hizmetlerinin ve kaynaklarının tanıtımını yaparak dünyada acı çeken insanlara umut ve şifa götürmektedir. Kutsal Kitap danışmanlığının tanıtımını *15:14* adlı podcastimiz, web sitemiz (biblicalcounselingcoalition.org), ortak hizmetler, konferans katılımları ve kişisel ilişkiler aracılığıyla yapıyoruz.

Bağlantılar kurmak. Kutsal Kitap danışmanları ve Kutsal Kitap danışmanlığı hizmetleri arasında bağlantılar kurmak, BCC'nin merkezinde yer alan bir unsurdur. BCC, Kutsal Kitap danışmanlığı akımında küresel bir Kutsal Kitap danışmanları ağı oluşturma ihtiyacını ve burada yatan gücü gören önderler tarafından kurulmuştur. Müjde'yi merkez alan ilişkiler kurarak bireyleri ve hizmetleri birbirine tanıtıyoruz.

İş birliği, bizim bağlantı kurma çabalarımızın doğal bir ürünüdür. Kutsal Kitap danışmanlarının ve hizmetlerinin birlikte çalışarak daha başarılı olacağına içtenlikle inanıyoruz. BCC İnanç Bildirgesi, Kutsal Kitap danışmanlığının açık ve kapsamlı bir tanımıdır; otuzdan fazla önde gelen Kutsal Kitap danışmanının iş birliğiyle yaratılmıştır. BCC aynı zamanda pastörlere, kilise önderlerine, danışmanlık yapanlara ve öğrencilere teolojik anlamda bilgelik ve uygulama anlamında uzmanlık sağlayan, üç bölümden oluşan ve birçok yazarın katkıda bulunduğu bir eser yayınlamıştır. Her yıl kitaplar, makaleler, videolar, sesli kaynaklar ve Kutsal Kitap danışmanları için yardımcı olacak diğer ürünlerin üretimi için olanak sağlayabilmekteyiz. Birlikte çalışmak, Kutsal Kitap danışmanlığı alanında sağlam kaynaklar üretmemizi ve en iyi uygulamayı geliştirmemizi sağlıyor. Böylece kilisemizdeki ruhsal bakım hizmetimizi geliştiriyoruz.

BCC hakkında daha çok bilgi edinmek için biblicalcounselingcoalition.org adresini ziyaret edin.

“Okuduğum bütün evlilik kitapları arasında bu kitap çabucak zirveye oturdu.”

—**SCOTT SAULS**, *Baş Pastör, Christ Presbiteryen Kilisesi, Nashville; Yazar, Jesus Outside the Lines ve A Gentle Answer*

Birbirimizle iletişim kurma tarzımız, özellikle evlilik içerisinde büyük önem taşır. Kutsal Kitap bize eşimizi parçalayacak değil, geliştirecek sözler kullanmamızı hatırlatmaktadır. Evliliğiniz ister bir sözlü savaş sahası olsun, isterse de iletişim alanında biraz yardım gerektirsin, siz ve eşiniz bu sayfalardaki teşvikin yararını göreceksiniz. Bu ruhsal okuma kitabı, daha iyisini *yapmanız* için tasarlanan bir program değildir; Tanrı'nın daha iyi *olmanıza* nasıl yardımcı olduğunu ortaya koymayı amaçlamaktadır. Eşinizle bir takım olarak bunu okurken, ayetler üzerinde derin derin düşünürken, dua ederken, pratik soruları ve eylem adımlarını kullanırken, Mesih'e benzer bir sevgiyle iletişim kurmayı öğrenecek, kutsallıkta gelişecek ve Tanrı'yı sözlerinizle yücelteceksiniz.

Yaşam için 31 Günlük Ruhsal Okumalar'da Kutsal Kitap danışmanları ve öğretmenleri, Kutsal Yazı metinleri aracılığıyla özel durumları ya da sıkıntıları ele alarak Tanrı'nın Sözü'nü yaşamınıza gün ve gün pratik şekillerde uygulamanıza yardımcı olarak rehberlik ediyor.

“Steve'in yazım tarzı düşündüren, gayret gerektiren ve Kutsal Kitap açısından zengin olan bir tarz. Evlilik danışmanlığı verdiğim kişiler bunu çok sevecekler.”

—**ED WELCH**, *Danışman ve Öğretim Üyesi, Christian Counseling and Educational Foundation; Yazar, When People Are Big and God Is Small*

“Evliliğinize sevinç, gülüş ve Tanrı'nın esenliğini getirecek.”

—**REBEKAH LYONS**, *Yazar, Rhythms of Renewal ve You Are Free*

“Spesifik, öz ve derin düşünmeler aracılığıyla kaçınılmaz olarak eşinizle iletişim konusunda büyüyeceksiniz.”

—**MICHAEL KELLER**, *Baş Pastör, Redeemer Presbiteryen Kilisesi, Lincoln Square, New York*

STEVE HOPPE New York'taki Crosstown Counseling LLC adlı danışmanlık kuruluşunun idari müdürüdür. Daha öncesinde Steve, Chicago'daki Park Community Kilisesi'nde danışmanlık pastörü olarak hizmet etmiştir. Kendisi aynı zamanda *Sipping Saltwater: How to Find Lasting Satisfaction in a World of Thirst* adlı kitabın yazarıdır.



**KARANLIKTAN
IŞIĞA YAYINLARI**

ISBN 978-605-70441-6-7

