



TÜRKİYE CUMHURİYETİ
GENÇLİK VE SPOR
BAKANLIĞI



T.C. GENÇLİK VE SPOR BAKANLIĞI
GENÇLİK PROJELERİ
DESTEK PROGRAMI



Destegim Seninle
Her Yerde

Değerli Gençlik Projesi

Yaşamın içinden



ÜSKÜDAR
ÜNİVERSİTESİ
YAYINLARI - 43





TÜRKİYE CUMHURİYETİ
GENÇLİK VE SPOR
BAKANLIĞI



T.C. GENÇLİK VE SPOR BAKANLIĞI
GENÇLİK PROJELERİ
DESTEK PROGRAMI



Desteğim Seninle
Her Yerde
Darülaceze Gönüllüler Projesi

Öyküleştiren: Betül KELEŞ
Editör: Dr. Öğr. Üyesi Zeynep GÜMÜŞ DEMİR

YAŞAMIN İÇİNDEN

Desteğim Seninle Her Yerde Darülaceze Gönüllüler Projesi,
Gençlik Projeleri Destek Programı (2020-1) kapsamında
Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından desteklenmektedir.
“Yaşamın İçinden” kitabı, projenin *İleri Yaş Yazarlar Atölyesinin*
bir çalışmasıdır.



ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ YAYINLARI – 43

YAŞAMIN İÇİNDEN

Öyküleştiren
Betül Keleş

Editör
Dr. Öğr. Üyesi Zeynep Gümüş Demir

Kapak ve Grafik Tasarım
Bülent Tellan

ISBN:
978-605-9596-47-3

Yayıncılık Sertifika No:
42573

Matbaa Sertifika No:
44995

Baskı Tarihi:
2021

Baskı Sayısı:
1. Baskı

Copyright © 2021

İletişim Bilgileri

www.uskudar.edu.tr - yayin@uskudar.edu.tr
Tel: 0216 400 22 22 / Faks: 0216 4741256
Altunizade Mah. Haluk Türksoy Sk. No: 14
Pk: 34662 Üsküdar / İstanbul / Türkiye

Baskı Cilt:

Armoni Nuans Görsel Sant. ve İltiş. Hiz. San. ve Tic. A.Ş.
Yukarı Dudullu Mah. Tavukçuyolu Cad. Palas Sok. No:3
Ümraniye / İstanbul
Tel: 0216 540 36 11
www.armoninuans.com

Fikir ve Sanat Eserleri Yasası gereğince bu eserin yayın hakkı anlaşmalı olarak T.C. Üsküdar Üniversitesine aittir. Her hakkı saklıdır. Kaynak gösterilerek alıntı yapılabilir. Bu kitabın hiçbir kısmı yayıncısının yazılı izni olmaksızın elektronik veya mekanik, fotokopi, kayıt ya da herhangi bir bilgi saklama, erişim sistemi de dahil olmak üzere herhangi bir şekilde çoğaltılamaz. Kitapta yer alan içeriğin sorumluluğu yazara aittir.

Öyküleştiren: Betül KELEŞ
Editör: Dr. Öğr. Üyesi Zeynep GÜMÜŞ DEMİR

YAŞAMIN İÇİNDEN

İstanbul 2021

İÇİNDEKİLER

Önsöz.....	7
<i>Prof. Dr. Nevzat Tarhan</i>	
Sunuş	9
<i>Hamza Cebeci</i>	
Desteğim Seninle Her Yerde Darülaceze Gönüllüler Projesi.....	11
<i>Dr. Öğr. Üyesi Zeynep Gümüş Demir</i>	
Gönüllülüğü Gönülden Yapan Gençler	15
<i>Dr. Öğr. Üyesi Nebiye Yaşar</i>	
Yaşlı Bireylerde Sanat Terapisi.....	21
<i>Psk. Dr. Volkan Demir</i>	
İyi Bir Yaşam ve Başarılı Yaşlanma	25
<i>Dr. Öğr. Üyesi Zeynep Gümüş Demir</i>	
Yaşlılık, Umut Var Oldukça Güzel Yaşanacaktır	31
<i>Öğr. Gör. İdil Arasan Doğan</i>	
Sana Mektup Geldi Anne	35
<i>Dr. Öğr. Üyesi Remziye Keskin</i>	

Koca Çınar	37
Sonbaharın Günahı.....	41
Tırtıldan Kelebeğe	47
Kâğıttan Düşler	50
Aşk Mavisi	54
Günaydın	57
Kalp Yarası	59
Söz.....	63
Kahraman Annem.....	66
Sesleniş	69
Alın Yazısı.....	72
Sessizliğin Çıglıkları.....	77
Şair.....	79
Delikanlı Çağım.....	81
Gece	83
Çalmayacak Artık Taş Plaklar Şarkımızı.....	84
Çaresiz	85
Geceler Sen ve Yalnızlık.....	86
Gidiyorum İşte	87
Gökyüzü Masalları	88
Son Şiir	90
Gençlik Türküsü.....	91

ÖNSÖZ

“D

ESTEĞİM SENİNLE
HER YERDE” projesi
ile Darülaceze’nin ku-
ruluş felsefesine uy-
gun bir proje hayata
geçirilmiş oldu. Üs-
küdar Üniversitesi ile
dinamik Darülaceze
Başkanı ve kadrosuy-
la birlikte ileri yaşta-
ki insanların ruhuna
dokunmak, onların
yalnız olmadığını his-
settirmek, dualarını alabilmek çok güzeldi. Emeği geçen
herkese çok teşekkür ediyorum.



İleri yaş, insanın yetilerini çok zayıflatırken duygusal ve sosyal becerilerinin ve bilgeliklerinin daha çok değerlendiği bir yaş dönemidir. İleri yaşta-ki insanların duygusal zekâları, gençlere göre daha yüksektir. Evde anne baba yüksek sesle tartışırken korku ile bekleyen çocukların yanına anneanne veya babaanne gelir ve anneye

veya babaya bir şey söyler, böylece kavga biter. Bu, o yaşın bilgeliğidir, en çok da çocuklar mutlu olurlar.

Bilimsel terminolojide “Duygusal Zekâ Becerisi” dediğimiz bu duruma yeni kuşakların çok ihtiyacı var. Bu nedenle gençlerle ileri yaş bilgelik becerisine sahip insanların buluşması ve temasının toplumsal huzura çok faydası olacaktır. Bu tarz projeler, kültür aktarımı rolü de oynuyorlar.

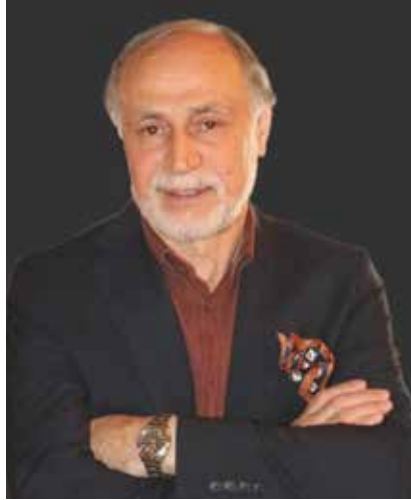
Her yaştaki insanımızın yemeye, içmeye, barınmaya ihtiyacı kadar huzurlu yaşamaya da ihtiyacı var. Bu ihtiyacı göz önüne almak, gelişmişlik düzeyi ile ilgilidir. Dezavantajlı insanlara sahip çıkmak zaten bizim kültürümüzün bir parçasıdır.

Emeği geçen herkesi tebrik eder, hocalarımıza ve Darülaceze çalışanlarına binler teşekkürümü sunarım.

Prof. Dr. Nevzat TARHAN
Üsküdar Üniversitesi Kurucu Rektörü
Yönetim Üst Kurulu Başkanı

SUNUŞ

DARÜLACEZE, 126 yıldır sosyal hizmetler alanında hizmet veren ülkemizin en köklü kurumlarından biridir. Darülaceze Başkanlığı olarak hizmet verdiğimiz insan profili yüksek oranda yaşlılardan oluştuğu için, özellikle son 5 yıldır yaşlılarımızın fiziksel ihtiyaçlarının yanında manevi ihtiyaçlarını karşılama konusunda yapılan gerek akademik çalışmaları gerekse gönüllüğe dayanan bireysel çabaları destekliyor ve teşvik ediyoruz.



Ülkemiz yirmi yıl öncesinde genç nüfusa sahip bir yapıdayken, bugün yapılan araştırmalar artık yaşlanmakta olan bir toplum olduğumuzu ortaya koymaktadır. Eğer “yaşlı refahı ve aktif yaşlanma” alanında gerekli projeksiyonları üretmez, hazırlıklarımızı yapmazsak yakın ge-

lecekte bugün kestiremediğimiz nice sorunlarla baş başa kalmamız kaçınılmaz olacaktır.

Biz Darülaceze Başkanlığı olarak, daha önce de belirttiğim süreç içinde, böyle projelere ev sahipliği yaparken; hem sakinlerimizin en üst seviyede hizmet almalarını hem projeyi gerçekleştiren öğrencilerin ve akademik personelin tecrübe kazanmasını hem de elde edilen bilginin literatürde yer almasını sağlıyoruz.

Bu bağlamda Üsküdar Üniversitesi ve Başkanlığımız paydaşlığında 6 ay süren ve Üsküdar Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi Psikoloji Bölümü Öğretim Üyesi Dr. Zeynep Gümüş Demir'in öncülüğünde Tedavisel Beyin Haritalama ve Nöroteknoloji Derneğinin yürüttüğü *"Destegim Seninle Her Yerde Darülaceze Gönüllüler Atölyesi"* projesini hayata geçirdik.

Böylesine faydalı bir projeye ev sahipliği yapmanın gururu içinde, bu tür çalışmalara her zaman destek vereceğimizi bir kez daha ifade ederek, çalışmada emeği geçen Üsküdar Üniversitesi ile Tedavisel Beyin Haritalama ve Nöroteknoloji Derneğine teşekkür ediyorum.

Hamza CEBECİ
Darülaceze Başkanı

Destegim Seninle Her Yerde Darulaceze Gönüllüler Projesi

Dr. Öğr. Üyesi Zeynep GÜMÜŞ DEMİR
Proje Koordinatörü

*“Dünün Gençlerine Destek Olmak İçin
Bugünün Gençleri Her Yerde”*

DESTEĞİM SENİNLE HER YERDE Darulaceze Gönüllüler Projesi bir sosyal sorumluluk projesi olup, Gençlik Projeleri Destek Programı (2020-1) kapsamında Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından desteklenmektedir. Tedavisel Beyin Haritalama ve Nöroteknoloji Derneği'nin yürütücülüğünü üstlendiği projenin paydaşları Üsküdar Üniversitesi ve Darulaceze Başkanlığıdır.

Destegim Seninle Her Yerde Darulaceze Gönüllüler Projesi gönüllük teması üzerine tasarlanmıştır. Projenin temel amacı yaşlı bireyleri ve üniversite öğrencilerini bir araya getirerek, genç bireylerde gönüllülük bilincinin yaygınlaştırılmasını sağlamak ve toplum içerisinde bu konuya dikkat çekmektir. Dünya genelinde yaşlı nüfusun giderek artması demografik bir dönüşüme neden

olmuştur. Yaşlanma, tüm dünya ülkelerinin sağlık ve sosyal politikalarının gündeminde yer alan, küresel bir tartışma konusu haline almıştır. Sözü edilen bu toplumsal değişim yeni bir sosyal yapılanmayı beraberinde getirmiştir. Sağlıklı yaşlanma, aktif yaşlanma, başarılı yaşlanma, yerinde yaşlanma gibi yeni kavramlar ön plana çıkmaya başlamıştır. Başarılı yaşlanma kişinin fiziksel, psikolojik, zihinsel ve sosyal olarak iyilik halinin sürdürülmesini hedeflemektedir. Dolayısıyla yaşlı nüfusun yaşam kalitesinin yükseltilmesi, fiziksel, sosyal ve ruhsal değişkenlerinin yakından tanınması ve bu konuda yapılan çalışmaların arttırılması önem arz etmektedir.

Yaratıcılık, sosyal beceriler ve yaşam kalitesi üzerinde etkili olacağı düşünülen proje faaliyetleri kapsamında gerçekleşecek olan atölye çalışmaları bir rehabilitasyon yaklaşımı sergilemektedir. Bu anlamda çalışma içerikleri, hedef kitlenin sosyal yaşam alanlarına katılımını destekleyip, farkındalığını toplumsal düzlemde arttıracaktır. Yaşlanmanın beraberinde getirdiği fiziksel, bilişsel ve fonksiyonel kayıplar hedef kitlenin sosyal ve kültürel aktivitelere katılımını güçleştirmektedir. Bu nedenle yaşlı bireylerin yaşam alanlarında gerçekleşecek olan aktivite ve faaliyetlerin uzman bir ekip tarafından yürütülmesinin psikolojik iyi oluşu arttıracığı düşünülmektedir. Projenin sağlayacağı diğer önemli bir fayda ise, üniversite öğrencilerinde gönüllü çalışmaların teşvik edilmesi ve **gönüllülük bilincinin arttırılması** olacaktır.

Proje kapsamında, katılımcıların bireysel ve sosyal olarak kendini ifade etmesini ve toplumsal entegrasyon sürecini kolaylaştıracak, yaratıcılık ve üretkenliklerini destekleyecek farklı alanlarda hazırlanmış eğitim modülleri ve atölye çalışmaları bulunmaktadır. “Yaşlılığa

Adaptasyon ve Aktif Yaşlanma”, “Değerlerimiz”, “Teknoloji ve Yaşlılar” eğitim modüllerini oluşturmaktadır. Projenin atölyeleri ise, “Sanat Terapisi Atölyesi”, “İleri Yaş Yazarlar Atölyesi”, “Kısa Belgesel Atölyesi” ve son olarak “Müzik Atölyesi”dir. “Yaşamın İçinden” kitabı İleri Yaş Yazarlar Atölyesi sonucunda ortaya çıkan bir çalışmadır.

“**Yaşamın İçinden**” kitabı yaşlı bireylere yaşam deneyimlerini paylaşabilecekleri bir olanak sunacaktır. Burada yaratıcılığın, üretkenliğin, yeteneklerin ve motivasyonun daha ileriye taşınmasına yardımcı olmak hedeflenmektedir. Gerçek yaşam öykülerinden ve Darülaceze sakinlerinin şiirlerinden oluşacak kitap, gençler için eşsiz bir pusula olacaktır. Yaşlı bireylerin yaratıcı bir çalışma ile üretkenliğin verdiği duygusal doyumu yaşamalarını sağlarken, öte yandan gençlerde gönüllülük erdemini ortaya çıkarıp sosyal sorumluluk farkındalığını pekiştirecektir.

Dünün gençlerine destek olmak için bugünün gençleri her yerde sloganı ile çıktığımız yolculuğumuzun nice anlamlı yeni projelere ilham olması dileğiyle.

Gönüllülüğü Gönülden Yapan Gençler

Dr. Öğr. Üyesi Nebiye YAŞAR
Proje Danışmanı

“Gönüllü Ol, Gönülden Yap...”

GÖNÜLLÜLÜK, herhangi bir karşılık beklemezsizin yapılan çalışmaları, çabayı, bilgi ve beceriyi kullanmayı, sürekliliği, başkalarına yardımı, karşılıklı rızayı içermektedir. Gönüllülük yaygın kullanılan bir kavram olmakla birlikte bağış yapma, yardım, iyilik ve hayırseverlikle karıştırılmaktadır. Gönüllülük, kişisel bir sorumluluk olmaktan ziyade sosyal bir sorumluluk olarak aktif vatandaşlığın en güzel yollarından da birisidir. Gönüllülük kişinin kendisini aşarak başkalarını da düşündüğünü göstermenin en iyi örneğidir. Gönüllüler, yardım için çağrılmaktan ziyade genellikle yardım etmek için fırsatlar arayan kişilerdir.

Gönüllülük; dayanışma, empati, şefkat, cömertlik, sosyal sorumluluk gibi insani değerlerin bir ifadesi

olarak ortaya çıkar. Gönüllülüğün sağlık, sosyalleşme, aidiyet gibi birçok alanda sağladığı önemli faydalar bulunmaktadır. Gönüllülük, gönüllülük yapan kişinin yanı sıra, gönüllülükten yararlananlara ve topluma da çeşitli faydalar sağlamaktadır. Aslında, gönüllülük, toplumu bir arada tutan önemli bir bağıdır, bireysel ve toplumsal sağlığı yükseltmek için de önemli bir araçtır.

Gönüllü çalışmaların gerçekleşmesinde gençler, dinamik bir güç oluşturmaktadırlar. Gençler gönüllü faaliyetlere katılımlarıyla; hem kişisel gelişimlerine hem de toplumsal kalkınmaya destek olmaktadır. Bu sayede gençlerle birlikte geniş bir alana yayılan gönüllü çalışmalar, ihtiyaç duyulan alanlara hizmet etmeyi kolaylaştırmaktadır. Gençlerin gönüllü faaliyetlere katılımı, toplumsal bütünleşmelerini sağlayarak katılımcılık alanında onları aktif hale getirmektedir. Gençler, gönüllülük çalışmalarıyla toplumsal hayatın farklı noktalarına dokunarak, toplumsal yapının güçlendirilmesinde de önemli bir yere sahiptir.

Gençlik çalışmalarının temelini gönüllülük oluşturmaya rağmen, gönüllülük **“boş zaman değerlendirme etkinliği”** olarak değerlendirilmekte ve gençlerin üniversite yıllarında gerçekleştirdiği bir faaliyet olarak görülmektedir. Oysaki gönüllülük çalışmaları, boş zaman değerlendirme etkinliği olmaktan ziyade gençlerin toplum içerisinde sosyal kalkınma ve dayanışmaya katkı sağladığı önemli süreçtir. Gençler sosyal sorumluluk projelerinde bu sürece önemli destek vermektedirler. Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından desteklenen **“Deşteğim Seninle Her Yerde Darülaceze Gönüllüleri”** projesimiz, gönüllü gençlerimizle birlikte Darülacezede kalan

yaşlılarımıza “**gönüllülük çalışmaları**” yaptığımız örnek bir projedir.

Bu proje örneğinde olduğu gibi, sosyal sorumluluk projelerinde bir araya gelen gönüllü gençler, toplumda eksik kalan alanları tamamlama rolünü üstlenmiş bulunarak, gönüllü çalışmaların gerçekleşmesinde kolaylaştırıcı olmaktadır. Gönüllü gençler, bir yandan yaşadıkları topluma yarar sağlayacak projeler içinde yer alarak sosyal sorumluluklarını yerine getirme fırsatı bulurken bir yandan da mesleki gelişimleri konusunda kendilerine de bireysel fayda sağlamaktadır. Bu sayede toplumda gençlerle gönüllülük bilinci artırılarak, bireysel ve toplumsal kalkınmaya katkıda bulunmaktadır.

Gönüllü gençler, toplumun gerçek değeridir. Gençlerin gönüllü çalışmalar aracılığıyla geliştirilmesi, toplum içinde güven ve dayanışmayı güçlendirecektir. Özellikle gençler için gönüllülük, iyi bir öğrenme yoludur. Gönüllü çalışmalar; gençlerin yetenek gelişiminde, takım çalışmasında, yardımlaşmayı öğrenmesinde, yeni yaşam deneyimleri kazanmasında, organizasyon yapmayı öğrenmesinde, farklı kurumları tanımada, değer yargılarının gelişmesinde ve özgüveninin artmasında önemli fırsatlar sunar. Gençlerin gönüllülük yoluyla elde ettiği kişisel beceri ve yetkinlikler, gençlerin mesleki gelişimine de katkıda bulunarak genç istihdamını da kolaylaştırabilecektir. Gençlerle gönüllülük çalışmaları toplumun ortak sorunlarına çözüm bulunması ve toplumsal dayanışmanın güçlendirilmesi açısından da önemlidir.

Asırlar öncesinden günümüze uzanan köklü geçmişimiz, nice irfan hazinelerini bağrında saklayan eşsiz coğrafyamız ve mirasçısı olduğumuz değerler bize gönüllü

olmayı öğütler. Bu topraklarda yaşamış arifler, âlimler, hikmet sahipleri, ozanlar, güzelliği nakış nakış işleyen sanatkârlar sazları ve sözleriyle bize gönüllülük şuuru- nu aşılar. Bu tarihsel şuurla bizler gönülden yaşamayı ve yaptığımız her işi gönüllü olarak gönülden yapmayı erdem sayar, gönüllülüğü kendimize yakıştırırız. As- lında gençlerle birlikte oluşturulan gönüllülük kültürü, yenedünyamızda geleneklerimizden uzaklaşmadan bu- güne ve geleceğe taşımaya çalıştığımız ortak bir değere de işaret eder. Bizler bu ortak değerden daha fazla ya- rarlanmak için gençlerle yapılan gönüllülük çalışmalarının, toplumdaki sosyal meselelerinin çözümüne önemli artılar kazandıracağına inanıyorum. Bu çerçevede gönüllü gençleri, topluma çok yönlü katkılar sağlayan ve toplumsal problemlerin çözümünde aktif rol üstlenen sorumluluk sahibi örnek gençler ve **“gönüllü toplum li- derleri”** olarak görüyorum.

Gönüllü çalışmalar, gençlerin kültürel değerlerimizi ifade etmelerine ve başkalarına aktarmalarına fırsat ve- rir, gençleri bir araya getirerek sosyal uyumlarına kat- kıda bulunur. Bu çalışmalar sosyal değişimin önemli bir parçasıdır ve karşılanmayan sosyal ihtiyaçların belirlen- mesinde, sosyal adaletsizlikle mücadelede ve dezavantaj- lı grupları güçlendirmede önemlidir.

Ne kadar küçük olursa olsun, gönüllülük içinde gönülden yapılan hiçbir iyilik boşa gitmez. Ünlü düşünür Aristo'ya; “Yaşamın özü nedir?” diye sormuşlar. “Başka- larına gönülden hizmet etmek ve iyilik yapmak...” cevabını vermiş.

Gönüllüler; yeryüzündeki şefkati, empatiyi, diğer- kâmlığı, dayanışmayı, sabrı ve sevgiyi yansıtan kişi-

lerdir. Yaşam, sevgi sanatıdır. Sevgi şefkat sanatıdır. Şefkat, paylaşım sanatıdır. Paylaşma yaşam sanatıdır. Öyleyse; daha iyi yaşamak için, yaşadığımız dünya için bir şey yapalım;

“Gönüllü olalım, gönülden yapalım...”

Yaşlı Bireylerde Sanat Terapisi

Psk. Dr. Volkan DEMİR

YAŞLANMAK YALNIZCA BİYOLOJİK bir değişim değildir, bu süreç içerisinde yaşlı bireyler; yalnızlık, değersizlik duyguları, ölüm korkusu, stres ve depresyon gibi birçok ruhsal sorunlar yaşamaktadırlar. Sanat terapisi, yaşlıların bedensel, bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimlerine bütüncül bir fayda sağlamaktadır. Sanat, yaşlı bireylerin kendilerini ifade etmelerine olanak sağlayarak daha yüksek bir esenlik duygusu hissetmelerine ve unutmış olabilecekleri anılarla tekrar bağlantı kurmalarına yardımcı olmaktadır. Sanat terapisi, yaşlı bireyler için diğer bazı psikoterapi yaklaşımlarına göre daha uygun olduğu düşünülmektedir çünkü sanatsal yaratım süreci, terapist ve danışan arasındaki ilişkide yaşanabilecek güçlüklerle karşı tampon görevi görmektedir. Sanatsal dışavurum,

bir duygu ya da deneyime yeni bir bakış açısı sağlayabilir. Bu nedenle sanatsal süreç etkileşimden daha fazlasını içerir; yaşlı bireyler ayrıca yeni bir “dünya” yaratacak ve karşılığında sanatsal ifadeleriyle kendilerini “yeniden yaratacaklardır”.

Sanat yapma eyleminin doğrudan kendisi, gündelik yaşamın getirdiği stres, kaygı ve karmaşadan kurtulmanın yollarından biridir. Yaratıcı süreç ve iyileşme süreci en derin düzeyde benzer bir kaynaktan gelir. İyileşmek de tıpkı yaratmak gibi dönüştürmeyi ve dönüşmeyi gerektirir. Yaşlı bireyler için sanat terapisi, fark edilmeyen çok sayıda duygunun kilidini açmak için bir anahtar görevi görebilir. Özellikle Alzheimer hastalığı olan yaşlı bireyler için bu önemlidir. Kendilerini ifade etmenin başka bir yolu olmayan yaşlı bireyler, duygularını anlatmak için sanatı kullanabilirler. Bilişsel Dinamikler Vakfı'nın kurucusu Dr. Daniel C. Potts, Alzheimer tanısı konulduktan sonra sanatla terapi programına katılan babası Lester'in daha sonra bir suluboya sanatçısı olduğunu ifade etmiştir.

Sanat, yaşlı bireylerin kendilerine şefkat pratiğini geliştirebilme ve öz-bakım yöntemi olarak kullanabileceği bir araç olabilir. Sanatla terapi süreci, kendini ortaya koyma ve kendini fark etmeyi sağlamaktadır. Sözel olarak kendini ifade edemeyen yaşlı bireyler için bu yöntem özellikle etkilidir. Düşünce, duygu ve davranış biçimleriyle, içinde buldukları çevrenin ortak diline yabancılaşan, kendi iç dünyasına çekilen yaşlı bireyler sanatla dışavurum süreci ilerledikçe kendi duygularını fark edip dile getirme ve uygun tepkiler gösterme konusunda olumlu gelişmeler göstermektedirler. Yaşlılar ile yürütülen sanatla terapi süreci ilerledikçe bireylerin

yaratıcılığını tetikleyip, ortaya çıkarırken, hem kendi potansiyellerinin farkında olmalarını hem de başka bireylerle bir arada olma kapasitelerini geliştirerek, kişilerarası ilişkilerin gelişmesine katkıda bulunduğu gözlemlenmektedir.

Sanat, iyileştirme gücünün yanı sıra, duygu ve düşüncelerin dışa vurulmasında etkili bir araçtır. Bastırılan, yok sayılan ve ifade edilemeyen duygular sanat terapisi yardımı ile yüzleşilerek katarsis sağlanır. Başka bir deyişle, sanat terapisi, bireylerin kendilerini rahatlıkla ifade etmelerini aynı zamanda da fark etmelerini sağlar. Düşünce, duygu ve davranış şekilleriyle, yaşadıkları çevrenin müşterek diline yabancılaşan, yeti yitimi sebebi ile birçok faaliyetten kaçan yaşlı bireyler, sanatla terapi programlarına katılım sağladıkça duygularını fark edip ifade etme, diğer bireylerin duygularını tanıma ve empatik yaklaşma açısından ilerleme göstermektedirler. Ayrıca, bu süreçte kendilerine yönelik farkındalıklarının artmasıyla birlikte unutmuş oldukları ilgi ve becerileri tekrar ortaya çıkabilir.

Geçmiş olumsuz yaşantılar dışa vurulmadıkları takdirde bireylerin ruh sağlıkları risk altına girer. Sanatla terapi huzurevi, rehabilitasyon merkezleri ve klinik gibi bakım veren ortamlarda uygulandığında yaşlı bireylerin sorun çözme, odaklanma ve dikkat becerilerinde artışa yol açar. Bunun yanında gündelik stres faktörleri hakkında bilgi sahibi olma ve onların üstesinden gelmeye yönelik beceri geliştirmelerine katkıda bulunur. Sanat faaliyetlerinin özellikle yaşlı bireylerin kendilerini güvende ve rahat hissetmelerini sağlayacak bir ortam yaratarak onların terapötik sürece katılımlarını güçlendirdiği görülmektedir. Yaşlı bireyler ile çalışırken sa-

natla terapi geleneksel tedavilere yardımcı araç olarak bazı ek avantajlar sağlayabilir. Aile ile ilgili sorunlar, akrabaları, komşuları ya da diğer yakın çevresi ile ilgili sorunlar, yaşlılığa yönelik olumsuz tutumlar, yaşlılıktaki fiziksel ve zihinsel kayıplarla birlikte iletişim kurmada çekingenlik, cesaretsizlik gibi sorunlarda da kullanılmaktadır.

İyi Bir Yaşam ve Başarılı Yaşlanma

Dr. Öğr. Üyesi Zeynep GÜMÜŞ DEMİR
Proje Koordinatörü

HER CANLINİN YAŞADIĞI DOĞAL ve kaçınılmaz bir değişim süreci olan yaşlanma, çoğu zaman yaşam alanlarında kayıpların görüldüğü fiziksel, psikolojik ve sosyal kısıtlılıkları beraberinde getiren bir dönemdir. Dünya nüfusunda bugün gelinen nokta ve yaşanan demografik değişim bu konuya dikkatleri çekmektedir. Yaşlılıkla ilgili yaygın mitlerin ve olumsuz önyargıların yerini sağlıklı yaşlanma, aktif yaşlanma, bilinçli yaşlanma ve süper yaşlılık gibi kavramlar almaya başlamıştır. Başarılı yaşlanmaya olan bu ilgi kitapların yazılması, akademik çalışmaların ve eylem planlarının yapılmasıyla devam ederken ulusal ve uluslararası yaşlılık politikalarının gündeminde başarılı ve aktif yaşlanma uzun süredir yer almaktadır.

Başarılı yaşlanma, yıllara hayat katmak ve yaşamdan doyum almaktır...

Peki nedir başarılı yaşlanma? İdeal bir yaşlanma süreci ve iyi bir yaşlılığı tanımlamak için yaygın kullanılan terimdir. Havighurst (1961) bunu “*Yıllara hayat katmak ve yaşamdan doyum almak*” olarak tanımlamıştır. Çoklu fizyolojik ve psikososyal değişimi beraberinde getiren yaşlılık dönemi için bu tanımı daha açık hale getirmek gerekir. Gibson (1995) başarılı yaşlanmanın “*Kişinin potansiyeline ulaşması ve yaşlılıkta hem kendini hem de başkalarını memnun edecek bir fiziksel, sosyal ve psikolojik iyilik seviyesine ulaşması anlamına geldiğini*” belirtmiştir. Başarılı yaşlanma aynı zamanda sağlıklı ve yaşam doyumunu yüksek mutlu yaşlı bireyleri ve uzun bir hayatı ifade etmektedir. Başarılı yaşlanmanın önemli bileşenlerinden biri yaşam kalitesidir. Yoksulluk, yetersiz beslenme, standart altı barınma koşulları, yıkıcı kayıplar, suistimal ve ayrımcılığın olmadığı; özerkliğin ve bağımsızlığın desteklendiği uygulamaların iyi bir yaşam için elzem olduğu belirtilmektedir. Yaşlı bireylerin iç motivasyonları, potansiyelleri ve güçlü yönlerine vurgu yapmak öz yeterlilik ve algılanan kontrol düzeyine olumlu katkı sağlayacaktır. Yetersizlik duygusunun stres düzeyini artıran rolü düşünüldüğünde, yaşlı bireylerde oluşacak farkındalık ve kendini gerçekleştirme duygusu yaşamlarına yön verecektir.

Hayat her yaşta güzeldir...

Yaşa bağlı değişikliklere uyum ve yaşlılıkta aktif olma, ileri yaşam evresinde öznel iyi oluşun belirleyicileri arasında görülmektedir. Tabii ki yaşlanma sürecinde

genetik, bireysel özellikler ve hayat şartları gibi kişinin kontrolünün dışında olan birçok faktör bulunmaktadır. Fakat aynı zamanda kişinin bilinçli aktiviteleri ve tercihleri de bu süreçte önemli belirleyicilerdir. İleriye düşünerek yaşanmış bir hayat, başarılı bir sağlık öyküsünü beraberinde getirecek, yaşlanmanın doğal sürecinde gerçekleşen değişikliklere uyum sağlanacaktır. Birçok birey kendi sınırlılıkları içerisinde optimum düzeyde yaşamını sürdürebilmektedir. Bu hiçbir hastalığın ya da kısıtlılığın olmaması demek değildir. Var olan olumsuzlukları yönetebilmek ve gerekli önlemlerin alınması anlamına gelmektedir. Başarılı yaşlanan bireyler, yaşlanmanın normal seyrinde oluşan fonksiyonel sınırlılıklara rağmen toplumsal katılımdan vaz geçmeyenlerdir. Her ne kadar yaşam döngüsü içerisinde benzer evrelerden geçilse de her bireyin biricik olduğu unutulmamalıdır. Ayrıca tam bir iyilik halinden bahsedebilmek için insanın çok boyutlu yapısı göz ardı edilmemelidir. Bu nedenle konuya fiziksel ve psikososyal açıdan yaklaşmak yerinde olacaktır.

Yaşlanma süreci, vücut sistemlerinde değişikliklere ve sınırlılıklara neden olmaktadır. Bu durum hastalıklar açısından risk oluşturmakta ve tedaviyi güçleştirmektedir. Dolayısıyla sağlık taramalarının yapılması erken tanı şansını artırarak hastalık gelişimini yavaşlatacak ya da önleyecektir. Yaşlanma ile birlikte oluşan vücut fonksiyonlarındaki gerilemeler ve kronik hastalıklar ağrı görülme sıklığını artırmaktadır. Ağrı yaşlılık döneminde sık karşılaşılan ve yaşam kalitesini olumsuz etkileyen hoş olmayan bir deneyimdir. Ağrı kontrolü ile ilgili farmakolojik yaklaşımlara ek olarak; gevşeme teknikleri, dikkati başka yöne çekme, masaj, nefes egzersizleri gibi

yöntemler önerilmektedir. Ayrıca dengeli beslenme, yeterli uyku ve dinlenme, fiziksel aktivite ve egzersiz gibi davranış değişiklikleri yaşam kalitesinin sürdürülebilirliğini sağlayacaktır.

Yaşamın gözden geçirilmesi, beden imgesinde oluşan değişim, yalnızlık, yakınların kaybı, değişen rol ve sorumluluklar yaşlanma süreci ile birlikte gelişen psikososyal değişimlerdir. Yaşamın son dönemine gelen bireyler geriye dönüp deneyimlerine baktığında başarılı ve dolu dolu yaşamış bir geçmiş gördüklerinde daha doyumlu, huzurlu ve benlik bütünlüğüne sahip hissetmektedir. Bu konuda başarısız olduğunu düşünen ve yapmak istediklerini öteleyebileceği başka bir yaşam dönemi olmayan yaşlı bireyler ise çaresizlik, umutsuzluk ve hayal kırıklığı içinde son zamanlarını yaşamaktadır. Bu bireyler çoğu zaman algıladığı yetersizliklerini, hayal kırıklıklarını ve öfkelerini çevreye yansıtılmaktadır. Yaşlı bireyin zayıflayan sosyal ilişkileri ve yapılandırılmamış boş vakitleri değinilmesi gereken diğer bir önemli konudur. Yaşlı bireyin boş vakitlerinin keyifli geçmesi ve üretkenliğinin devam etmesi benlik saygısını arttırarak yaşam kalitesinin ve yaşam doyumunun artmasına katkı sağlayacaktır. Müzik, resim gibi sanat-hobi aktiviteleri, zihinsel, fiziksel ve dış mekân aktiviteleri bu konuda seçenek oluşturmaktadır.

İyi Bir Yaşam

İyi bir yaşam için dünyanın uzak bölgelerindeki bazı insanların olağanüstü uzun yaşamlarıyla ilişkili faktörleri incelemek ya da insan ömrünü uzatma olasılıklarını araştıran laboratuvar deneylerinin dışında bireysel

olarak yapabilecek birçok değişimden söz edilmektedir. Yaşadığınız değil yaşam tarzına ve zindeliğe odaklanmak, iyi bir yaşamı ve başarılı yaşlanmayı beraberinde getirmektedir. Yaşam doyumu, iyimser tutum, yaşam memnuniyeti, mutluluk ve yüksek yaşam kalitesi öznel iyi oluşun göstergeleridir. Başarılı yaşlanan kişilerin yaşam tarzları, alışkanlıkları, tercihleri ve ilişkileri genç yaşlardan itibaren neyin ideal ve mümkün olduğu algısı ile şekillendirilmiştir. Bu bireyler için yaşlılık geçmişten ve yaşamdan radikal bir kopuşa neden olmaz. Daha mutlu ve sağlıklı yaşamın mümkün ve büyük oranda bize bağlı olduğunu anlamak önemli bir farkındalıktır. Hayatı yaşanılır kılmak için gereğini yapmaya hazır olduğumuzda yapılan değişiklikler büyük dönüşümlerle hayatımızda karşılık bulacaktır.

Yaşlılık, Umut Var Oldukça Güzel Yaşanacaktır

Öğr. Gör. İdil ARASAN DOĞAN

YAŞLANMA, DEĞİŞEN YAŞAM KOŞULLARINA nasıl uyum sağladığımızı göre değişmekle birlikte yaşlılık da buna göre şekillenmektedir. Nasıl yaş alındığı azalan yetenekler, artan ihtiyaçlar doğrultusunda kendisini göstermektedir. 65 yaş öncesi dönemin ne kadar verimli geçirildiği ile doğrudan ilişkili olan yaşlılık dönemi, farklılaşan roller, sosyal çevre ve destek mekanizmalarının etkinliği çerçevesinde belirmektedir. Durağan olarak ifade edilen döneme geçmeden aktif olunacak uğraşları belirleme, ilişkilerini yeniden değerlendirme yaşlı birey için bir kazanımdır. Gittikçe yaşlanan ve bir o kadar bireyleşen dünya ve ülkemizde, değişen aile anlayışları, kuşaklararası ciddi farklılaşmalar ile hızla ilerleyen teknoloji birey için risk olarak görülse de önleyici ve ko-

ruyucu yaklaşımlar uyumlanmayı artırarak iyilik halini sağlayacaktır. Ve aslında yaşlılarda istenilen, yaşamın son anına kadar umut ve iyimserliğin korunarak yaşam kalitesinin sürdürülmesidir. Özellikle yaşlı bireyin var olan ilişkilerini koruması ve destek mekanizmalarını aktif kılması yaşamını sürdürmede kolaylaştırıcı bir etken olup yeniden çerçeveleme gerektirebilir.

Yaşamın birçok döneminde problem alanı olarak görebileceğimiz rol değişimleri, yaşanan kayıp ve yaslar ile ilişkilerdeki çatışmalar, yaşlılık döneminde çok daha agresif olarak yaşandığından yaşlı bireyi anlamak ve bu bağlamda bir bakış açısı geliştirmek önemlidir. Yaşlılık sürecinde belki karşılaşılan hastalıklar, eş ya da akran kaybı, emeklilik vd. gibi nedenlerle birey kendini bir kayıp içinde bulabilir. Sağlıklı benliğin kaybı, aktif iş yaşamının kaybı... Burada, sağlıkla ilgili süreçlerde tam olarak ne ile karşı karşıya olunduğu, sürecin nasıl ilerleyebileceği üzerine hem yaşlı birey hem de yakınları ile birebir psikoeğitim yani ilgili konular üzerine bilgilendirmeler ve öneriler şeklinde gerçekleştirilebilecek çalışmaların yapılması gerekmektedir. Aynı zamanda çevresinde kimler var, kimlerle daha yakın, kimlerle yakın ama bir o kadar uzak ya da kimlerle problemlili ilişkileri var? Tüm bunların gözden geçirilmesi önemli olacaktır. Anlaşıldığını hissetmek, ortak paylaşım anları yaratmak bakımından ilişkiyi merkeze alan bir yaklaşım içerisinde kurulacak tüm ilişkiler, yaşlı bireye “Beni anlayan birileri var, benim yanımdalar” gibi hisleri yaşatacak olup maddi ve manevi ihtiyaçlarına yönelik doyum sağlamakla birlikte, kabul ve uyumlanma sürecine de katkıda bulunacaktır. Diğer taraftan bu dönemde öne çıkan “İşe yararımlık duygusunun kaybı”, toplum tarafından

halihazırda dayatılan tüketen birey anlayışı ile yakından ilişkilidir. Buradaki kritik nokta, yaşlı bireyin üretkenliğinin azalması ile diğerlerinin fikrini önemsemiyor ve ondan yardım istemiyor hissiyatında saklı olabilmektedir.

Yaşamı gözden geçirme aşamalarında da olan yaşlı birey, yaşamını değerlendirdiğinde pişmanlık ve keşke-leri çok yoğunsa kendisini işe yarar görmeme duygusu da çok yüksek olacaktır. Bireyin olaylara yönelik tutumu, kişiliği, ilişkilerindeki zehirleyici ya da besleyici tarzı da duygu ve davranışlarının anlaşılması bakımından önemlidir. Ancak bunlarla birlikte, ilişki odaklı yaklaşımla yaşlı bireyin yaşamda neler başardığına odaklanmak ve aynı zamanda an itibarıyla neler yapabileceği üzerinde durmak, paylaşımlarına ve yapacaklarına değer vermek benlik saygısını artıracak olup kendisi için yaşama dair bir umut yaratacaktır. Günlük yaşam olaylarını yönetebilme gücünün sağlanması, karşılaşılan olayların üzerinden gelinmesi ve toparlanma gücünün yüksek tutulması gibi pozitif tutumları da içeren çalışmalar, karşımıza özerk bir yaşlı bireyi çıkaracaktır. Özerk bir yaşlıdan anlaşılması gereken ise yaşamının sorumluluğunu alan bir yaşlı bireydir. Özellikle günlük yaşama uyum ve çevresel hakimiyet gibi alanlarda aktif olan yaşlı birey, “bir diğerine faydalı olma” hususunun öne çıkan olumlu gücünden faydalanarak “kendini aşmışlık duygusunu” da yaşayacaktır. Dolayısıyla kendisi için faydalı olmasının ötesinde bir başkası için de neler yapabileceği üzerine meşguliyetleri olacak olup, bu hissiyat iç huzurunu bulması bakımından da değerli olacaktır. Bu bağlamda elbette bireyin kendinden başlamak üzere, aile, yakın çevre ve arkadaş, toplum ve devlet olmak üzere öğrenil-

mesi ve uygulanması gereken çokça nokta vardır. Ve her ne kadar bir kayıp dönemi olarak görülse de yaşlılığın, “Daha yapacaklarım var” anlayışını içinde barındıran, sadece bu potansiyelin ortaya çıkarılmasını gerektiren, umut ve iyimserliğin hakim olduğu yaşanılabilir bir döneme dönüşmesi dileğiyle...

Sana Mektup Geldi Anne

Dr. Öğr. Üyesi Remziye KESKİN

NE GÜZEL SÖYLÜYORDU! “Sen görünen yaşıma bakma! Hadi sor bana kaç yaşında olduğumu!”

“Kaç yaşındasın annecim?”

“İçim on sekiz diyor!” cevabını yapıştırırken kocaman gülümsüyor. Yok, yok, kahkahalarla gülüyor. Elleriyle, omuzlarıyla gülüyor. Hoplata hoplata göbeğiyle gülüyor. Yetmiş yılı devirmemiş gibi, yetmiş yıl yorulmamış gibi, yetmişin üzerinde dert çekmemiş gibi gülüyor. Defalarca aynı repliği yaşatmamışız gibi, taze taze gülüyor. Beni de güldürerek, kahkahasına katarak gülüyor. Ocakta kaynayan sulu köftesinin, rüzgârda salınan çamaşırlarının temiz kokusuna karışıyor kahkahası. Bütün ev anne oluyor, neşe oluyoruz. Ne güzel gülüyoruz! Ne güzeldi...

Kemikleri, kemiklerin bulunduğu eklemeleri, yetmiyor-muş gibi onları süsleyen etleri kıyım kıyım ağrıyordu. Ağrıyordu da, vız geliyordu. Her gün, gününü yaşarken yarın için planlar yapıyordu. Gezmeli, tozmalı, sarılmalı, kaynaşmalı planlar.

Anne sana mektup geldi, en küçük kızından. Keşke daha çok uysaydım planlarına! Ama bu durumda senin payının büyük olduğunu düşünüyorum, genin o kadar baskın ki bende, kendi planlarımın heyecanı seninkilerden uzaklaştırdı beni zaman zaman. Yine de iyi bir anne kız ekibi olduk be!

Sık sık düşünüyorum seni, düşündükçe özlüyorum, özledikçe 'keşke'ler üşüşüyor yüreğime. Pişmanlık değil de eseflenmek gibi. Zaman yetmemiş gibi sanki. Biraz daha zaman olsa farklı yapacağım şeyler varmış gibi. "İstiyorsan bugün yeme" diyebileceğim gibi. "Çok istiyorsan bir tane sigara içmeye indireyim seni" derken vicdan azabı çekmeyecekmişim gibi. Soda yerine sana gazoz alabileceğim ve şekerin çıkmayacakmış gibi. Daha sıkı sarılabileceğim gibi sanki! Sanki daha çok sevmek mümkünmüş gibi!

Bir sohbetimizde "Anneler çocuklarına gönül koymaz" demiştin ve nasıl ferahlamıştım. Ama şimdi o kadar da inandırıcı gelmiyor. Ve keşkeler sık sık yüreğimde misafir.

Anne sana mektup geldi. Yalan olduğunu belli ede ede en çok sevdiğini söylediğin kızından. Hayatı hakkını vererek yaşadığın için sana imrenen, annesi olduğun için sana teşekkür eden kızından.

Bil diye yazıyorum, ben de annelerin arasında en çok seni seviyorum..

En Sevdiğin Kızın

KOCA ÇINAR

BUGÜN BİR BULUTUN GÖLGESİ, göğün laciverte çalan elleriyle boğuşuyor. Düşünüyorum da güneşin te-
bessümünü esirgeyen bu şehir bize neler yapmazdı? Ge-
cenin mehtabında en garip ve buruk yıldızlar, bir fısıltı
kulağıma çaldı sertçe. Bu fısıltının derin bir hengâmede
kaybolacağı belliydi. Yaşım kadar bocaladım ve titredi
ellerim. Anla artık bu şehir, genç değilim.

Ellerim gibi yaşımda küçük o zamanlar, düşünüyorum da bazı insanların hatıraları ne kadar zor yaşanmış-
sa; o kadar çok tadıyor dünyanın güzel heyecanlarını. Biliyor musunuz? İstanbul'un ücra köşelerine bıraktığım bir yetimin gözyaşları var kalbimde hala. O, yetimin kalbimde yiyeceği hiçbir şeyi yoktur. Sahip olamadığım ama pek çok şeye de sahip olduğum bir sır var omuzla-

rımın üstünde. Onun varlığını bilir ve onu hep taşırım el üstünde. Çünkü bir yetim çocuk şefkatle bakan gülücükleri arar ve onların gölgesinde büyür.

Benim canım babam, çok çileli dönemler geçirdi. Hasta olduğu için çalışamazdı. Bir ağabeyim iki tane de ablam vardı. Onlar evlilerdi ama bizlere yardım ederlerdi. Benim bir de ikizim vardı. Benim canım acıdığında onun da canı acırdı, buna eminim. İkizim benim her zaman diğer yarımды. Bizi bekleyen onca acıya göğüs germek kolay da değildi bizim için.

Sadece filmlerde mi sahneler bu kadar acıklı olur? Rüya olsa, buna kâbus denir. Biz bir kâbusa uyanmıştık. Annem bir gece yatağında uyurken oracıkta can verdi. Biz, o gün öksüzken yetim olduk. Daha çok küçüktü ellerim ve kalbime koyduğumda kapanmıyordu yaralarım. Annem benim mis kokulum. Hayatımda kokladığım hiçbir çiçek, güzel kokmuyor senden. Başımı okşayan o sıcacık ellerin beni alırdı bu şehirden, bambaşka diyarlara götürürdü. Yanaklarımı avcuna aldığında gökyüzüne uçardım. Biri beni o gökyüzünden itti anne. Dizim kanadı, canım da çok yandı. Gözlerim doluyor ama ağlayamıyorum anne. Biliyorum, bir yerlerden beni ve kardeşimi gözetliyorsun babamla birlikte. Arada bizi çekiştiriyorsunuzdur da. Sen hep gül anne olur mu? Sen gülünce, güller gonca olur yüzünde.

Aç mıyız, diye düşünme. Mahallemizdeki komşularımız seferber oldu bizim için. Hem bahçelerden taze taze meyvelerde koparıyoruz, izin veriyor amcalar bize. Benim de kocaman bir bahçem olur mu anne? Çocuklar dallarına tırmansa bahçemdeki ağaçların, çimenlere uzansam ve gökyüzündeki güneşi alsam karşıma. Güneş

kavursa tenimi, terlerimle boğuşsam... Ben de bir amca kadar kocaman büyüsem ve meyve versem kimsesiz çocuklara...

Biliyor musun, senden sonra ağabeyim ve iki ablam da vefat edince buradaki komşularımız bize bakım vermeleri için gerekli kurumlara müracaatta bulundular. Bizi şimdi hiç bilmediğimiz bir diyara götürüyorlar. Tıpkı ellerinle başımı okşadığımda başka diyarlarda hissettiğim gibi... Belki de sana geliyorum anne.

İkizim ve ben Erzincan'ın kazası olan Tercan'da bir devlet yurduna yerleştirildik. Burada bize senin gibi yemek yapan, babam gibi sert mizaçlı ama yufka yürekli ağabeylerimiz var. Biliyor musun, hepsinin çok farklı hikâyeleri var.

Bugün, bisikletten düştüm anne. Canım acıdı ama hiç ağlamadım...

Bugün, biri bana tıpkı sen gibi gülümsedi...

Bugün kardeşime çok kızgınım anne...

Bugün arkadaşlarım beni oyunlarına almadılar anne...

Anne, ben sekiz yaşındayım ya, ne zaman kocaman olacağım?

Anne, bugün öğretmenim beni tahtaya kaldırdı.

Anne seni çok özledim.

Anne, burada çok kar yağıyor. Mevsimleri de öğretti öğretmenim. Şimdi kıştayız. Bir tane montum var, gör-sen kesin, yakışıklı oğlum, derdin bana.

Anne, mezarındaki çiçekler solmadı değil mi?

Anne reşit olunca buradan çıkmamız gerek ikizimle. Reşit olma yaşı on sekiz, diyorlar buradaki ağabeylerimiz. Ben on sekiz yaşıma girince amca olabilir miyim anne? On sekiz yaşındayım, amca olmadım. Artık genç bir delikanlıyım. Din kitaplarına da merak saldım şu sıralar. Merak ediyorum, başımıza bunca şey gelirken bir güç hep beni ve kardeşimi korurdu. O güç neydi, kimdi veya kimlerdi, diye kitaplara sardım. Bir matbaa firmasında işe girdim. Burada çokça çalışıyorum... Özlemim seni kucaklamaya yetmez anne. Ben eski günlerimizi özler dururum. Hayallerim kadar, hasretinle yanarım. Vefat ettiğin yaştayım anne, içim buruk biraz, yüzünü unutursam diye hep aynı hisle korkuyorum.

Uzun zaman geçti. 77 yaşında bir amcayım anne. Darülaceze'deyim...

İnanabiliyor musun, bir bahçem var... Koskocaman hem de... İkizim de yanımda. Buraya ziyaretimize gelen gençler bana 'amca' diyorlar. Öyle mutlu oluyorum ki, bana amca diyen gençlerle hikâyemizin kesişmesine. Yetim çocukluğum ve ben, bu bahçede gençlerle buluyoruz; sohbetler ediyoruz. Bugün geldiler, yarın da gelecekler. Hayatın atar damarlarından kalbe doğru bir yolculuk bu. Bugün biraz annem doluyum, biraz babam, biraz ağabeyim, biraz ablam ama ben amcayım. Koca çınar bir amca!

SONBAHARIN GÜNAHI

DERDİ NEYDİ BU SONBAHARIN BİZİMLE? Üstüme yüklenen bu limanın rüzgârı kimeydi? Sırlarımın yerdiği çiçeklerin arasında uyansan tekrar. Gökyüzünde takılan yıldızlarıma mehtap gibi aydınlık yüzünü koy-sam, ezberler misin kırışan yüzümün izlerini? Ne zaman gelirsen kabulümdür. Unutma beni, sevda sözlüm. Bırak uyusun insanlar, biz dilimizde nasırlaşan şarkımızı söyleyelim. Gökyüzünde buluşalım tekrar. Yıldızlı taşları dizeyim yoluna, kollarımın arasında taşıyarak güneşi, hep gündüzüm olsun. Mavinin arasında takıldığım en güzel hülya gibi.

Gökyüzünün mevsimi var mıdır? Varsa rengi ne renktir, neyi sever, çiçekleri mi yoksa yaprakları mı? Ben en çok çiçekli baharları severdim. Bilmezdim her mev-

simin efsunlu yanlarını nakışlayarak üzerime giyeceğimi. Bir gün evvelden sonbaharı yaşarmış insan, fakat ilk defa baharı ne zaman yaşadığını bilmezmiş! Şimdi çok iyi biliyorum bugün, benim mevsimini hiç unutamadığım, takvimlerden silemediğim bir gün. Ona veda ediyorum. Dünyanın en güzel çiçeği anneme...

Mezarına çiçekler dikeceğim annemin, sürekli baharda kalsın diye ama ben burada son defa baharı bitirdim, tattım ve artık bahara veda ediyorum... Mezarındaki çiçekleri her gün kontrol edeceğim, çiçekleri solarsa baharsız kalır annem. Dört mevsim vardır, derler her zaman ama benim için ömürden baharlar silinmişti bir kere. Daha kaç defa son bahar yaşardı insan? Sonuncudur çünkü bir daha bahar hiç yaşanmaz sanırdım. Vedanın böylesini daha önce hiç yaşamamıştım. Ben ve duygularım yetimdik artık.

Annem, ben çok küçükken bana veda etmişti. Bir teyzem vardı bana bakabilecek. Canım teyzem, çelimsiz, haylaz bir çocuk olmama rağmen kızamazdı bana. Ardından ilkokula başladım. Bir o kadar heyecanlıydım. 'Anne' yazabilmeyi öğrendim. Bundan güzel duygu var mıydı dünyada? Öğrenmeye çok istekli bir çocuktum. Okumayı da hızlı sökmüştüm. Teyzem benimle gurur duyardı. Annem olsaydı, eminim o da aynı şeyleri hissedirdi. Ama insan acıların en büyüğünü yaşarken her şeyden mutlu olabilirmiş, geç de olsa öğrendim.

İlkokul bittikten sonra yine teyzemin oturduğu semtte ortaokula gittim. Orada da başarmaya gayretli bir çocuk olmuştum. Öğretmenlerimin örnek gösterdiği biri olmuştum. Benim başarmaktan başka bir çarem yoktu.

Gel zaman, git zaman derken Vefa Lisesi'ni kazan-

dım fakat lise 1. sınıfı okuduktan sonra teyzem vefat etti. Artık orada kalamazdım. Bana bakabilecek tek bir kimsem vardı o da teyzem...

Şimdi kalabalıklar içinde yalnızlığımı yalnızlık katarak yürüyorum. Kaybolduğum kaldırımın üstündeki tozlar ciğerime siniyor... Ağlamaklıyım ama ağlayamıyorum. Omuzlarıma yüklenen bu tabut kimin? Kime bu feryat, kime bu ağıt? Bana her yer şimdi gurbet... Bekle-yeni olmayana her yer memleket... Vurdu beni yalnızlığa sonbahar. Düştüm kalbimdeki boşluğa... Beni, ben kaybettim.

Takvimin 1963'ü gösterdiği zamanın birindeyim. Yayımlanan bir gazete haberinde astsubaylık imtihanları ile ilgili duyurular gördüm ardından sınavlarına girdim. Balıkesir'de askerlik okulunu kazandım. Okulu başarıyla bitirdikten sonra Ankara'da muhafız olarak görevlendirildim. Daha fazla kötü gün yaşayamazdım. Sonbahar olmalı bu günah. Karanlığın ortasında kaldım sanki. Uyurken insanlar, senden bir işaret bekledim. Şimdi ellerim semada yıldızlara değmeyi gözlerim...

Ansızın bir gün, asker arkadaşım ile birlikte hararetli bir tartışma yaşamaya başladım. Ardından anneme kötü sözlerde bulundu. Düştüm tekrar kalbimdeki boşluğa... Gözüm karardı, kan beynime sıçradı. Silahımı çektim içinde kaderim vardı... Böyle olmamalıydı. Arkadaşım gözünü yumdu, yere yığıldı.

24 yıl 6 ay ceza yemiştim...

Pencerem yok artık. Akıttığım gözyaşları üşütüyor kalbimi. Rüzgarın sesi titretiyor bedenimi. Boşluğuna yani kalbimin dikenli yanına düştüm. Hoyrat akşam-

larında sır gibi sakladım. Bilemedim seni. Yokluğunda ezberlediğim kabus hayatımdır şimdi. Kırıldı sesler, bozuldu notalar. Küstük nasır tutan şarkımıza. İsyanım sana değil kendime. Ağlama yüreğim. Yüzümden silinmez acılarım, ezberledim... Gülerim ama kalbim ağlar benim.

Anlattım seni dört duvara. Çatlaklarından akıttı göz yaşlarını ya da yağmurdu bilemedim. Gecede kaldım, yokluğunla baş edemiyorum annem. Mevsim sonbaharda takılı kaldı. Yaşıyorum seni, yemin ettim. Her an kalbimde, ruhumda, fikrimde, zikrimdesin...

Şimdi kapalı hücre için Ankara'ya getirdiler beni. 6 ay kadar burada kalacağım. Üşüyor bedenim, ama en çok ruhum sancıyor. Duvarlara annemi anlatıp duruyorum. Bir de masal anlatıyorum. Masallarda hep annem, prenses oluyor. Ben de küçük prens. Hep mutlu sonla bitiriyorum masalımı. Aslında kendi hayatımı baştan yazıyorum. 1974'ü gösterdiğinde takvim. Eskişehir'deyim. Bugün bana af çıktı. Tekrar hayata tutunuyorum. İstanbul'a geliyorum. Rüya gibi bir şehir... Aynı masallarımındaki gibi.

Kahve dükkanı açtım buradan geçimimi sağlıyorum şimdilik. Arkadaşlarımın isteği üzerine kahve dükkanımı satacağım. Daha sonra kendime bir yufka dükkanı açtım. Hayallerimi süsleyen bir kadınla tanıştım... Evlendik. İlk başlarda her şey çok güzeldi. Çok aşıştık. Ben böyle mutlu hiç olmamıştım bundan önce.

Hayatımın sonbahara küstüğü günün birindeymiş, bilmezdim. İki kızımız oldu şimdi de oğlumuz olacaktı. Ama eşim doğumda vefat etti. Ben üç çocuk babası, ortada kalmıştım. Oğlum sekiz günlükken ablaları ve bana

veda etti. Ben, ilk başlarda zorladım kendimi, bakarım sandım kızlarıma ama eşimin kız kardeşleri onları bakmak için benden istediler. Ben de kızlarıma veda etmek zorunda kaldım. Yine kalabalıkta yalnızdım...

Her hafta sonu kazandığım paradan çocuklarıma götürürdüm. Heyecanla giderdim oraya. Küçük kızıma, beni amcası olarak tanıtmışlar, ben zaten babalık da yapamadığım için hiçbir şey diyemedim, yuttum sözlerimi. Benim güzel kızlarım, yolları hep ışık olsun diye gittim hep yanlarına. Bir gün sol ayağım uyuşmaya başladı. Ayakta duramıyordum ve dolayısıyla çalışmadım. Aç, susuz sokaklarda yattım. Kimseye diyemedim, anlatamadım derdimi. Benim derdim gökyüzünde şimşek olur inerti gökyüzüne. Ayağım gün geçtikçe kötü oluyordu, üç ay hastanede yattım. Çözüm yolu bulamadılar. Ben de başka hastanelerde çözüm yolu aradım ama çözüm yolu bulamadım...

Bir gün ağrılarım şiddetlenince ilaç yazdırmak için hastaneye gittim. Orada bir beyefendi ile karşılaştım. Yüzümden çektiğim acıyı anlamış olmalı ki benimle sohbet etmeye başladı. Bacağımı görünce çok üzüldü. Birilerine telefon etti, benim için bir doktordan randevu almış. Hastanenin kantinde çay içerken bana para uzattı. Almak istemedim ama mecburdum. Sanki bir iyilik meleği dokunmuştu yüreğime. O gün çok mutluydum.

Ayarladığı doktora gittim. Bana ilaçlar yazdı ve bir hafta sonra bacağım kendine geldi. Sanki sihirli bir el bana uzanmış ve iyi gelmişti. Tanımadığım biri bana dünyaları vermişti. Yeniden doğmuş gibiydim. Büyük kızımın yanına bir kere daha gittim. Bilmezdim son gidişimin olacağını... Yanına gittiğimde benimle konuş-

mak istemez gibi bir tavrı vardı. Arkadaşları çağırdı, beni bıraktı ve gitti. O günden beri ben bir daha kim-sesiz kaldım. Arkadaşımın tavsiyesi üzerine Darülaceze'ye geldim. Burada yalnız değilim. Hayatımın farklı bir anındayım.

Ben bir kanadı kırık kuşu uçurdum göklere. Yüzümde ezbere bildiğim acıları siliyorum, iyileşiyorum gün geçtikçe. Caddelerim de hep kalabalık, üşüdüğüm düşlerim özlemişti sizi. Mevsimsiz değilim artık, gecenin sesinde zincirlerle boğuşmuyorum... Bir yolculuk bu gökler inle-ten, harabelerimden tebessüme taşıdım tekrar kendimi. Viraneye dönen her yanıma iyi ki geldiniz. Işıklara döndüm yüzümü...

Anlıyorum artık, sonbaharın günahı bana değil. Ben en güzel sevabı yazıp yaşayacağım.

TIRTILDAN KELEBEĞE

KIRDI BENİM SEVGİMİ BÜTÜN AYRILIKLAR. Sevmelerin üstüne konan rüyalarımın yerini kabuslara bıraktı. Ayrılık kokan şu hazan yaprakları döküldü saçlarıma. Aklanmak için kır saçlarım yetmiyor artık. Sessiz serzenişlerimde kaybolurken, gün doğacaktı elbet. Yetmiyor, dilim lal. Anlatsam dökülmez kelimeler. Kabusa uyanmak, bir geceden gündüze geçmek kadar zor.

Benim en biçare yanım çocukluk sırlarım. Oyunları-
mın arasına sığdırdığım sessiz çığlıklarım... Kimse duymaz, kuyuya düştüm. Beni anlamaz, beni dinlemez bu boş kalabalık. Herkes bir yerlere koşuşturuyor, nereye bu gidiş? Ben senden öteyim, biz gibiyim biraz ama neden duymazsın beni? Biz olduğumuz için mi saklarsın beni kamburunda?

Gelemiyorum... Gelsem, çözülecek her düğüm. Bitecek miyiz? Tırtılın kelebek olmayı bekleyişi gibi bir sakat zaman geçecek, geleceğim.

Babam bizi bırakıp Almanya'ya gitti. Orada çok para kazanırsa, bizi de yanına alacakmış. Bir de tabii ki benim uslu bir çocuk olmam gerekiyormuş. Ama ben babam gelsin diye haylazlık peşinde koşuşturuyorum sürekli. Babamın ilgisini çekmek için neler yapmadım ki!

Almanca demeye başladılar bize mahallemizde. Babam almış altına lüks bir araba, her çocuk bana özeniyor tabii... İlk zamanlar getirdiği oyuncaklar, kalemler burada kimsede olmadığı için benim de hoşuma gidiyordu. Ama sadece onlar beni oyalıyordu. Babamı yanımda istiyordum, ben de her çocuk gibi. Her gece sızlayışlarım, özlemlerim, sevdalarım toplansa babama götürür müydü, beni bilmem ama dualarımda ona kavuşmak bile güzeldi.

Sonunda beklediğim haber gelmişti, babamla birlikte Almanya'da yaşayacaktık. Tırtılım kelebek olup uçacaktı nihayet. Orada eve para getirmem gerektiği için bir teklif geldi, bulaşık yıkamak için bir lokantaya girdim. İyi para kazanıyordum fakat tanıştığım arkadaşlarımla eğlenceye vurmuştum kendimi. Sonrasında askerliğim çıktı Türkiye'ye geldim.

Ben askerdeyken çok şey değişmiş. Annem ve babam borçlanmışlar herkese kardeşlerim yüzünden, elimizde tek bir mal kalmamıştı. Ben de yalnız kelebek gibi kornacak bir yer istedim ama bulamadım. Ruhumun sancısını işledim tırtıla. Rüyada, kabusta biriken nerede bu kalabalığın sonu? Beklemeli mi, yoksa vaz geçip dönmeli mi? Yamaçları dik buraların, tırmanırım, bileğim toktur

ama incinmeye gelmez kalbimin telli sazları.

Ben bir tırtıldım, kelebek olmayı bekleyen... Kelebek de oldum. Şimdi sadece çiçekli yarınlara beklerim. Tırtılın efsunu kelebek olmaktır. Benim sırrım yalnızca onda saklı. Sürünmeden göklere erişemez insan! Biraz tırtıl gibi...

KAĞITTAN DÜŞLER

SEBEPSİZ SARARDI ODAMIN PENCERESİNİ meltemler. Gece gündüzü, akrep yelkovanı, kedi fareyi kovalarken ben hep kalbimi kovaladım. Ben güneşin alevini merak ettim. Cayır cayır yanmak istedim cehennemde. Ben çiçeklerin kokusunu merak ettim, koklamak istedim cennette. Ben yüzünü, seslenişini, her şeyini merak ettim. Mesela kuşlar nasıl cıvıl cıvıl öter? Kar nasıl yağar gökten? Ya da mavi nasıl bir renk? Benim gölgem benden uzunmuş, ben ne kadar uzunum ki? Bilmiyorum...

Kalbimin odaları arasında saklı kalan bir pıhtı var, rengini ezbere bilirim. Yorgun ve çaresizim. Bu yolun dikenleri üzerindeki güller solarken ben hala o efsunu, beyhude beklerim. Biriktirdiğim bu sol yanımin ağrısı bitmek tükenmez bir yolculuğa sürükledi beni. Sevme-

nin, sevilmenin günahı var mıydı? Tüm elemelerimi sırtlayıp gitmeliydim buralardan...

Ağlamaklı olduğum günün zifirinde bir gecede, sırtımdaki yükün ağırlığı beni sürüklüyor sabaha. Benim hikâyem gecenin gözlerinde gündüzün yok oluşu ile başladı... Kız kardeşim doğacaktı, öyle heyecanlıydık ki hepimiz. Nerden bilebilirdik böylesine bir şeyin tüm hayatımızı, bu kadar değiştireceğini...

Annemi doğumda kaybetmiştik. Ben o gün, bir kardeşim olmasına sevinirken bir yandan da elemimle yüzleşmiştim. İki duyguyu aynı anda nasıl yaşardı insan? Ben bunu defalarca yaşadım. Annemin cenazesine büyük annem, büyük babam ve dayımlar gelmişti. Babam bize bakamayacaktı bu belliydi fakat biz kardeşimle birlikte yine de babamla kaldık. Kardeşimin küçücük bedeni bu kadar acıyı, bakımsızlığı, sevgisizliği kaldıramadı ve beş gün içerisinde o da gözlerini sonsuzluğa kapatarak bize veda etti. Bir kardeşim olsa yine de çok mutlu olabilirdim. Onunla sevincimi paylaşmak, endişelerimi dile getirmek, bazen de tatlı tartışmalarda görmek isterdim kendimi. Ama kaderin rüzgârı eserken böylesine farklı yerlere savrulacağımızı bilmezdim...

Ayrılık rüzgârı önce kalbime esti sertçe, sonra göğün rengini kararttı. Bu rüzgar, benden gündüzü çaldı. Geceleri epey korkardı çocuk kalbim. Yorgana gömerdim başımı ve güzel düşlerime koyarım tüm kaybettiklerimi. Babam çalıştığı için ben de evde aç, susuz kalırdım yine de sesimi çıkartamazdım... Ağlamaktan korkardım. Babam başımı okşamazdı, acımı sormazdı. Babaydı ama babalar bu kadar susar mıydı? Konuşmaz mıydı babalar evlatlarıyla? Sarılmaz mıydı onlara? Babalar evlatları-

na gülümsemez miydi yoksa? Ama annem hep gülümser, öper, koklardı beni...

Babamın bana bakamadığını düşünen büyükannem ve büyükbabam beni yanlarına almak istediler. Babam da kabul etti. Ben hangi duyguyu yaşayacağımı sanırım ezbere biliyordum. Yine iki karmaşık duygu birlikteydi ve içerisinde bir veda, bir de kavuşma içeriyordu. Haya-tın bana böyle karmaşıklar sunacağını bilmezdim... Ar-tık ezbere bildiğim duyguları yine her seferinde yeniden ezberime katarak gidiyordum.

İlkokulu büyük annemlerin yanında okudum. Babam da o sırada bir kadınla evlendi. Onların yanında kalmak için eski evimize tekrar döndüm. Biraz buruktu kalbim. Babamın yanında annem yerine bir başka kadın görün-ce neye uğradığımı şaşırılmışım. Üvey annem beni pek sevmemişti. Babam ise yine aynı babamdı. Bana gülme-yen, halimi hatırımı sormayan bir adamdı. Ben sanırım bu tabloya alışmış gibiydim. Benim kaderimin aynası, gündüze yüzünü hiç çeviremeyecekti belki de.

Mevsimsiz esen rüzgârlı günün birindeydim yine. Anlamıştım ki ben buralarda bir süre de olsa durma-malıydım. Tekrar büyük annemlerin yanında kalmaya karar vermişim.

Büyük annemlerin pek durumları da yoktu. Beden eğitimi derslerine dahi okul formamla giderdim, eşof-man alacak durumumuz da yoktu elbette. Okulumuzun müdürü beni pek severdi. İlk defa babalık hissini, okulu-muzun müdüründe tatmışım. Kan bağımız yoktu fakat o beni evladı, ben de onu hem babam hem de öğretme-nim olarak severdim. Müdürüm beden eğitimi öğretme-ninin eşofman giyemediğim için beni azarlamalarından

dolayı beni yakınlarda bir mağazaya götürüp istediğim eşofmanı ve spor ayakkabıyı bana almıştı. Belki de ömrümde böyle bir öğretmenle bir daha karşılaşmayacaktım. Bu durum benim için çok özel ve unutulamaz bir anıydı. Hayatımda böylesine uzunca sevgiyle kimse bana bakmamıştı. Gözlerim doldu, geleceğin hayali süsledi afakımı...

Maddi durumlardan ötürü liseden sonra okuyamadım. Askerliğimi yaptıktan sonra İstanbul'a yerleşmeye karar verdim. Mesleğim olmadığı için burada çöplerden kağıt toplamaya başladım. Çöplerden bulduğum kitapları okuyarak ufkumu genişletirdim. Her gün aynı saatte çöpten bulduğum kitapların sayfalarını alıp, bir parkta okurdum. Kağıt toplayıcıyım fakat farklı bir dünya yaratmıştım kendime. Benim hayatım, kağıtların kelamla söze geldiği yerde tekrar başlamıştı.

Bir keresinde parkta yine çöpten bulduğum kitapların birini okurken karşı tarafımda oturan bir beyefendi ile göz göze gelmişim. Bana hayret eder gibi bir tavırla bakmıştı. Sonra benimle sohbet etmek istedi. Şaşkınlığını dile getirdi. Yaşımın ilerlediğini ve böyle bir işin sağlığım açısından olumsuz yönlerine değindi. Beni Darülaceze'ye yerleştirmek istedi. Ben de orada kalmayı kabul ettim. O gün bugündür her zaman ziyaretime gelir.

Benim kağıttan hayallerim uçtu ve kondu özünde yine kağıt olan ağaca. Ben yarının ve bugünün en eski çınarı olmaya yeminliyim. Ağaçtan çınara selamla...

AŞK MAVİSİ

BİR ANLIK SEVGİLERİMİN ARDINDA yeşeren güzel umutlar taşıyan bir yüreği bıraktım gökyüzüne. Toparlayamadığım onca üzüntülerin, kederlerin sızısını taşıyabilir diye süzüldük hep birlikte, fotoğraflardaki gibi göklere. Ne istediğimi bilmeme izin vermedi yeryüzü. Yıldızların tılsımı bana değdi, senden uzak, benden uzak bir yerde.

Bir yer öğrendim uçtukça, kalbimden uzak. Nefesim kesilecek belki bir an ama yine de devam edeceğim. Benim sevdam ince ince çizilmiş göklere. Bakıyorum rengi maviye çalınan hayallerime. Bir efsuna uçmak istiyorum... Adı aşk mavisini!

Bir nefes olup uçmayı hayal ettikçe, sevebiliyorum mavinin her tonunu. Artık buralarda duramam, gökyü-

zü gibi bakan biri olamam. Adı aşk mavisi...

Bana çıkan her yol, maviye adım atar. Ne güzelsin artık anladım, baktığım gökyüzü. Masumluk kalmadı yeryüzünde, bir gece yarısı gördüğüm tılsımlı yıldızda saklı dualarım. Ben, bir gece vakti yıldız olsam ve bulutlar örtse üzerimi yorgan gibi. Artık nefesim sonsuz bir mavide. Bilmiyorum adı ne. Gizli bir diyar...

Benim mavimi koparamazlar bendem. Adı aşk mavisi. Ben de ona koşuyorum bu yolculukta. Benim mavi dediğim ilk aşk, eşimdi aslına bakılırsa. Ona sevgim öylesine büyüktü ki her ne olursa olsun, koşul fark etmeden onunla yanmaya razıydım. Öyle ki aşkın gözü kördür. Eşim de beni güzel severdi. Çok sevmek değil, güzel sevmek değil miydi zaten asıl mesele. Birbirimizin baharı olmuştuk adeta. Birlikte başladığımız bu yolu evlilikle taçlandırmaya karar verdik.

Aslında hikayem, mavinin içindeki yıldızlı tılsımdaydı. Peki ama mavi ilk aşk ise, yıldızlı tılsım kimdi, neydi, neredeydi, hangi zaman dilimindeydi, büyüğü ve güzelliği nasıldı? Başıma geleceklerden habersiz olarak başlamıştım bu yolculuğa, pek de sorgulamazdım. Yol nereye gider diye...

Eşimin ikinci evliliği idi. İlk eşinden çocukları da vardı. Ben çocuklarımız olarak gördüm ve baktım o çocuklara. Elbette belki de annelerinin sıcaklığını sunamamış olabilirim. Ama ben daha önce hiç anne olmamıştım ki. Onlarla sık sıkıya olmaya çalıştım hep, üvey anne gibi değil de yeri geldiğinde bir abla, yeri geldiğinde bir ebeveyn, yerine geldiğinde bir arkadaş gibi...

Biraz zaman geçtikten sonra eşim vefat etti. Aşkımı-

zın büyüü bir anda kâbusa dönüştü. Eşimin çocukları bana her zaman ki gibi davranmadılar. Evlerinde istemediler... Oysa ben babalarını da onları da çok severdim. Yaşlanmıştım, eskisi gibi genç de değildim. Başımı sokacak bir yere ihtiyacım da vardı. Zor zamanlarımda tılsımlı yıldızı gördüm. Gecenin zifiri laciverte çalan renginde bana tebessüm ediyordu. Darülaceze'ymiş adı. Geldim ve kaldım. Tılsımlı yıldızımın içerisinden aşkın mavisi ile gökyüzünde dans ediyorum. Rengim mavi, sırrım yıldızlarda saklı. Her yer kayan yıldızda beni hatırlaman dileğiyle...

GÜNAYDIN

GÜNAYDIN, KALBİMDE yine mahşer taşıyorum. Karanlık gecenin sabahındayım. Mavi, sınırını benim için çiziyor gökyüzüne. Yerini bıraktı gölgesiz güneşe. Yağmurunu savurdu yüzümüze. Ayrılıktı gökyüzünün son kayan yıldızı. Aşkın mührüne tekrar, günaydın.

Bugün, kalbimin celladı kondu avuçlarımın baktığı yöne... Şikâyetim büyük, başka yer yok gözlerinin değdiği renkte...

Sesim, hıçkırık kokuyor. Ve ömrüm sönüyor, ruhum sebebini arıyor. Bu yıkık şehre veda etmenin yorgunluğu üzerime otururken, eğilmeden bir o kadar da dimdik olmalıydım. Zaman bizi eskitmeden, koparmadan anılardan, sevmeyi ve yeniden sevmeyi bilebilmeliydim.

Ateşler içinde kaldım... Benim hikâyem, yangın gibi.

Güneşin dışı gibi aydınlık fakat bir de cayır cayır yanmakta olan kor bir ateş parçası.

Her şey çok güzel başlamışken birden aksilikler meydana gelmeli miydi bilemem. Ben de çok akışkan konuşabilirdim herkes gibi... Hiç değilse derdim kadar konuşabilirdim...

Benim hikayem, küçükken ateşli bir rahatsızlık geçirdikten sonra başlamıştı. O rahatsızlığımdan kalan sekellerin izi hala üzerimde. Konuşmakta bir o kadar zorlanırım, utanırım, çekinirim...

Daha sekiz yaşındayım... Yaşıtlarım gibi değilim. Tah-tada söz almak istemiyorum. Ayrıca ailemin durumu da yok. Okul çıkışları mendil satırım, diye düşündüm. Mendil satarken bir keresinde o kadar çok yürümüşüm ki kayboldum... Bu kayboluşlarımın sayısı arttıkça arttı.

Ah benim mendil satarken kaybolan sekizinci yaşım; sen ne güzel bir çocuksun. Şimdi ben böyle isem, hepsi sekizinci yaşım sayesinde. Yanmadan, ham olamazdım... Yaşadığım onlarca zaman içinden geçirdiğim en güzeli sende saklı.

Kayboluyorum, boşlukları üzerime örten bu çaresizlik kimin yorganı? Ben hayalini düşlediğim sevdanın günlerini tutmaktayım. Aşk nöbetinde bir kahraman gibi, sessiz, konuşmadan anlaşanlardım...

Sevmenin böylesi, ellerim titriyor... Heyecanlı da değilim üstelik. Ateşli geçirdiğim rahatsızlık şimdilerde böyle bir sonuç daha oluşturdu üzerimde...

Kimi zaman kor alevler gibi yanan içim, kimi zaman serin sular gibi heybetli akar... Susarım, dinlerim içimi... Her gün ağardığında yeniden konuşmadan susarım, dinlerim seni...

Günaydın... Şimdi güneşin tenlerimizde süzülüş vakti.

Günaydın... İçim darmaduman...

KALP YARASI

GECE SESİNİ YİTİRDİĞİNDE, gündüze saklanan bir notada birleştik. Bir rüyanın küllerinde döküldü ömrümüz. Kalbimizde kefenledik aşkı. Rengini, tonunu bilmeden onu suçladık. Kalbimizin ince çizgisinde aşkın infazını biz yaptık. Ellerimizle karaladık aşkı. Bu mahkemenin yargıç kalbimizdi! Burası kalp yolu... Arza uzak, yere uzak. Burası bizde, içimizde bir yerde.

Babamla olan konuşmalarımızı hatırlarım da aşkla bir şeyler yapmam gerektiğini ondan çokça duymuştum. Ne yaparsan aşkla güzelleşirdi her şey... Aşk sadece iki canlı arasında olmazdı... Mesela kağıtta kaleme sevdalıydı. Yazardı, çoşardı. Şiirler de şairlere aşıktı... Kahramanlar da başrollere aşıktı...

Ben çalışkan bir zeki bir çocuktum ama çalışmaya

pek hevesli de değildim. Herkesin çokça çalışarak kazanmadığı yerleri ben tek seferde istemeden de olsa kazanırdım. Ama işte istemezdim öyle okuyup bir yerlere gelmek. Bu tarz meselelerde pek gözüm yoktu açıkçası. Ailem daha çok okuyarak belli bir konumda olmamı isterlerdi. Bunu aşk ile istemiş olmalı ki ben her seferinde istemeden de olsa sınavlarımda başarılar elde ettim.

Yurt dışında okumak için sınavlara girip kazanmıştım. Böylelikle lisans eğitimimi Fransa'da yapmış olacaktım. Lisans derecemi aldıktan sonra yüksek lisansımı ve doktoramı orada yaptım. Aşka gelmiş olmalıyım. Aşkı çokça duymuştum çocukluğumdan beri. Aşk ile ilk defa Fransa'da tanıştım. Tanıştığım günden beri orası benim için aşkın barındığı yerdir. Burada bir Fransız vatandaşı hanım ile tanıştım. İlk görüşte aşk mı dersiniz, alın yazısı mı onu siz seçin.

Sanki gelecekteki yaşanacak günlerimizi görmüş gibi sıırsıklam bağlanmıştım ona. Tanışmak istedim. O zamanlar tabii ki yakışıklı genç bir delikanlıyım, özgüvenim de yüksek. Cesaretimle onunla konuştum. Kendimi, kalbimi ona açtım. Ruhumun sancısı gibi can çekmişti kalbim. O an anlamalıydım, kader oyunu nasıl örüldüğünü... Ezbere bildiğim yollardan ilk defa geçer gibi geçiyordum şimdi onunla. Ayrıntılarında kayboluyordum her detayın...

Bir zaman sonra artık o da bana kalbini açtı. Sevdığım oldu, yarenim oldu, kalbimde tütüdü, kalbim oldu, aşkı oldu... Ülkeme getirdim onu, burada annemlerle tanıştırdım. Onlar da kendi kızları gibi pek sevdiler. Her şey bu kadar yolundayken, benden ayrılmak istediğini söyledi. Bilemedim ne yapacağımı? Böyle bir durumda

ne yapmalıydı insan? Ağlamalı mı, bağırmalı mı, susmalı mı?

Sustum... Doğru mu, yanlış mı diye ayırt etmeden. Aşk kalbimden, benden uzaklaştıkça bir yara gibi önce canımı yaktı, sonra kanadı, kabuk bağladı ama tekrar kanadı...

Kendi ülkesine Fransa'ya dönmüştü artık. Ama kafamda soru işaretleri vardı bu ayrılık ile ilgili. Annesini arayıp sordum. Çok ağır bir hastalığın son dönemlerindeymiş. Ben üzülmemeyim diye hiç anlatmamış bana. Ben de bunu duyar duymaz Fransa'ya gittim. Ama aşk kalbimden uçmuştu bilmediğim bir yere. Toprak olmuştu...

İşte aşk, bir kere dünyada, bir kere de kalbimde kefenlenmişti...

Ben ondan sonra başka bir aşk kalbime alamadım. Hayat dolu günlerimden sonra ülkemde akademik anlamda ilerlemek için öğretim görevlisi olarak çalışmaya başladım, ek olarak gazetelerde yurt dışındaki ekonomiyi ele alan yazılar da yazdım.

Bu süreç içerisinde, hiç derslerine çalışmayan öğrencimin annesini, babasını onu üniversiteye gönderdiği için tebrik eder ve onu her ne olursa olsun dersten geçireceğimi söyledim. Çünkü benim için mesele aşktı...

Öğrencilerin de pek alışık olmadığı bir öğretim tarzı vardı. Benim mesleğim aşktı...

Bazı derslerimde tiyatroya giderdik öğrencilerimle... Tabii ki bu durum diğer hocalar tarafından hoş karşılanmayınca ben de istifa ettim...

Artık aşkı anlatacağım kimsem de yoktu. Annemle babam da çok sürmeden vefat ettiler. Yapayalnız biriydim artık...

Kalbimde aşkın cesedi, yıllarca hüküm vereni aradım. Bendim... İçimdeydi, önce kalbim yara aldı, sonra tüm bedenim... Tiyatrolarda oynanan son sahne gibi seyirciler mesajını aldı ama perdeler çoktan kapandı!

SÖZ

ZAMANIN HENGAMESİ ÜZERİMİZDEYKEN, sağanaklar değiyor tenlerimize. Kış ortasında kıyameti yaşarken, sevdamız da yangın saçıyor gönüllere. Nefesimle toprak döküyorum sonbahara... Kurşuni vedanın ağırlığınca kayboluyorum zamanın içinde.

Ezbere bildiğim tüm doğrular yanlış. Međer koca bir ömür, yanlışla yalan demekle geçmekte. Her fotoğrafım farklı bir ebruliyken gözyaşlarım avuç avuç. Sindiremediğim bu kocaman ayrılıklar, küçücük yüreğimin içine ağır gelmez miydi?

Ben hayatı alışık olmadığım bir notasından yakaladım... Mucize bekledim, mucizem olmanı istedim belki de. Nefesinden, gönlünden gelir bulursun zannettim. Kendime yalan söyledim. Gelmeyeceğini bile bile her gün yalvarır gibi

isyan ettim vefasız düğümlere...

Sırtımda kamburlaştı ağırlık. Annemi ve babamı ben doğarken kaybettim. Her zaman merak ettim yüzlerini, kokularını, seslerini, dokunuşlarını...

Bir tane ablam vardı. Annem gibiydi biraz ama annem gibi değildi de. Bizlere bakacak kimsecik yoktu. Ablam ve ben hayata birbirimize dayanarak tutunduk. Bizi yetiştirme yurduna aldılar.

Düştüğümde ablam kaldırırdı, ağladığında ablam sus-tururdu, bu dünyada beni ondan başka anlayacak kim var-dı ki?

Okullara küstüm, kendime küstüm. Okumak isteme-miştim. Hayat düz akarken, ben inatla tersine yürümektey-dim. Bu vazgeçişlerim, yakarışlarım, kimi zaman da terk edişlerim yine annem ve babamı bulmak içindi.

Sırtıma aldığım her yük onlara olan özlem ve hasret kokmaktaydı. Ben annem ve babam olmadan yarım kal-mıştım bu dünyada. Ablam, böyle hissetmemem için elin-den geleni ardına koymuyordu fakat bu hisleri içimden, kalbimden ve dilimden söküp atamıyordum. İnsan içini nasıl söküp atar? Ben sanırım bunu beceremiyorum.

Gün geçtikçe büyümüştüm, farkında olmadan on sekiz yaşında genç bir delikanlı olmuştum. Yurttan ayrılmam ge-rekiyordu. Öyle ki anneme ve babama olan özlemimden bunu fark edememiştim bile. Hayat beni öyle bir noktadan, farklı bir noktaya ötelemişti ki, bir daha bu yolda yarım ka-lan sevdanın izini hissetmeden yürümem mümkün değildi.

Ayrılığın bu hüznü beni sevdaya dahil eder miydi? Ba-zen oturup düşünüyorum da ablamın bana anlattıkları gibi, peri gibi midir, yani kalbimin sahipleri? Onlar, benim

annem ve babam. Hiç bilemediğim ailem...

Yurttan ayrılırken başka bir şehre gitmem gerektiğine karar verdim. Sevda memleketi; İstanbul'a. Burada çocukluğumda gülemediğim kadar diğer çocukların yüzündeki tebessüme vesile olmak adına bir iş buldum. Artık bir luna-parkta çalışıyorum.

Atlıkarıncaya binen, pamuk şeker yiyen, "anne şuna da bineyim" diyen bir sürü mutluluk dolu çocuk var. Burayı evim gibi görüyorum. Sanki tüm çabalarım güldüremediğim çocukluğum için...

Onlara yaşayamadığım tüm mutlulukları yaşatmak istiyorum. Kayboluyorum, sessizce... Gözlerim dolu, biraz anıların getirmiş olduğu çocukluk yıllarım değdi gözüme...

İstanbul'un hoyrat gecelerinde arıyorum kalbimdeki izin sahibini. İlan vermek istiyorum... Annemi, babamı bulun diye... Yine kendimi kandırıyorum. Vakit rüzgar gibi esip geçti. İliklerime kadar mısra doluyum, annemi ve babamı özlediğim için...

Çocuktum, belki biraz daha az acıyordu canım. Şimdi anlıyorum ki ben aklanan saçlarımın arasında çocukları güldüren bir dede gibiyken rüzgara kalbimin sahibini fısıldıyorum. Onlarsız geçen her gece, gündüze gün ekliyorum. Kavuşacağımız günün haberini bekliyorum.

Kalbimden söküp atamadığım bu izi, yani sizi yük gibi görmüyorum. Çünkü içimde sizden bir iz olmazsa yanardım ateşte. Bu kalp izi sayesinde, gülmeyi yeniden öğrendim.

Kendime söz veriyorum: Gülemediğim onlarca yıla bedel, herkesin mutluluk gözyaşları olmam gerek.

KAHRAMAN ANNEM

NEFES NEFESEYKEN GECENİN SESLERİ, bulanık gölgemi alıp kayboluyorum bu diyarlardan. Ben nereye gidiyorum? Sorgulayamıyorum... Yolum nereye çıkar? Hiç bilmiyorum... Adımların sanki ona koşuyor. Ben yok olmak istemiyorum! Seslerin karmaşasında; onu biliyorum, onu söylüyorum...

Sırrını gecedan alıyor yıldızlar, ışıklarını ise aydan. Bu yol, bataklığa çıksa da, sürgünüme razı olmak zorundaydım. Kamburumdan utananlar bilmiyor hikayesini. Benim kamburumun yükü, içimden gelir, kalbime değer.

Sızarken çatılardan bir bulutun gözyaşı; ben nasıl unuturum mühürlediğim yalnızlığımı. Gecenin sesinde bir doluluk var. Bu hazin son kime yazılıyor? Başladığı yerden kopan hayatları kim alıyor? Beni bu hikayeye baş

kahraman yapan kim?

Sinsice gelen felaketin esirlerindenim. Kuyuya atılan Yusuf gibiyim biraz... Sesimi duyan yok. Bu kör kuyunun içinden çıkabilirsem hayatımın sesi olacak bahar. Yetim gözlerime güneş doğacak.

Annem ve masallarım hayatımda dinlediğim en güzel sözleri ve hayretleri barındırırdı. Sise en başından hikayemi anlatmak istiyorum. Köyümüzün içerisinde ufakta olsa, güzel mi güzel bir evimiz vardı. Annem, babam ve kardeşlerim...

Babam, sert mizaçlı birisiydi. Geceleri eve geç vakitte içerek gelirdi. Bazen anneme bağırır çağırırdı. Ben çok küçüktüm o zamanlar ama yaşadığım şeyler büyüktü. Divanımın kenarındaki yastıkla kapatırdım başımı ve hıçkırarak ağlardım. Sabahları annem yanaklarıma buseler kondurur, yakışıklım der öyle uyandırır beni. Annem babamın eziyetleri karşısında hasta olmuştu. Kısa bir süre sonra da bana veda etti. Babam da hemen başka birisiyle evlendi.

Annemleyken bir yanım, hep dünyanın ötesinde... Annem, benim her zaman kahramanımdır... Babamı ne yapsam memnun edemiyorum. Annem babamın biraz huysuz olduğunu söylüyor. Bütün babalar huysuzlanınca böyle mi yapmalıdır?

Kalbimdeki umut ve hüznün birbiri ile boğuşuyor. Gözyaşım, gözlerime dolup akıyor... Umutlarım kendini darağacına astı. Nasıl geçer böyle zaman?

Ben ve çocuk kalbim iş bulmak için şehre indik. Üvey annem beni evde istemiyordu. Bundan sonra göklere bakıp annem ile düşlediğimiz uzak diyarlarda oluşumuzu

tekrar hayal ederdim. Öyle yatardım yatağıma, rüyalarım da anneme sarılayım diye.

Sustu ay, sınırlarda kalmadı kayan yıldız. Dilek tutsam, göç eden leyleklerden ulaşır mı yanına? Sahipsiz olduğum bu çaresizlik içinde bitap düşüşüm, her geçen gün artıyor. Böyle bir evde büyüdüğüm için hiçbir zaman evlenmeyi de düşünemedim. Babam gibi huysuz bir baba olmaktan çok korktum.

Annem bana kahramanlığı, sevmeyi, aşkı da güzel öğretmişti. Ama ben, annemin yokluğunda bir kahraman olmalıydım. Bunu bilirse, sevinir ve gurur duyardı benimle. Kahramanlar, her ne zaman başımız sıkışsa yanımıza gelir, bizi sıkıştığımız yerden alırlardı. Benim annem de köyümüzdeki evde bana hep bunları yaşatmıştı. Diyorum ya hani, annem benim kahramanımdı...

Vakit geçiyor, babam gibi yaşlanmışım. Arkadaşlarımdın torunları var. Bazıları babam gibi huysuz bir dede olmuş. Ben de Darülaceze'deyim. Kahraman annemin, kahraman yakışıklısı olarak. Buraya gelen herkesin, kahraman dedesi olmak için. Gözlerimi kapatıyorum, her saniye bir rüya gibi... Bana kahramanlığı öğreten, kahraman annem için...

SESLENİŞ

SU GEÇİP GİDEN GÜNLER, yaşatır bizi anlarıyla. En derinlerimizde bıraktığımız tılsımlı buselerin izini sürdüğümüz günler, ne de çabuk geçti yılların koynunda. Başımıza düşen aklar siyahın en tezat haliydi. Cildimiz kırışmıştı fakat hepsinin görüp, geçirdiği en parlıtlı yılları vardı. Sildirmezdi öyle kimseciklere. Ektiğimiz tohumlarımız filizlenmişti. Bir varmış, bir yokmuşçasına masalların tadında geçmişti ömrümüz. Biz sevdanın en güzel tablosunu çizmiştik hayatın bize sunduklarıyla. Yorulmuş bedenimize aldırış etmeden koşmuştuk gelecek dediklerimizin uğruna. Dudaklarımızın sükûtuna aldırış etmeden izledik yaşadıklarımızı bir filme konu olmuşçasına. Sesimizin frekansı buralardan oralara duyulur mu bilemeyiz ama elinizi tutmaya geldik!

Hayatın akan koşuşturması arasında bizi saracak kollarınızın, bizi kucaklamaya dair bu tılsımlı gücü sayesinde hep birlikte aşacağımız yolların enkazından; yine birlik gücümüzle kalkacağız. Biz birlikte ses oldukça hayatın bayram olan şarkısını yeniden yaşatacağız insanlara. Biz dünün gençleri, siz yarın yaşlılarısınız. Ellerimizden tuttukça yeşerecek yeniden hayatın en güzel filizleri. Dinecek yerle yeksan eden rüzgar, tatlı meltemler gelecek sonra sallandıracak saçlarımızı, bir tebessüm kondurarak başlayacak hikayemiz.

Bu sizin ve bizim hikayemiz olacak. Yüreğimizin bu hazanla boğulan resmini yeniden renklendireceğiz. Çünkü hayat bize hep yeniden bir şeyler sunar. Biliyoruz saya saya bitiremediğimiz günler geçecek, çünkü kavuşmalarımız çok yakın. Sevgimizin dilinden taçlandırdığımız bu hikayede roller hep değişecek. Bizler de sizlerle birlikte değişeceğiz.

Sonu gelmeyen ıssız, loş bir odanın serseri sabahında beklemediğimiz bir anda güneş kavuracak tenlerimizi. Biz o gün güneşle dans edeceğiz. Arka fonda dilimizden düşürmediğimiz sizin şarkınız çalacak. Sonra tekrarlayacağız gönüllerimize nasıl girdiğinizi.

Uzun süredir tadına alışkın olmadığımız bir duyguyla, özlemlerle seveceğiz sizleri. Vakit almalı bir boşluğa çalarken, kainatın durduğu saniyede ellerinizle buluşacak ellerimiz. Hayatın damarlarını boğarken gecenin karanlığı, afakın kirli sandığımız yüzüne bakıp şükürler edeceğiz. Biz hayale sığdıramazken yüzlerinizi şimdi nasıl küseriz yıllanmış koca yaşımıza?

Bir annenin yanık bağrında tütürdüğü ninni gibi derin bir efsuna kapılacağız. Yüzümüze oturmuşken ya-

şanmış yılların izleri, seyredeceğimiz bir kere daha geçmişimizi. Mehtabın parıldayan yüzü degecek kalplerimize teker teker. Bugün ses verecek bahar çiçeklenmeye. Buralar da mevsim hep aynıyken sonu gelmeyecek baharın. Artık yapakları hep filizlenecek!

Hayatların masallara dokunan tarafı olur mu, bilemeyiz ama bizim hikayemiz dillerde dolaştıkça süre gelmez mutluluklara kapılar açacak. Vazomuza koyduğumuz taze sulanmış çiçeklerimiz, bir çocuğun heyecanla bayramlıklarını giyebilmek için bayram sabahını beklemesi gibi heyecanla sizin yollarınızı gözlemeye devam edeceğiz.

Hep aynı inançla bekleyeceğiz sizleri, çünkü bir yerlerde solmayacak geleceğinize dair olan inancımız. Tozlu raflardan alacağız fotoğraf albümlerimizi, belki de yıllardır bakmaya cesaret edemediğimiz anlara birlikte bakacağız sizlerle. Şimdi sizler her neredesiniz, kollarımızı açıp yol uzun demeden indirmeyeceğiz!

Sükûtunu bozacak hayallerimiz gerçekleşecek. Artık sesimizin frekansının son vuruşları, son vapurda bağırdı. Gelmeniz an be an yakın. Hissediyoruz... Hayatın atar damarlarından kalplere birlikte ses veriyoruz!

ALIN YAZISI

GECENİN ÇIĞLIKLARI DOLUYOR BİR MAHZENE. Günün kızıla solarken rengi, ben yürüdüğüm adıma hesap soracağım. Belki çilem kabuk bağlarken biri gelir ve tüm karanlık anılarımı bana unutturur. Anadolu toprağı üzerindeki herkes mi zalimin kanlı zulümüyle ezilir? Şark'ın gözyaşlarının çilesine yetişmeli bir buruk güneş. Bir Cehennem olsa yanan ateş, yine gelmeyi bilmeli Mahşer!

Bu aziz, küçük çocukların asırlardır nağmesi dinmedi. Bir şiirin kafiyelerine dokunurken bir şair, yazmayı öğretti ona kalemde yüregi. Bir sabah güneşin feryadına uyandım. Bir mağrur kalbim vardı. Ömrümün akşamüstünde toprak çağırıyordu beni. Vakit dar, her nefes sayılı... Yaralı hisler sararken usulca yüregimi, hasret

kokan ufukta güneş tülüyor. Akşamı çağırıyor sükutlar. Seherde çıkan ayazın soğukluğu sarıyor tenimi. Sesimin frekansını duymuyor mu kimse? Benim hayatım karanlıktı ama karanlığın tonlarını bilmezdim. Toprağına çizdiğim bu son korkunç! Bu nameler nedir sende? Kalp gözüm senden yana dönsün isterim. Düşsün cemreler toprağıma. Bilmezdim Züleyha'nın yüreğinin çaresizliğini. Artık zindandaki Yusuf'u bekler gibi öğretmenimi bekliyorum. Derdime birazcık sen koymak istiyorum. Azrail'in gölgesinde karanlık bir uçurumda uyuyorum. Ben fakir, cahil cesaretli küçük bir kız çocuğuyum. Taze bir acı var gelinliğimde... Bilirim acı nasıl oturur bir çocuğun yüreğine? Beceremiyorum daha çok küçüğüm hayatta.

Benim bütün hikayem hüznün dolu bir mevsimin uzun süruruyla başladı. Harap düşmüştüm acılarına. Ağrı'nın dili olsa konuşurdu belki yaşadıklarımı... Ben bu dünyaya ilk gözümü açtığımda para karşılığında birilerine verilmişim babam tarafından. Benim adım Yasemin... Dokuz yaşına bastığım güne uyandım. Nerden bilecektim o gün benim kıyametim kopacak? Okulumuza yeni bir öğretmen gelecekti şehirden. Ben onun heyecanı ile okul için hazırlanırken aniden kapı çaldı. Anneme bağırdıklarını hatırlıyorum ve ardından annemin ağlayarak bakan gözlerinde kayboluşumu. Annem bana gelinliği gösterdi. Önlük yerine gelinliği giyecektim yani. Ben okul çağında küçücük bir çocukken artık sırama değil nikah masasına oturacaktım. Ey benim dokuzuncu yaşım, senin yılların büyük mü bu kadar? Babamın aldığı para benim yaşımdan büyüktü! Ben ağlayarak gelinliği giyip baba evinden çıkmıştım. Baba bana ne yaptın?

Gelinlik değil sanki kefenimi giymişim. Ben artık

imam nikahlı kocama hizmet edecektim. Evlendiğim kişi yataktan kalkamıyordu. Onun bakımını yapıyordum her gün. Eşimin annesi beni her gün döver öyle de temizlik yapmamı isterdi. Arada camdan bakmama bile izin vermezdi. Eşimin iyileşmesini aslında istiyordum. Çünkü annesi bile ona bakmak istemiyordu. Merhamet senin hangi köyünde Ağrı?

Sadakati çekiyor biri damarlarımızdan. Ve aşk yorulmaya degecek bir limanda sakinleşiyor. Vakit akşamı gösterirken ekmek gibi, nimet gibi geldin bana. Senin gibi incedir Sırat Köprüsü. Günahsız adam, eşim oldun... Senin bu yetim çığlıklarına anne olacağım, bilmeni isterim. Kabuslar görüyoruz, birlikte uyanalım... Yıldızlardan göremiyorsun güneşini biliyorum ama ben bu kafesten seni kurtaracağım. Nefese koşacağız birlikte. Köhne gölgelerdeki ağlamalarını biliyorum. İşte tam da bu yüzden sana hiç söylenmemiş sözler söyleyeceğim.

Nasır tuttu hayallerim. Şimdi seni kurtarmak için bu şehrin kafesinden uçuracağım. Bir akşam vakti geldi yine eşimin nöbetleri arttı. Onu hastaneye götürmek için hazırlandım. Eşimin tüm umudu bendim. Hastanedeki doktor ona burada müdahale edemeyeceğini ve şehre inmemiz gerektiğini söyledi. Onu götürdüm buralardan. Biliyordum ki annesi şehre inmemize izin vermeyecekti. Eşimi alıp şehre indiğimde herkes tekerlekli sandalyeyi süren bana bakıyordu. Ben alışmışım çocuk değildim artık, sadece yaşım çocuktu. Şehrin doktoru evinde hizmetçilik yapmama karşılık, bizi saklayacağına ve eşimi iyileştireceğine dair vaatlerde bulundu. Ben de kabul ettim.

Yıllar geçmişti. Bizi tüm köy halkı ölü sanıyorlardı.

İzimizi kaybettirmiştik. Hatta mezarımız bile varmış öyle söyledi doktor. Ben de artık on sekiz yaşına basmış, genç ve alımlı bir kız olmuşum. Eşim günden güne iyileşiyordu. Ama doktor artık beni eşimden kıskanmaya başlamıştı. Onunla resmi olarak evlenmemi istedi. Eğer kabul etmezsem bizi köye geri gönderecekti. Mecburdum kabul etmeye.

Eşimi bir daha o kafese hapsedemezdim. Evde sade bir nikah düzenleyerek evlenmişim. Tekerlekli sandalyedeki o bakışlar beni mahvetmişti. Ona hiçbir şey söylemezdim.

Doktor bana olan sözünü tutuyordu ve eşim iyileşiyordu. Asıl şimdi ne yapacaktık? O iyileşince ne olacaktı? Günün birinde eşim ayağa kalktı, o an duygulanıp ağladım. Başarmıştı... Artık hem konuşuyor hem de yürüyebiliyordu. Benimse karnımda bir bebek vardı... Doktorun yanında kalmaya mecburdum. Eşimin gitmesini istemiyordum ama ona gitmesi gerektiğini söyledim. O da gitti.

Ve oğlum dünyaya gözlerini açtı. Doktor, oğlumuzu aldı ve beni evden kovdu. Gidecek bir kapım yoktu. Boshanmıştık ve mahkeme oğlumun doktora vermişti. Daha sonra ben iş aramaya başladım. Kimse beni işe almıyordu. Çaresiz ve bir başımaydım. Dokuzuncu yaşım bana çok şey öğretmişti...

İlk eşimden yıllarca haber alamadım. Bir gün çöpten bulduğum gazetede onun resmini gördüm. Ünlü bir iş adamı olmuştu. Adresini bulup yanına gitmeyi çok istedim ama yüzüm yoktu. Böyle de bekleyemezdim. İş yeri ne vardığımda beni güvenlik şefi içeri almadı. Bağırardım, çağırardım. Sesimi duymuş olmalı ki kapıya geldi. Beni

gördü ve odasına aldı. Tam ona her şeyi anlatacakken parmağındaki yüzük susmama sebep oldu. Ben parmağındaki yüzüğe bakarken o da bana nişanlısını anlattı. Düğün davetiyesini ellerime koydu. Sonrasını hatırlamıyorum, hastanelik olmuşum.

İlk eşim bir gün yanıma geldi. Barakadan evimi görünce çok şaşırdı. Ben de her şeyi ona anlatmak zorunda kaldım. Oğlumu almak için ilk eşimle tekrar evlendik. Ve mahkeme oğlumu bize vermişti. Oğluma bir babadan daha fazlası olacağına emindim. Çünkü onun kalbi her zaman sınımsızdı. Bana her şeyi sen öğretmiştin dokuzuncu yaşım. Hata yapmayı, sevmeyi, bu şehrin zulmünü... Ağrı Dağı'nın eteğinde uçan güvercinler kanadını kırdı artık. Ben bu sona yazılmışım, şehrimin alın yazısına!

SESSİZLİN ÇIĞLIKLARI

BEN EVVELDEN BERİ YÜRÜDÜĞÜM bu illeti yolda yürümekteyim. Güneş yakıyor kavruk tenimi her gündüz vaktinde. Şikâyet etmem yine de, bu benim yolumdur, der güneşin geldiği yöne şükranlarımı sunarım. Ömrümün gurbet mevsiminde bulutların ağzından boşalıyor sağanaklar. Ben eskimiş yıllarıma dalarken, sessizliğimin ince belli çizgisi dolanıyor dudaklarıma. Ne bir ses çıkarabiliyorum ne de ağlayabiliyorum. Bu yol nedir, nereye çıkar bilmeden yürürken bir soru geliyor gözlerimin önüne. Ve perde aralanıyor...

Fırtınanın lisanına kulak veriyorum. Gecedен kalma sanki biraz. Bana bağıyor, hırçınlaşıyor ve lodosunu üstüme salıyor. Ben nefesime yenik düşüp afallıyorum. Ruhumu sarıyor sarp dağlar. Ben yine de yoluma devam

ediyorum. Yolun üzerinde birçok iz var ama kimlikleri saklı sanki. İzlerin sahiplerini arıyorum ama bulamıyorum.

Girdiğim girdabın içerisinde mahvolurken birden ürperiyorum. Sanki kuyuya kapatıldım. Her yer öylece karanlık. Fakat yenik düşmüş olsam da haykırışlarım tükenmiyor. Bir anlam arıyorum, kuyunun dibinden yeryüzüne çıkabilecek kadar derin ve büyük bir anlam. Sonra bakıyorum ki gözlerimin feri hala sönmemiş. Demek hala sığınacağım bir liman var.

Sustuğum tüm şiirlere tövbe ediyorum. Bir firak gibi donuyor elemlerim. Kendimi bulduğum kelimelere sıkıca sarılıyorum ve bırakmak istemiyorum. Geleceğe, geçmişte kaybettiğim benliğimi bulup, ellerimle taşıyorum. Vakit geç olsa da sır erdiremediğim dul bir bakış var üzerimde. Bu bakışlar sanki bana ait. Üzerime sinen bu koku, asla vazgeçmediğim için belki de.

Sen her şeye rağmen yürü o yolda. Ayağına diken mi battı? O yolun acısına varmadan bilemezsin ağlamanın bu kadar sende var olduğunu. Hatta gülümsenin de bir o kadar yüzüne yakıştığını.

İnsan kaybetmemeli kendisini. Sımsıcak sevgisini sunmalı kendine. Eğer kaybettiyse kendini, üzülmemeli. Çünkü her insan elbet hata eder. Önemli olan aslına dönmektir. Herkese aralanmaz sır kapıları. Sen ve ben görebildiysek eğer ne mutlu!

Fırtınan dinecek ve tatlı bir melteme dönüşecek elbet! Seni sensiz yapan sessiz çılgınlıklarına kulak ver.

ŞAİR

GÖZLERİM KAPANIYOR, BİR YILDIZ GİBİ doğuyor dünya. Sensiz doğan güneşin çehresi soluk! Meçhule kazılan mezarlar gibi; ıssız, serseri hayaller gibi matemindeyim ufkun. Tutuşan alevler gibi acıklı ahlarım. Yorulmuş ruhum çok nedeni var kaybetmeye. Senin sesin sert rüzgara benzer sevgilim. Boğuluyor dilim, nefesim yetmiyor sana. Rüzgarın ılık sesi geliyor hoş bir sedayla. Benim bir şairim var yarama dokunan. Biri var aşka münhasır! Bana yirmili yaşlarımı hatırlatıyor ateş saçan sevdam. İlk şiirimi ve ardından kanat çırpın hülyalarımı... Yine bir şairin kalbindeyim. Başka bir yer bana kucak açmaz.

Nelerden vazgeçti şu deli gönül bir senden vazgeçemedi. Dinmiyor yaramın kabuk bağladığı yer... Sen kal-

bimde kanadıkça, ilelebet yara dolacaksın içimde. Duyuyor musun içimdeki acıyı? Yalnızlığımın mateminde bir buse gerek senden. Aşkın gecesi bitmiyor. Hasretin duası el uzatır güneşlere. Bir perinin hüznüne Mecnun'um! Ey ümitler sunun bana Kevser! Gökyüzünün en yaşlı yıldızının sancısı kalbime dokundu. Benim inciniyor ürkek yanım. Vazgeçişlerime şiir yazıyorum. Ağlamaktan yorulduğum doğru. Bir şarapla mest oldum sana! Sana döküyorum tüm matemimi derin sular. Kanayan yağmur tenimde akan bir sudur. Suçlu mudur? Artık yeter kalbin karanlığı! Ey gönül fezam karar günahlarımla. Bana artık güllerini ver. Yanayım bir daha cayır cayır.

Uçurumlarda benim sevdam. Gözlerimde ıslak bir gölgen kaldı. Bütün ışıklar sönük. Neden ölü sesler var dudaklarında? Seneler geçiyor, karanlık geceler başlıyor duyuyorum. Siliyorum şarkımı. Ben unutmam seni ama ellerin neden uzaklarda? Neden ölü doğmadım annemin kucağında? Gömül ruhum mezarlara... Damarlarıma kan verme. Bunlar beni ağlatmak için mi? İşitmiyor kulağım o saf sesi. Bekliyorum o kayan yıldızı. Sen bilmezsin kıyametler gözlüyorum. Kaçıyorum kışlardan. Son bir kez gülmek istiyorum yüzüne. Savrulmak istiyorum senin çöllerinde bir kum misali... Kadehlerim kırıldı. Rüyalarım yok artık. Boş hayallerim. Ne görmek istiyorum ne de işitmek. İsterim ki sen çal benim kaderimi. Ölmek istemiyorum yeni bir aşka uyanmak... Sarhoş sedaların sesi kısık. Zamirimi yok sevdamin. Sadece sıfatı var seviyorum!

DELİKANLI ÇAĞIM

KARANLIK BİR SOKAKTAYIM. Bütün evler ışığını saklıyor benden. Ben karanlığın mayhoşluğundayım. Gideceğim adresi bilmiyorum. Ona atıyorum adımlarımı sanki. Sahi kime yürüyorum?

Ben meçhule kazınırken bu karanlık sokakta, sözün bittiği dolunaya yaklaşıyorum... O bilmez kimliğimi. Kimliksizim lakin unutamadığım bir şarkı var dilime dolanan.

Delikanlı çağım, neredesin şimdi? Herkes terk ederken beni sen vazgeçme benden. Affet beni! Şu avareye ses ver. Arıyorum sende kalan sesli harfleri. Ben sesimi o sesli harflerde bulmak istiyorum.

Bu kalabalık duymaz çığlıklarımı. Sen kulak ver. Bi-

liyorum ki bir gün duyacaksın adındaki sesli harflere bakıp, anlayacaksın sen dolu nefesimi!..

Gitme! Seni sensiz yaşayan kalbim yanar! Külleri savrulur anılarımıza... Delikanlı yaşım, derin bir an gelir solar tüm çiçekler!

Vakit sonbahar değil ki neden bu hazin iç çekiş? Hani bize, güneş batmaz, derdin... Ömür denilen bu masalda neden bu ayrılık şarkısı?

Bizi bize bağlayan, noktalar değil, virgüllerdi hani? Şimdi her kelimenin sonunda noktalar var bizi bizden ayıran!

Gidiyorsun delikanlı çağım, üstümüze sağanaklarını boşaltıp. Ben bu yükü nasıl taşıyım sensiz? Hasret sardı bedenleri... Bir şiir gibi yaşıyorum ayrılıkları. Ağlamaya gözyaşı dayanmaz! Bestemi dağıtıyorum ellere. Artık sende değilim. Ölmek mi lazım?..

GECE

VE NARASINI SOĞUK BİR ZARFA sığdırılıyor gece. Anlatıyor esrarını tüm hüznlerin. Sevmek dile geliyor... Sarıp sarmalıyor semayı denizin aşkı yeniden. Selam getiriyor kuşlar. Aşklarına şahit oluyor dolunay. Tüm düşler gerçek oluyor...

Kırıldım çok, yoruldum... Bu yabancı dalgalar nereye götürüyor sevdami? Bu iki mavi neden küs birbirine? Saklambaçların şenliği dururken, çocukların tebessümlerinde bu ağıt hangi filmin sahnesinden geliyor? Dilek ağacında asılan dilekler nerede? Neden adı yok bu şehrin? Nereden geliyor bu selamsız kuşlar?.. Bu gökyüzü neden rengini geri istiyor denizden? Soğuk gecelerin kederinde kayboluyorum. Amansız yağın yağmurdan hesap sorar çamura batmış gönüller. Yine bir gülüşünle yanıyor kandiller... Yangının dağılır yüreğime. Bağırır tüm boşluklar...

ÇALMAYACAK ARTIK TAŞ PLAKLAR ŞARKIMIZI

*O kısacık mutlu yılların ardından
Bir hazan mevsiminde seni,
Benden kopardılar en acımasız!
Bir hü zün kapladı yüreğimi,
Elveda kampanası çalarken,
O ayrılık saatinde!
Martılara sordum seni.
Onlar da benimle beraber, ağladılar.
Hissediyorum bir daha dönmeyeceğini.
Çalmayacak artık taş plaklar şarkımızı
Ben yine umutlarımı yaşatmaya çalışacağım.
Islak sokaklarda!
Belki yarın çok uzaklarda olacağım,*

*Islak sokaklarda!
Belki yarın çok uzaklarda olacağım.
Susayan dudaklarımda ismini anacağım,
Feryadı figan can hıraş!*

Turan SAĞLAM YÜREK

ÇARESİZ

*Ayak izlerini arıyorum,
Islak sokaklarda çaresiz!
Gözlerimdeki ırmaklar seller boyu, sırsıklam!
Anafor döngelerinde seni arıyorum,
Çaresiz!
Fersahlarda gözlerini görüyorum,
Mavi, mavi.
Çıldırıyor beni bu seraplar,
Sensizliklerde!
İsyan edip kahroluyorum yalnızğımda.
Geceler, sen ve yalnızlık.
Duyuyor musun beni?
Şimdi o şarkılar var dudaklarımda.
Ben şimdi yıkık ve ezgin.
Bir umut arıyorum,
Islak sokaklarda.*

Turan SAĞLAMYÜREK

GECELER, SEN VE YALNIZLIK

*Geceler, sen ve yalnızlık.
Beni kahreden bu sersefil duygular.
Beni her gün öldüren,
Perişan eden sensiz geceler!
Bir hissedebilsen bu acıları,
Belki bir gün dönüp gelirsin bana!..
Bir başka gösteriyor şimdi aynalar beni.
Tanıyamıyorum kendimi.
Bu ben miyim?
Zamansız sarmış saçlarımı karlar.
Yalnızlığımın ayazlarında üşüyorum,
Tiril, tiril.
Mısralar döküyorum seni, şiir şiir!
Geceler, sen ve yalnızlık.
İsyankar bütün duygularım sensizliğe.
Boğazımda düğümleniyor, hançeri feryatlar.
En acımasız hınca hınç!*

Turan SAĞLAMYÜREK

GİDİYORUM İŞTE

*Gidiyorum işte sana elveda demeden!
Bilemem o güzel gözlerinden, akacak mı gözyaşları?
Yoksa hiç umursamadan,
Bir başkasına mı, açacaksın kollarını?
Gidiyorum işte, bir daha hiç dönmeden,
Anılarla beraber!
Bilemem gül rengi Ruhsar'ın,
Sarılar mı yaprak yaprak?
Söyler mi yine dudakların bizim şarkımızı?
Yaşatır mısın beni şiirlerinde?
Gidiyorum işte bir daha hiç dönmeden.
Bütün hüznlerimi sırtlayarak,
Anılarla beraber!
Bilemedim o ağacın altında,
Beni bekler misin?
Dönmeyeceğimi bilsen bile!
Yine gözlerin beni arar mı peronlarda?
Yine içten sever misin, eskiden olduğu gibi?*

Turan SAĞLAMYÜREK

GÖKYÜZÜ MASALLARI

*Kağıda düştü kara sevdanın izi, ruhuma işlediği anda
kelamın nefesi;
Anlattı gözlerimin içindeki sıcak, efsunlu rüyanın
perdesini.
Dilimin ucundan aralayamadığım sükutu bozan harfler
boşaldı.
Uçmak için önce yok olmam gerekirdi, gece ışığını
söndürdü.
Beklemeliydim, daha güneşin kor ateşi semada yıldızları
kavuracaktı.
Göğün rengi önce yanacak, sonra bir bir taşıp hayatın
içine bulaşacaktı.
Senin rengin nedir dedim, sustu.
Oysa tek bir rengin içinden sonsuz rengin şarkısını
fısıldıyordu hepimize.*

*Ve hasreti bulutlara yükledim uçabilmek için.
Yüküm ağır geldi, sağanaklar boşaldı üstümüze.
Yüzümdeki çizgiler kadar, nefes verdim gökyüzüne,
Sisli bir sema bırakıverdi arşın katmanlarına.
Göğün rengi izin vermiyordu kavuşmamıza.
Işıklar açılınca, hazanımdan koparılıp gelecektim yanına.
Çiçekler, koparılınca dalından bir nefeste uçarlardı hani
semalara?
Ellerim çok kısa, uzanamasam da seni bilir, beklerdim ben.
Bugün sulandığım toprak, camın kenarında ezberlediği
yollarla birlikte,
Sesinden masallar duymak için, gökyüzüne döndü yüzünü.
Uçabilmek için seni bekliyor.
Biz seninle, gökyüzünün masallarında kavuşacağız,
bekletme!*

Betül KELEŞ

SON ŐİR

*Kusuyor deniz öfkesini güzel adama,
Hırçın deli, divane; dönüşünce dalgalara,
Kaplıyor afakı zifiri bir karanlık.
Biz göklerden toplarız ince kaderlerini mazlumların,
Haya fışkıran güneşin yüzüne su serpmeye gör!
Uzaklardan sesleniyor bana bir rüya,
Belki kırklı yaşlarım gibi, belki şimdiler gibi.
Burası dünya, yarım kalmış bir gezegen...
Son defa bahar, son şiir okunan pencereme!
Güzel adamlar, güzel kadınlar getirmiş şiirlere.
Burası mazlumun çığlığı,
Burası dünya, bitecek ya hu!
Unutulduk deme bana,
Biz gölgeye yazarız şiirleri.
Karanlıktır bir yüzümüz.
Sükûtu kelamla bozar,
Kalemle ağlatırız gözyaşlarımızı.
Her ışık bir gölgeye saklıyor nefesini.
Benim nefesim bilinmeyen bir gölgede saklı!
Sana sadece şiirlerde yaklaşıyorum,
Aramızda kalsın,
Geçemiyorum gecedem,
Tozlu raflarda tüm şiirlerim.
Bitti artık!
Ölü şiirler, ölü şairler gölgemde.*

Betül KELEŞ

GENÇLİK TÜRKÜSÜ

Gökyüzünün girdabında,
Yıldızlarınla mest oluyorum.
Sessiz gecelerinde gördüğüm rüyalar doğacak.
Dağlarının eteğinde güvercinlerin efsunlu türküleri,
Karlarının içerisinde bir zümrüdü parıldatır.
Mazinden gelen bir nur gönlümü ferahlatır.
Köhne bir çığlığın enkazından doğar güneşin.
Kalbimin celladı ruhuma yapışmışken,
Ağıt tutarken toprağındaki çiçekler,
Güneş terk etmişken evimin duvarlarını,
Gözyaşlarım düşecek bir bulutun ağzından!
Saçlarımın ağardığı tufanlar cehennemim olur.
Toprağındaki ruh, titretir dünyamın benliğini.
Yangınlı şiirler sana sunulurken,
Benden son söz, bir köz daha...

Betül KELEŞ



Desteğim Seninle Her Yerde Darülaceze Gönüllüler Projesi,
Gençlik Projeleri Destek Programı (2020-1) kapsamında
Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından desteklenmektedir.
“Yaşamın İçinden” kitabı, projenin *İleri Yaş Yazarlar Atölyesi*nin
bir çalışmasıdır.



Yaşamın İçinden kitabı yaşlı bireylere yaşam deneyimlerini paylaşabilecekleri bir olanak sunacaktır. Burada yaratıcılığın, üretkenliğin, yeteneklerin ve motivasyonun daha ileriye taşınmasına yardımcı olmak hedeflenmektedir. Gerçek yaşam öykülerinden ve Darülaceze sakinlerinin şiirlerinden oluşan kitap, gençler için eşsiz bir pusula olacaktır.

Yaşlı bireylerin yaratıcı bir çalışma ile üretkenliğin verdiği duygusal doyumu yaşamalarını sağlarken, gençlerde gönüllülük erdemini ortaya çıkarıp sosyal sorumluluk farkındalığını pekiştirecektir.

“Dünün gençlerine destek olmak için bugünün gençleri her yerde” sloganı ile çıktığımız yolculuğumuzun nice anlamlı yeni projelere ilham olması dileğiyle.



Bu kitap çevreci kağıtla hazırlanmıştır.



ÜSKÜDAR
ÜNİVERSİTESİ
YAYINLARI - 43

ISBN: 978-605-9596-47-3

