

YAYINA HAZIRLAYAN
AYŞEN PEREN

ANNELİĞİN SONSUZ YOLCULUĞU



hayykitap

1.
BASKI

Hayykitap - 962
Mutlu Aile - 50

Anneliğın Sonsuz Yolculuğu
Yayına Hazırlayan: Aysen Peren

Hayykitap Genel Yayın Yönetmeni: Rauf Baysal
Kapak Çizimi: Cemile Ağaç Yıldırım
Kapak ve Sayfa Tasarımı: Turgut Kasay

ISBN: 978-625-7479-72-1
1. Baskı: İstanbul, Mayıs 2022

Baskı: Yıkılmazlar Basım Yay.
Prom. ve Kağıt San. Tic. Ltd. Şti.
15 Temmuz Mah. Gülbahar Cad. No: 62/B
Güneşli - İstanbul
Sertifika No: 45464
Tel: 0212 630 64 73

Hayykitap
Zeytinođlu Cad. Şehit Erdoğan İban Sk.
No: 36 Akatlar, Beşiktaş 34335 İstanbul
Tel: 0212 352 00 50 Faks: 0212 352 00 51
info@hayykitap.com
www.hayykitap.com
facebook.com/hayykitap
twitter.com/hayykitap
instagram.com/hayykitap
Sertifika No: 12408

© Bu kitabın tüm hakları
Hayygrup Yayıncılık A.Ş.'ye aittir.
Yayınevimizden yazılı izin alınmadan kısmen veya
tamamen alıntı yapılamaz, hiçbir şekilde kopya edilemez,
çoğaltılamaz ve yayımlanamaz.

ANNELİĞİN SONSUZ YOLCULUĞU

Yayına Hazırlayan: Aysen Peren

Yazarlar / İçindekiler

Açelya Akkoyun

Annelik Farkındalığı 13

Aslı Nokay

Kan Yoğunluğum Fazla, Dinlenmem Lazım 16

Asuman Tuncay

Minik Pıhtımın Yüzünden 19

Ayşen Peren

Pupp da Neymiş? Ateşin Kucağına Düşene! 22

Bedia Bales Çeliker

Thalasemia Korkusu 25

Belma Bulut

Hem Anne Hem Baba Olmak! 28

Bengü Hanoğlu

Uzaklarda Çalışan Babaya Özlem 31

Besa Duman

Emmeyi Reddeden Oğlum 34

Burcu Ceylan

Çocuklu Hayatta Meslek Değişimi 36

Derya Hasbek

Uzayan Göz Kasları 39

Dilara Bingöl

Yeniden Doğmak 42

Dilek Ciucran

Prematüre Oğlum Benim 44

Dilek Fedakâr Kesik

Ölümü Çocuğa Anlatmak 47

Ayşen Peren

İstanbul doğumluyum. Uzun yıllar yurt dışında yaşadım ve çalıştım. Rusçayı İngilizceden daha çok sevdim. Babamın kütüphanesi çocukken yazma tutkumu ateşledi. İlk başarıyı beşinci sınıfta kazandım. Babamın son noktasını koyamadığı 14 ciltlik Türk Musiki Eseri hayatımın büyük bir kısmında çok etkili oldu. Kalemle kurduğum dostluk yıllar içinde güçlenerek arttı.

Birçok kolektif kitapta (*İmza: Kızın, İmza: Karın, İmza: Ben, Bi' Arkadaşın Başına Gelmiş, Hayalinin Peşinde, Aşk, Düş Tıkırtıları*) yazılarım, *Varlık* başta olmak üzere birçok dergide de yayımlanmış öykülerim bulunmakta. Hali hazır da bitmiş yeni romanım ise basılmayı beklemektedir. Evliyim, iki kız çocuk annesiyim.

Ebru Demirel Kazan
Çocukları Site Ortamında Yetiştirmek 49

Eda Özsoy
O İlk Kelime 52

Elçin Mimaroğlu
Önce Tedavi, Sonra Sünnet 55

Emine Kotan Ataman
Kaydedilen Duygular 57

Esen Koç
Kalpten Sızan Nefes 60

Esmeray Bilgiç
Köpek Öksürüğü de mi Varmış? 62

Evrin Çataloğlu
Sorgulayan Çocuk Yetiştirmek 65

Fakiha Amil
Bırakın Geç Yürüsünler 68

Fatma Fırat
Kolik mi Zor? Gece Terörü mü? 71

Feyzan Keçeci
Bilinmeyen İç Kanama 74

Gaye Ölçgen
Ayrılık Utanılacak Bir Şey Değildir! 77

Gözde Elmaslar
Birlikte Büyüme 79

Güner Deliktaş Akgüç
Endişe Kuşları 81

Hacer Kuru
Giden Bebeğin Getirdikleri 84

İlgi Bulut
Çalışan Annenin Günlüğü 87

İnci Hubbezoğlu Engin
Candan Cana Mucizeyle Gelen Kilolar 89

Jülide Işıl Bağatur
Cesaretin Rengi Gökkuşuğu 92

Lerzan Karabayır
Üstün Zekâlı Çocuğun Ebeveyni Olmak 96

Mine Sönmez
“Öksürme!” Demeyi Çok İstedim 99

Mine Yenerkol
Özlenen Bebek 103

Müge Apaydın
Kusma Refleksi Üzerine Yersiz Söylemler 106

Nükhet Dora
Yol Arkadaşım 109

Oya Gürpınar
Yol Arkadaşım, Retinablastomada ve Sağlıkta! 112

Oya Ulaş
Caddede Çınlayan Frenin, Ruhumda Açtığı Yara 116

Özge Uzun
Sizin Hiç Maviniz Var mı? 120

Özgür İde Acarbabacan
İlk Lokma 124

Özlem Barlok
Bakıcı Sorunları 127

Pelin Okumuş Baş
Bebek Kızım, Köpek Oğlum 131

Ş. Petek Atış

Göğüsteki Yağ Bezesinin Emzirmeye Etkisi 133

Saadet Bana

Gurbette Annelik ve Uyku Problemleri 136

Şebnem Rakalar Olguner

Panik Yok! Hepimizi Anneyiz / Yaşasın Spor 139

Şebnem Saatçiler

Bir Anneler Grubu İle Çocuk Büyütmek 143

Şule Yüksel Tek

Gurbette Suçiçeği 145

Türkan İrgin Uzun

Çocukla Film Seti Macerası 147

Ülkü Öner Asma

Rüzgârla Koşmak 150

Zeynep Acaroğlu

Uzamış Sarılık 153

Zübeyde Alkanlar Uludağ

Şekerde Boğulmak 157

*“Bana okuduğum kitapların en güzelinin
hangisi olduğunu sorarsanız, söyleyeyim
annemdir.”*

Abraham Lincoln

Kalabalık ve Mutlu Ailem Benim

Avuçlarımızın arasında tuttuğunuz bu kitaba sadece anne çocuk kitabı olarak bakmayın sevgili okurlar. Okumaya başlayıp sayfaları çevirdikçe, annenizi daha iyi anlayacağınız gibi her bir hikayede sanal dostluk üzerine kurulan derin izlerin adımlarını da bulacaksınız.

Kitabın üç büyük amacı var. Birincisi tecrübeli annelerden tecrübesiz annelere bir el kitabı, ikincisi ileride birer ebeveyn olacak çocuklarımıza bırakacağımız çok değerli bir miras, üçüncüsü yıllardır anne, baba ve çocuğun eğitimine yatırım yapan Anne Çocuk Eğitim Vakfı'na (Açev) kitabın gelirini bırakıyor olmak.

Yirmi yıl kadar önce bir araya geldiğimizde, birlikteliğimizin bir gün sosyal sorumluluk projesine destek vereceğini tahmin bile edemezdik.

Hayatta hiçbir şeyin tesadüf olmadığını, yıllarca süren dostluklarıyla kanıtlamış kocaman yürekler var bu sayfaların arasında. (Geri kalanları ise dünyanın dört bir köşesine dağılmış durumda)

Çok sevgili Dr. Kağan Kocatepe'nin, Gebelik.org Adli sitesinde yahoo grup üzerinden kurmuş olduğu Anneler Kulübü, bizim burada bulunmamıza en büyük sebep. Bu nedenle kendisine çok teşekkür ederiz.

Bizler birbirimizin yüzlerini, bebeklerimizi, hiç görmeden dost olduk sanal dünyada. Hepimiz deneyimsiz, tecrübesiz, çocuklarımızı daha güzel nasıl yetiştirebiliriz arayışında olan kadınlardık. Grubu bulduğumuzda hiç düşünmeden girdik içine. Gördük ki buradaki annelerin, anne adaylarının hepsi aynı endişe ve kaygılarla oradaydı. Birbirimizin öncesini bilmeden,

dertlerine derman olarak giriştik her şeye. Birinin sancısı tuttuyorsa, hepimizinki tuttu. Biri doğum yaparken hepimiz doğurduk. Birimizin bebeği biraz daha özelken hepimiz onunla ilgili bütün özellikleri adım adım yaşadık. Otuz iki diş çıkarmadık yüzlerce diş çıkardık, onlarca doğum günü kutladık, onlarca adım attık, onlarca ninni söyledik, onlarca ağladık, onlarca güldük.

Yurt dışında yaşayanlarımız ülkeye her tatile geldiklerinde, toplu olarak kahvaltılar, yemekler, doğum günleri düzenledik. Sandalyelerin arasında sağa sola saçılmış bir sürü puset, ana kucacı görünürken, masaların üzerinde de dağınık halde saçılmış biberonlar, emzikler, ıslak mendiller göze çarpardı. O dağınıklıkların arasında yer, içer, gülüşür, ağlar, sarılırdık birbirimize. Yüzlerce fotoğraf çekinirdik. Eşlerimiz de grubumuzun fahri üyeleri olurlardı. Bu buluşmalar bazen birinin evinde, bazen birinin bahçesinde, bazen ortak bir mekânda gerçekleşirdi. Zamanla ikili, üçlü, beşli buluşmalarla da taçlanırdı. Çocuklar büyüdükçe biz de onlarla birlikte büyüdük. Kimimiz kariyer yaptı, kimimiz yön değiştirip hayallerinin peşinden gitti. Her bir anne kendi alanında ilerleyip yerinde saymamak adına türlü işler yaptı. O beyaz ekranların siyah karıncalarıydık biz.

Diyeceğim o ki egolar, kıskançlıklar, çatışmalar olmadan sanal ortamda biz olabilmeyi başarmış annelerdik biz. Şu yeni çağda insanlar karşı evde yaşayan komşularıyla görüşmekten imtina ederken, bizler Türkiye'nin ve dünyanın sayısız evine, odasına girerek birbirimizi misafir edip çocuklarımızı birlikte büyüttük. Büyük bir köyün "Kalabalık ve Mutlu Ailesi" diye tanımladık kendimizi.

Sözlerime son verirken öncelikle benimle birlikte bu sonsuz yolculukta kitaba yazılarıyla destek veren her bir anne dostuma ve yayınevi olarak tüm imkanlarını seferber eden Hayykitap Yayınevi'ne sonsuz teşekkürler...

Ayşen Peren



Annelik Farkındalığı

Annelik, biz kadınlara doğanın büyük bir hediyesi. Doğurmak, dünyaya yeni bir canlı getirmek eşsiz bir duygu. Anne olduğumuz andan itibaren bütün bildiklerimizi unuttur, evrenin bize verdiği mucizeyle içgüdüsel bir bağ kurarız. Bebeğimizi kucagiımıza aldığımızda daha önce bilmediğimiz her şey adeta bedenimize programlanır ve biz o yavruyu bütün endişelerimize rağmen yaşam denen bilinmez yolculuğa hazırlamaya başlarız. Büyümesine vesile olacak her şey bedenimizde ve ruhumuzda mucizevî bir şekilde oluşur.

Dünyaya gelmesine vesile olduğumuz yavrumuzu, hesapsız kaptapsız, sorgusuz sualsiz sever ve bağrıma basarız. Hayatın her alanında plan yapabilirken, annelik kendi parçanı büyütme olduğu için her şey planladıklarımız dışında, hissettiklerimizle yol bulur. Bazen bu kutsal görev bize beklemediğimiz özel durumlarla gelebilir. Önemli olan bunu nasıl karşıladığımızdır. Çocuğumuz özel bir çocuk olabilir. Bize emanet edilen bu canın, sağlıklı ya da sağlıklı olması bizim onun annesi olduğumuz gerçeğini değiştirmez. Bu durum üzülme değil de tecrübe edinebilmek için mücadeleyi gerektirir. Bize verilen bu yavruya nasıl hizmet edebileceğimizi, ona nasıl yetebileceğimizi tasavvur edebilirsek, dünyayı deneyimlemeye gelmiş evladımıza daha doğru bir şekilde refakat edebiliriz.

Anneliğe bir bütün olarak bakmak gerekir. Dünyaya getirdiğimiz evladımızın varlığı, her ne olursa olsun bizi mutlu eder ve annelik denen kutsal bir bilgiye ulaşmamızı sağlar. Bir çocuk sahibi olmak bize yepyeni bir dünyanın kapılarını açar. Artık “ben” kavramının dışında içimizdeki “anne” kavramını ortaya çıkarır. Çocuğumuzun doğumundan sonra hayat bizi törpüler, eğitir, yapmam dediğimiz birçok şeyi yaptırırken, kesinlikle şöyle yaparım dediğimiz birçok şeyi de engeller. Bu durum bizi mutsuz etmenin aksine, var olan benliğimizi daha yüksek bir kademeye taşır. Sadece bir canı dünyaya getirmek bile bir kadını mutlu etmeye yeter diye düşünüyorum. Onun sağlığı, özel bir çocuk olması mutsuzluğunu tetiklemek yerine, tevekkülü artırır.

Bir çocuğun sağlıklı olması elbette bir anneyi mutlu eder ancak bundan daha önemli olan, sağlıklı bir çocuğun annesi olmak mutsuzluğu beraberinde getirmemelidir. Mutsuzluk ile annelik kelimelerinin aynı cümlede yer alabileceğine inanmıyorum. Toplum normlarının dışında bir çocuk sahibi olmak belki annelik yükünü biraz daha artırabilir. Bu durum bazen çaresiz hissettirebilir. Böyle zamanlarda bu durumdaki çocuklarımızın da bu dünyaya nasıl hizmet ettiklerini gözlemek, onların yolculuklarını keşfetmek, onların aldığı nefeste, gülümsemelerinde bir mutluluk yakalayabilmek çok değerlidir.

Otizmi, mongol, serebral palsili ya da herhangi bir fiziksel ya da zihinsel engele sahip olan çocukların bu dünyaya katıksız ve karşılıksız sevgi getirdiğini düşünüyorum. Dünyayı farklı algıladıklarından dolayı, saf ve katıksız bir yaşamın onlarda gözlenebildiğini biliyorum. Biz de bu bakış açısıyla baktığımızda bu özel çocukların, annelerinin ödülü olduğunu rahatça görebiliriz. Böyle bir yavruya annelik edebilmek toplum öğretilerinde zor ya da meşakkatli olarak empoze edilse de, bu anneliğin normal ya da sağlıklı çocuk anneliğinden daha kutsal olduğunu düşünüyorum. Onların topluma kazandırılmalarının, fiziksel ve



ANNELİĞİN SONSUZ YOLCULUĞU

21. yüzyılın başında, henüz akıllı telefonların olmadığı, internet kültürünün bile yeni olduğu bir dönemdeyiz. Hamilelikle ilgili bilgilerimi paylaşmak için kurduğum gebelik.org sitesine gelen mesajlardan anladığım kadarıyla hamilelerin ortak sorunları, beklentileri, kaygıları ve endişeleri vardı ve doğum sonrası da tecrübeli birilerinin desteğine ihtiyaç duyuyorlardı. “Onları sanal ortamda nasıl buluşturabilirim?” sorusunun yanıtı o akşam adeta bir mucize gibi bir e-mail reklamıyla geldi: “egroups.com ile sohbet grupları oluşturun!” (Sonradan yahogroups’a dönüşecekti.) İnternette sohbet grubu kavramı yeni yeni oluşmaya başlamıştı o zamanlar ve bu iyi bir fırsattı.

Kuracağım grubun adı da kafamda hemen şekillendi ve “Anneler Kulübü” hayata geçti. 100 ile başlayan üye sayısı hızla, 200, 500, 5.000, 10.000’li kişi sayılarına ulaştı. Burada tanışan anneler gerçek hayatta da buluşmalar gerçekleştirmeye başladılar, hatta bir toplantıya ben de katıldım. Buluşma resimlerini de gebelik.org sitesinde yayınlıyorduk. Ayrıca kulüp üyeleri düzenli olarak hamilelik, doğum ve bebek bakımıyla ilgili yazılar yazarlar ve bunlar sitede yayınlanırdı.

Sonra kulüp kollara ayrıldı, isim değiştirerek farklı ortamlarda onlarca “Anneler Kulübü” ortaya çıktı.

Elinizdeki bu kitap ilk Anneler Kulübü’nün 20 yıllık ruhunu taşıyan kişilerin yazılarından oluşuyor; ilk, gerçek ve tek ANNELER KULÜBÜ. Kalıcı dostlukların kulübünün yeni jenerasyon anne adayı ve annelere hediyesi...

Dr. Kağan Kocatepe

hayyakitap

ISBN: 978-625-7479-72-1



9 786257 479721