

**KÜÇÜK SPORCUNUN
BÜYÜK GÜCÜ**

Bir Hayalle Başladı

Denemeye devam etmenin hikâyesi

BERNA AKSAR

KÜÇÜK SPORCUNUN BÜYÜK GÜCÜ

Bir Hayalle Başladı

Denemeye devam etmenin hikâyesi

BERNA AKSAR

Bir hayalin peşinden gitmeye cesaret eden
ve her seferinde yeniden denemeyi seçen
bütün çocuklara...



1 Bir Film Gecesi

Mina o filmi izlediğinde saat dokuzu on iki geçiyordu.

Ama yıllar sonra bile o anı hiç unutmayacaktı. Çünkü bazen insanın hayatını değiştiren bir hayal, yalnızca birkaç saniyede başlardı.

Ekrandaki sporcu, kırmızı kurdelesini havaya savurdu. Kurdele ışıkların altında kıvrıldı, yükseldi ve tam müziğin son vuruşunda yeniden onun eline kondu.

Ben de Yapacağım!

Mina yerinden fırladı.

— Ben de cimnastikçi olacağım! dedi.

Salondaki ince battaniyeyi kurdele gibi çevirmeye çalıştı. Battaniye önce lambaya, sonra kendi ayağına dolandı. Mina kahkahalarla yere oturdu.

O gece uyumadan önce gözlerini kapadı. Kendini ıııklı bir sahnede, kırmızı bir kurdeleyle dans ederken gördü.





3

Kırmızı Kapı

Ertesi hafta annesi onu bir cimnastik kulübüne götürdü.

Kulübün kırmızı kapısında Mina'nın kalbi hızlı hızlı atıyordu. İçeriden müzik, ayak sesleri ve çocukların neşeli konuşmaları geliyordu.

Mina yeni mayosunu düzeltti. Aynada kendine baktı ve fısıldadı:

— Filmdeki kız gibi olacağım.

Filmde Görünmeyenler

İlk ders, Mina'nın hayal ettiğinden çok farklı başladı.

Önce koştular. Sonra parmak uçlarında yürüdüler. Dizlerini uzatıp ayak uçlarını gösterdiler. Kollarını kaldırdılar, indirdiler, tekrar kaldırdılar.

Filmde bunların hiçbiri görünmemiştir.

Mina daha kurdeleye dokunmadan yorulmuştu bile.





5

Titreyen Bacaklar

Antrenör Defne, çocuklardan tek ayaklarının üzerinde durmalarını istedi.

Mina ayağını kaldırdı. Bacağı titredi. Kolları iki yana savruldu ve üç saniye sonra yere bastı.

Yanındaki çocuk sanki bir ağaç gibi dimdik duruyordu.

Mina yeniden denedi. Bu kez iki saniye dayanabildi. Sonraki denemede yalnızca bir.

İlk Kurdele

Dersin sonunda herkes bir kurdele aldı. Mina'nınki tam da hayalindeki gibi kırmızıydı.

Kurdeleyi çevirdi. Kırmızı çizgi havaya yükseleceğine yerde küçük, karışık halkalar yaptı.

Bir daha çevirdi. Kurdele koluna dolandı.

Üçüncü denemede düğüm oldu.

Mina'nın gözleri doldu.





7 Ben Yapamıyorum

Eve dönerken Mina arka koltukta sessizdi.

— Bir daha gitmek istemiyorum, dedi sonunda. Ben yapamıyorum.

Annesi hemen cevap vermedi.

— Filmdeki sporcuyla kaç dakika izledik? diye sordu.

— Belki iki dakika.

— Peki o iki dakikanın arkasında kaç gün çalıştığını gördük mü?

Görmediğimiz Günler

Mina bunu hiç düşünmemiştir.

Film ona gösteriyi göstermişti; erken kalkılan sabahları değil. Güzel dönüşü göstermişti; düşürülen kurdeleleri değil. Alkışları göstermişti; yorulan bacakları değil.

Mina çantasındaki kırmızı kurdeleye dokundu.

— Bir ders daha deneyebilirim, dedi.





9 Küçük Çalışmalar

İkinci derste Defne Öğretmen, Mina'ya küçük bir çalışma kartı verdi.

Kartta üç şey yazıyordu: On saniye denge. Beş düzgün sıçrama. On büyük kurdele dairesi.

— Hepsini bugün mü yapacağım? diye sordu Mina.

— Hayır, dedi Defne Öğretmen. Bugün başlayacaksın. Büyük şeyler, küçük çalışmalarla büyür.

Üç Saniyeden Dörde

Mina o gün üç saniye dengede kaldı.

Ertesi derste dört.

Sonra yeniden üçe düştü. Mina kaşlarını çatığında Defne Öğretmen gülümsedi:

— Gelişmek, her gün dümdüz yukarı çıkan bir çizgi değildir. Bazen biraz gerilersin, sonra yeniden ilerlersin.

Mina yeniden ayağını kaldırdı.





11

Yorulduğu Gün

Bir salı günü Mina'nın bacakları ağırlaştı. Sıçrayışları küçüldü, kurdelesı iki kez düştü.

— Bugün hiç iyi deđilim, dedi.

Defne đretmen ona su molası verdi.

— Yorulmak başarısız olmak değildir, dedi. Bedenin bazen dinlenmeye de ihtiyaç duyar.

Mina suyunu iti. O gün kendine kızmamayı da çalıştı.

Bir sonraki derste kurdele yine düğüm oldu.

Mina'nın ağzından neredeyse o eski cümle çıkacaktı:

“Ben yapamıyorum.”

Durdu. Düğümü çözerken cümlenin sonuna küçük bir kelime ekledi:

— Ben bunu henüz yapamıyorum.

Defne Öğretmen gülümsedi. Mina da gülümsedi. Tek bir kelime, sanki önünde küçük bir kapı açmıştı.





13

İlk On Saniye

Bir gün Defne Öğretmen süreyi başlattı.

Mina tek ayağını kaldırdı. Bir... iki... Bacağı titremeye başladı. Beş... altı... Kollarını açtı. Sekiz... dokuz...

— On! dedi Defne Öğretmen.

Mina iki ayağıyla yere indi. Yüzündeki gülümseme, salondaki bütün aynalara sığmayacak kadar büyüktü.

Aylar sonra kulübün gösteri günü geldi.

Mina kırmızı kurdelesini eline aldığında filmi izlediği geceyi hatırladı.

O zaman yalnızca ışıkları görmüştü. Şimdi ışıkların arkasındaki her şeyi biliyordu: yorulan kaslarını, düşen kurdeleleri, su molalarını, tekrarları...

Ve hepsi onunla birlikte sahaya çıkıyordu.





15

Müzik Başlayınca

Müzik başladı.

Mina koştu, sıçradı ve tek ayağının üzerinde durdu.

Bir... iki... üç... Bu kez saniyeleri saymayı bıraktı. Çünkü bedeni artık ne yapacağını biliyordu.

Kurdeleyi çevirdi. Kırmızı çizgi havada kocaman bir güneş çizdi. Sonra kurdeleyi yukarı fırlattı.

Kurdele havada dönerken Mina'nın kalbi hızlandı.

Aylar önce olsa ellerini nereye koyacağını bilemezdi. Şimdi gözlerini kurdeleden ayırmadı, küçük bir adım attı ve kollarını uzattı.

Kurdele avucuna indi.

Mina yakalamıştı.





17

Alkışların İçinde

Salon alkışlarla doldu. Mina'nın annesi ayağa kalkmış, iki eliyle alkışlıyordu. Defne Öğretmen gülümsüyordu.

Mina da seviniyordu ama yalnızca kurdeleyi yakaladığı için değil.

Başlamak istediği, yorulduğu, yapamadığı ve yine de geri döndüğü için seviniyordu.

Onu sahaya getiren şey bir hayaldi. Sahada büyüten şey ise emeğiydi.

Filmin Bittiği Yerde

O akşam Mina aynı filmi yeniden açtı.

Ekrandaki sporcu yine döndü, sıçradı ve kurdelesini yakaladı.

Ama Mina bu kez yalnızca gösteriyi görmedi. Her güzel hareketin arkasındaki görünmeyen çalışmaları da düşündü.

Sonra çalışma kartına yeni bir hedef yazdı:

Biraz daha güçlü. Biraz daha sabırlı. Her gün biraz daha ben.

BİR HAYALLE BAŞLADI. EMEKLE GERÇEK OLDU.



Şimdi Sıra Sende

BENİM “HENÜZ” HEDEFİM

Şu anda yapamadığım ama öğrenmek istediğim şey:

Hedefime yaklaşmak için atabileceğim üç küçük adım:

1

2

3

Zorlandığımda kendime söyleyeceğim cümle:

Ben bunu henüz yapamıyorum; ama...

KÜÇÜK SPORCUNUN BÜYÜK GÜCÜ

**Bazen cesaret,
hiç düşmemek değildir.**

Düştüğünde kendini yalnız bırakmamak
ve hazır olduğunda yeniden denemektir.

Ebeveynlere ve Eđitmenlere

Çocuklar çoğu zaman bir sporcunun, sanatçının ya da bir arkadaşının sonucunu görür; o sonuca giden tekrarları, zor günleri ve dinlenmeleri değil. Mina'nın hikâyesi, “yapamıyorum” ile “henüz yapamıyorum” arasındaki küçük ama güçlü farkı anlatır.

Bir çocuğun gelişimini yalnızca sonuçla değil; çabası, merakı, tekrar deneme cesareti ve kendi bedenini dinlemeyi öğrenmesiyle de fark etmek önemlidir. Çünkü gerçek ilerleme her gün aynı hızda olmaz.

Bu kitap, sporda ya da hayatın başka bir alanında ilk adımını atan bütün çocuklara şunu hatırlatmak için yazıldı: Başarı bazen bir hareketi yapmak değil, kendine bir şans daha vermektir.

— Berna Aksar

Mina bir film izledi ve o anda karar verdi:
“Ben de cimnastikçi olacağım!”

Fakat hayalindeki hareketler ilk denemede olmadı.
Bacakları titredi, kurdelesı düğüm oldu ve yoruldu.
Tam vazgeçecekken önemli bir şeyi fark etti:

Güzel görünen her başarının arkasında
kimsenin görmediği çalışma günleri vardı.

Bir Hayalle Başladı; denemenin, sabrın ve
“henüz yapamıyorum” diyebilmenin sıcacık hikâyesi.

**BİR HAYALLE BAŞLADI.
EMEKLE GERÇEK OLDU.**

BERNA AKSAR