

İçsel Mücadele: Kenneth'in Öyküsü

Joy Allen

(Çev: Özgür Salur)



MÜZİK TERAPİ
AKADEMİSİ

Olgu Sunumu Üzerinden Kişisel Deneyim Çalışması

Bu metin, bir müzik terapi sürecini terapistin gözüyle özetleyen bir olgu örneğidir. Böyle bir olgu örneğini ilk kez okuyorsanız, uyanan duygu, düşünce ve duyumsamalar (bedensel hisler) ağır gelebilir. Bu son derece insanîdir, doğaldır. Metni okurken kendi zihin ve bedeninizde oluşan duygu, düşünce ve duyumsamaları ayrı bir deftere yazmanızı öneririm. *“ddd” yazan yerlerde özellikle durunuz ve buna zaman ve alan açınız.*

Çalışmayı zamana yayarak yapmanız, içeriği daha verimli hazmetmenizi sağlayabilir.

Çalışma sırasında zorlandığınızı hissettiğinizde ara verip kendinizi rahatlatacak, ihtiyaçlarınızı karşılayacak şeyler yapabilirsiniz. Kendinize özenle yaklaşmayı ihmal etmeyin lütfen.

Berklee College of Music - Müzik Terapi bölüm başkanı Dr. Joy Allen’ın yazarı olduğu bu olgu örneğinin orijinaline <https://voices.no/index.php/voices/article/view/783/673> adresinde ulaşabilirsiniz.

Türkçe’ye kazandırmaya çalıştığım bu çalışmanın müzik terapiyi tanımak isteyen ve terapist olma yolunda ilerleyen arkadaşlarıma faydalı olması dileğiyle..

- Özgür Salur

Özet:

Müzik terapinin, kronik bir hastalıkla yaşarken karşılaşılan ağrı gibi fiziksel sorunlara ve bununla beraber duygusal ve manevi zorluklara hitap etme özelliğiyle eşsiz bir yapısı vardır. Bu vaka sunumu, 31 yaşında, Burkitt lenfoma ve HIV tanısı almış bir yatan hastayla, Kenneth'le yapılan müzik terapi seanslarını anlatıyor. Yedi ay süresince tekrarlayıcı şekilde sunulan müzik terapi seansları, biopsikososyal bir yaklaşımla, ağrı yönetimi, duygusal ve manevi iyileşme ve aile dinamiklerine odaklanıyor. Kenneth'in ve ailesinin tedavi sürecindeki aşamalar, terapistin kişisel düşünce ve hisleriyle beraber anlatılıyor. Hastanede psikiyatri dışı hastalarla çalışmanın doğasında yatan destekleyici tutum sebebiyle sınırlar değişkenlik gösteriyor. Kendinden ortaya çıkan paralel süreç, hem katılımcının hem de terapistin farkındalığında ve iyileşmesinde güçlü bir vasıta oluyor.

Anahtar kelimeler: Kanser, müzik terapi, ağrı yönetimi, biopsikososyal

İçsel Mücadele: Kenneth'in Öyküsü

Sağlık kurumlarında çalışan müzik terapistler, hastaları genellikle davranışsal ve fizyolojik yanıtlarına odaklanarak, yalnızca tek bir seansta değerlendirirler ve müdahalede bulunurlar. Ancak yaşam ve sağlık, her zaman öyle tek bir reçete veya tıbbi müdahaleye uygun değildir. Komplike sevkler geldiğinde, sözde bir “her derde deva müzikal şipşak çözüm” gerçekçi değildir, hatta kabul edilebilir de değildir. Terapist, rahatsızlığın, ailenin ve hastanın fiziksel ve duygusal gelişimindeki etkisini azaltmaya çalışır. Bunu yaparken durumla ilgili derinlemesine bilgi edinmek ve gerektiğinde aileyi zor durumlarla yüzleştirebilmek için, bu çabaya karşı odada doğan tepkileri ve deneyimleri de değerlendirmesi ve tetkik etmesi gerekir. Bu ileri seviyede çalışırken, işimizin doğasından kaynaklanan bazı riskler doğar. Bazen, terapist de kendi hayatında katılımcıyla benzer bir zorluktan geçiyordur, ki bazen bunu hiç fark etmiyordur bile... Bir kaybın yası... Cevap arama, kararsız kalma... Kontrol kaybı hissi... Veya diğer duygusal ve ruhsal acılar... İşte o zaman, farkında bile olmadan bir “müzikal şipşak çözüm” bulma çabasına girebiliriz, ama bu çözümle aslında yalnızca kendi dertlerimizi veya yaşamsal zorluklarımızı hafifletiriz. Farkında bile olmadan ihtiyaçlarımızı katılımcının ihtiyaçlarının üzerine koymuşuzdur. Ne zaman ki, bu karşı aktarım baş gösterdiğinde onu tanırız, kabulleniriz ve ardından üzerine kafa yorarız, işte o zaman sağlıklı olan yolda ilerleyebiliriz. İşte bu vaka incelemesinde, böyle bir komplike sevk durumundaki deneyimlerimi paylaşacağım.

Bu olgu sunumu, Burkitt lenfoması olan ve HIV taşıyıcısı bir hastanın duygusal savaşını anlatıyor. Ve tabii ki, müdahalede bulunurken benim yüzleştiğim duygusal savaş ve zorluklar.. Kanser, geçici veya kalıcı olarak insanların hayatlarını altüst ediyor, hayallerini, umutlarını, kariyerlerini, hayattaki büyük planlarını, sağlamlık ve güven hislerini bozuyor (American Cancer Society, 2012). Hisler, her kişide ve her ailede kendine has şekillerde canlılığını yitiriyor. Bir de buna, düşünün ki, çok kuvvetli bir negatif çağrışım ve damgalamaya sebep olan HIV tanısı eklenmiş (Brown, Macintyre, & Trujillo, 2003; Galvan, Davis, Banks, & Bing, 2008; Parker & Aggleton, 2003). Böyle bir durumda, sağlığa yönelik müzik kullanmak istediğimizde, hem kişiliğin çok boyutlu halini, hem de çok boyutlu müzikal teknikleri kullanmamız gerekiyor ki, bu yeni varolma haline ulaşabilelim, bu yeni varolma halini keşfedebilelim, dinlendirebilelim ve belki de bu yeni yapılanışa katkı sunabilelim (Allen, 2007). Burada müzik terapinin amacı, kanserden kurtulma mücadelesine zarar verebilecek şu unsurlara değinmek: acizlik hissi, mücadele ruhu yoksunluğu, bitkinlik, hisleri dışavurma zorluğu, öfke, kaygı, endişe ve depresyon (Allen, 2007).

Kenneth, 31 yaşında bekar bir öğretmen. Hastaneye ilk yatış sebepleri inatçı ağrı, hiperventilasyona sebep olacak boyutta aşırı kaygı ve sol koltuk altındaki kütle. Biyopsi sonucunda Burkitt lenfomayla tutarlı kemik iliği tutulumu sonucu alındı. Ayrıca Kenneth'in karaciğer ve sağ böbreğinde de lezyonlar tespit edildiği belirtilmişti. Bununla yetmiyormuş gibi, rutin bir tarama sonucunda Kenneth'in HIV pozitif olduğu ortaya çıktı. Kenneth duygusal açıdan zor bir dönem geçiriyordu. Aşırı derecede depresifti, aynı zamanda IV. evre

Burkitt ve HIV için başlayacak kuvvetli tedavi süreci konusunda da kaygılıydı. Tanı konduğunda cerrahi müdahale ile katater portu ve başına Ommaya haznesi takıldı. Hyper-C VAD kemoterapiye, kaygı ve mide bulantısı için Ativan isimli ilaca, depresyon için Lexapro'ya, ağrı için morfine ve bakteriyel enfeksiyon için Levaquin'e başlandı. Ek olarak da HIV semptomları ile mücadele için Atripla'ya. Kenneth, bu tanılarla baş etmede güçlük çekiyordu, özellikle de HIV'le. Ailesinin bu tanıdan haberdar edilmemesini talep etti.

Kenneth için yönlendirmeyi, hastaneye yatışının üzerinden bir hafta geçmişken, yüksek seviyede kaygı sebebiyle aldım. Odasındaydı, yatağında yatıyordu, oda her yaştan aile üyesi tarafından tamamen doldurulmuştu. Odadaki kalabalığı gördüğümde şoke oldum, hareket edecek hiç yer kalmamıştı. Ve bence daha da kötüsü, hepsi, sadece oturuyor ve gözlerini Kenneth'e dikmiş, sanki bir mucize bekliyor gibi bakıyorlardı. ddd

Kendimi tanıtmaya başlamıştım ki bitirme imkanı bulamadan Kenneth söze atladı, şöyle sordu: "Buraya cenazedeki müziği planlamaya mı geldiniz?" ddd

Bir katılımcıdan beklenmeyecek bir tepkiydi, ama bu soru, Kenneth'in baş etme mekanizmaları ile ilgili önemli fikirler verdi.

Sesini Geri Bulma / Aileyle Yeniden Bağlanış

Kenneth'i, cenazesini planlamaya gelmediğime ikna ettikten sonra, kısaca burada kaygı ve ağrı sorunlarını ele almak için bulunduğumu açıkladım. Yüzü rahatladı ve müziğe olan tutkusundan bahsettikçe de aydınlandı. Halk müziğinden klasik müziğe, ilahilerden sanat müziğine ve pop müziğe her tür müziği çok seviyordu Kenneth. Ve şarkı söylemeyi de çok seviyordu, hatta ailesi, çok içli bir sesi olduğunu söylüyordu. Kenneth'e şu an şarkı söylemek isteyip istemeyeceğini sordum ve farklı türlerden şarkılardan oluşan uzun bir liste uzattım. Seçimi, "I Believe I Can Fly" ("Uçabileceğime İnanıyorum") oldu (Kelly, 1996).

<https://www.youtube.com/watch?v=LbUpPVOEkdA>

Gitarda akorları çalmaya ve sözleri söylemeye başladığımda gözlerini kapattı, müziğin ritmiyle bedeni bir o yana bir bu yana salındı, arada bir de parçaya eşlik etti. Nakaratta ona aile üyeleri de katıldı. ddd

Bir sonraki istediği şarkı, "What a Wonderful World" ("Ne Mükemmel Bir Dünya") idi. (Weiss & Thiele, 1967).

<https://www.youtube.com/watch?v=A3yCcXgbKrE>

Yumuşak bir tuşuyla çalmaya başladım, ardından düşük bir sesle şarkıya girdim. Kenneth yine gözlerini kapadı, müzikle salınmaya başladı, arada bana katıldı. Müzik ilerledikçe uyuyakalmaya başladığını fark ettim. Kendini rahat bırakıp dinlenmesine fırsat tanıma amacıyla gitarı yumuşak şekilde çalmaya devam ettim. Seans, Kenneth'in uykuya geçmesiyle ve aile üyelerinin gözleri kapalı şekilde dinlenmesiyle son buldu.

İlk seansın değerlendirmesine gelirsek, Kenneth'i çok kaygılı gördüm. Büyük ihtimalle başına gelen onca şeyi işleyememişti ve bunların üzerine bir de aile üyelerinin kaygılarını taşıyordu. Hem odadaki kalabalık, hem de bu kalabalığı oluşturan kişilerin odadaki varlığının Kenneth üzerindeki etkisi beni endişelendiriyordu. Odada olmaları yarardan çok zarar mı sağlıyordu acaba? Kenneth'in hemşiresiyle konuştuğumda, ailesindeki hiç kimsenin HIV durumunu bilmediğini öğrendim, buna kız arkadaşı da dahil. Diğer bir öğrendiğim de Kenneth'in bunu onlara söylemeye korkuyor olduğuydu. Buna ek olarak, aile üyeleri 24 saat Kenneth'in yatağının başında duruyorlardı ve bu da sağlık ekibinin Kenneth'e tedaviyi anlatmasını zorlaştırıyordu.

Kenneth'in müzikle güçlü bir bağı olduğu belliydi ve ilk seanstaki tepkileri müzikten faydalanacağını göstermişti bana. İlk hedeflerimi kaygıyı düşürmek ve eş zamanlı şekilde kendini ifade olanaklarını artırmak olarak belirledim. Kenneth'e "sesini" bulmasına yardım etmem gerektiğini hissediyordum, bu sayede destek sistemiyle bağlantı kurabilecekti.

Kenneth'i yoklamaya devam ettim, ancak bir sonraki çalışmayı yapmamız, birkaç günü buldu. Yalnız ikinci seans için odaya girdiğimde bir değişiklik fark ettim. Yine birkaç aile üyesi vardı, ama bu sefer, Kenneth'in tebessümü ve müziğe hevesiyle karşılandım. Önce damar yolundaki bir sızma probleminin yarattığı kaygıyı biraz azalttık, ardından Kenneth şarkı

listesine bakmak istedi, "Şarkı söylemek istiyorum" dedi ve dini şarkılardan seçimler yaptı. Parçayı çalmaya başladım, Kenneth şarkıya girdi ama kendi sesinden fark edilir derecede sıkıntı duydu ve parçayı başka bir tondan çalmamı istedi. Birkaç dakika farklı tonlar deneyerek *kendini rahat hissettiği* bir ton bulduk. Bu seçim sürecinin önemli olduğuna inanıyorum, çünkü bu, Kenneth'in, hastane ortamında kontrolü elinde tuttuğu çok az sayıda alandan biri. Şimdi geriye dönüp baktığımda, bunun, Kenneth'in sesini geri kazanması yönündeki ilk adım olduğunu görüyorum.

Tonunu da bulmasıyla, şarkıya başladı... Sesi yumuşaktı ama içliydi, berraktı ve duyguluydu. Parçayı beraber söylerken, göz kontağımızı da sürdürdük. O, ana vokal melodisini okurken, ben de ona yumuşak bir şekilde destek vokaliyle eşlik ettim. Söyledikçe, bedeninin rahatladığı görülüyordu, bu da, ailenin de rahatlamasının başlangıcı olmuştu. Bu şekilde birkaç parçayı beraber söyledikten sonra Kenneth'e Farther Along ("İlerde") isimli parçayı bilip bilmediğini sordum (Stevens, 1911).

<https://www.youtube.com/watch?v=igrBCBlsovU>

Tempted and tried we're oft made to wonder
Why it should be thus all the day long
While there are others living about us
Never molested though in the wrong
Farther along we'll know all about it
Farther along we'll understand why
Cheer up my brother live in the sunshine
We'll understand it all by and by
When death has come and taken our loved ones
It leaves our home so lonely and drear
And then do we wonder why others prosper
Living so wicked year after year
When we see Jesus coming in glory
When he comes down from his home in the sky
Then we shall meet him in that bright mansion
We'll understand it all by and by
Farther along we'll know all about it
Farther along we'll understand why
Cheer up my brother live in the sunshine
We'll understand it all by and by

Gözleri parladı! Eşlik edebilmesi için sözlerin yazılı olduğu kağıdı uzattım, daha ben çalmaya başlamadan Kenneth ilk kıtayı söylemeye başladı ve odada sesler kesildi. Ben nakaratta katıldım ve onun sesinin zayıfladığı yerlerde destek sağladım. Nakarattan sonra ikinci kıtaya girmemi işaret etti, ardından o bana nakaratta katıldı, bir sonraki kıtayı tekrar o aldı. Kıtaları bu şekilde, bir o - bir ben söylemeye şarkının sonuna kadar devam ettik, son kıtayı ise Kenneth tek başına söylemek istedi. Bitirdiğimizde, sessizlik hakimdi odada. Bu ânın, odadaki herkes için derin etkisini anlatmaya kelimeler yetmez. Kenneth'in sesi ve şarkının sözleri acıyı yansıtıyordu. Bu hastalığın neden Kenneth'i bulduğu konusundaki bilinmezliğin ve anlaşılmazlığın acısını... Çalışmanın ardından ortaya çıkan duyguları sözlü olarak işlemeye gerek yoktu, çünkü Kenneth'in okuyuşu ve şarkının sözleri, o duyguları en iyi şekilde yakalamıştı. ddd

Tam bu ânın seansı bitirmek için doğru ân olduğunu düşünüyordum ki, Kenneth daha fazla müzik istedi. İçgüdülerime güvenerek "I'm Your Angel" ("Ben Senin Meleğimin") parçasını bilip bilmediğini sordum (Kelly, 1998).

<https://www.youtube.com/watch?v=Kzdek13Qj8c>

Güçlü, ilham verici sözleri olan, pop/R&B türünde bir parça bu. Bu şarkıyı seçme nedenim, parçanın türü ve sözlerinin güçlüklerle mücadele üzerine yazılmış oluşu. Sadece Kenneth değil, ailesi için de seçtim bu parçayı. Hem Kenneth, hem de ailesi, ben şarkıyı çalıp söylerken duygulandılar, bazı noktalarda ise bana katıldılar ve göz göze şarkıyı söylediler. Şarkı bittiğinde kısa bir sessizlikten sonra Kenneth haykırdı: "Oh be!.. Tam da buna ihtiyacım vardı.." Bu sefer de, deminki gibi, şarkının sözlerini ve içerdiği anlamı derinlemesine analiz *etmedik*, odadakilerin tepkileri yeterliydi işleme olarak, diğer yandan da odadaki bu enerjinin bozulmadan bu şekilde kalmasını istedim. Toparlanırken Kenneth'in annesi sözlerin yazılı olduğu kağıttan bir kopya istedi. O zaman hiç bilmiyordum ki bu, Kenneth'in yaşam savaşında kendisi ve ailesi için bir tutunma noktası olacak.

No mountain's too high for you to climb
All you have to do is have some climbing faith, oh yeah
No river's too wide for you to make it across
All you have to do is believe it when you pray
And then you will see, the morning will come
And everyday will be bright as the sun
All of your fears, cast them on me
I just want you to see
I'll be your cloud up in the sky
I'll be your shoulder when you cry
I'll hear your voices when you call me
I am your angel
And when all hope is gone, I'm here
No matter how far you are, I'm near
It makes no difference who you are
I am your angel, I'm your angel
I saw your teardrops and I heard you cry
All you need is time, seek me and you shall find
You have everything and you're still lonely
It don't have to be this way, let me show you a better day
And then you will see, the morning will come
And all of your days will be bright as the sun
So all of your fears, just cast them on me
How can I make you see?
I'll be your cloud up in the sky
I'll be your shoulder when you cry
I'll hear your voices when you call me
I am your angel
And when all hope is gone, I'm here
No matter how far you are, I'm near
It makes no difference who you are
I am your angel, I'm your angel
And when it's time to face the storm
I'll be right by your side
Grace will keep us safe and warm
And I know we will survive
And when it seems as if your end is drawing near
Don't you dare give up the fight
Just put your trust beyond the sky
I'll be your cloud up in the sky
I'll be your shoulder when you cry
I'll hear your voices when you call me
I am your angel

Bir seansta çok şey başardığımızı düşünüyorum. Kenneth için müziği dinlemenin yanında *söylemenin* de ne kadar önemli olduğunu öğrendim. Müziği icra etmesi, yorumlaması, Kenneth'e rahatça konuşabilme ve duygularını icradaki duygu yoluyla dışa vurma imkanını tanıdı. Ayrıca bu seans bana da aileyle etkileşime geçme ve onları da sürece dahil etme imkanını tanıdı. Bu da, yaşadıkları hislere ulaşmalarını ve *bana ve müziğe güvenmeye* başlamalarını sağladı. Ve en önemlisi, son şarkıyla atılan tohumlar sayesinde, hastalıkla baş etmede Kenneth'e ve ailesine yardımcı olacak kaynaklara bakmaya başladık. Kenneth'le yapacağımız bir sonraki seans için sabırsızlanıyordum, ama Kenneth, ertesi gün taburcu oldu.

Savaş Devam Ediyor

On gün sonra, Kenneth hastaneye tekrar yatış yaptı, bu sefer kontrol edilemeyen mide bulantısı ve ağrı ile. Odasına girdiğimde onu gözleri kapalı buldum, ama ismini söylediğimde doğruldu ve gayet de hevesliydi. Yine ailesi odadaydı, ama bu sefer yalnızca annesi ve kız arkadaşı. Kenneth daha iyi hissettiğini söyledi, sağ kolu boyunca bir acıdan bahsetti. Birkaç öneride bulundum Kenneth'e, müzik yardımıyla rahatlama da bunlardan biriydi, ancak Kenneth "Şarkı söyleyebilir miyiz?" diye sordu. Şarkı isimlerinden oluşan bir liste uzattım, güncel dini müziklerden birini seçti, daha önce hiç duymadığı bir parçaymış bu: "I Love you Lord" ("Rabbi'm, Seni Seviyorum) (Klein, 1978)

<https://www.youtube.com/watch?v=SYV0ce3ybEA>

I love you Lord
And I lift my voice
To worship You
Oh my soul, rejoice

Take joy my King
In what You hear
Let it be a sweet, sweet sound in Your ear

Şarkıyı söyledikten sonra Kenneth, benimle, beste yapmayı da sevdiğini paylaştı ve yaptığı birkaç besteyi paylaşmak istediğini söyledi. Sesinin gücü ve seçtiği sözler, tanrıyla arasındaki ilişki için güçlü metaforlardı. Melodi o kadar doğal aktı ki, adeta Kenneth'in ruhu beden buldu. Bu sayede, Kenneth'in en önemli destek sisteminin, inancı olduğu daha da aşikar oldu. *Sesi de, kendisini işte bu sisteme bağlıyordu. Ve müzik, Kenneth'in, içinde kıpırdaşan duygulara erişimini sağlayıp dışa vurmasını mümkün kılan bir katalizör vazifesi görüyordu.* Seansı bitirmeye yaklaşırken, Kenneth'e, kaygısı arttığı anlarda müziğe başvurmasını önerdim. Cevabı, annesine bakmak ve şöyle söylemek oldu: "Küçükken, sürekli beraber şarkı söylerdik." Birkaç saniye içinde, annesi tüm odayı da yöneterek şarkı söylemeye başladı. "This Little Light of Mine" ("Bu Küçük Işığım") (Loes, 1920)

<https://www.youtube.com/watch?v=5-OzOJcaM6k>

This little light of mine, I'm gonna let it shine
This little light of mine, I'm gonna let it shine
This little light of mine, I'm gonna let it shine
Let it shine, shine, shine Let it shine!
Everywhere I go, I'm gonna let it shine
All up in my house
Out there in the dark

G Em
İçimdeki küçük ışık, hep seni taşıyacam,
C G
İçimdeki küçük ışık, hep seni taşıyacam,
G Em
İçimdeki küçük ışık, hep seni taşıyacam,
Am D G Am D
taşıyacam taşıyacam taşıyacam
Nereye gidersem,.....
Evimde her yerde,.....
Karanlıkta bile,.....

Ardından, "Down by the Riverside" ("Aşağıda, Nehrin Kenarında") (1927)

<https://www.youtube.com/watch?v=1TuGw7ot2z0>

Hastaneye yatışından beri ilk kez Kenneth'le annesinin arasında bir bağ kurulduğunu görmeye başladım. Artık Kenneth'in annesinin yüzünde korku ve kaygı okunmuyordu, oğluyla böylesine güçlü bir bağ kurmuştu, gülümsüyordu. Seans bitmeden, yine This Little Light of Mine'a döndük, ama bu sefer herkes söylüyordu ve alkışla eşlik ediyordu. Ve spontane biçimde şarkının sözleri, odadakilere destek olacak sözlere dönüştü söylerken. Odadan ayrılırken Kenneth, bir sonraki seansta yeni bir şarkı yazmak istediğini söyledi, hastane sürecinde başından geçenleri konu alan bir şarkı. ddd

Kenneth'in, ailesiyle müzik üzerinden yeniden bağlanması, birbirlerine destek olabilecekleri yolları yeniden keşfetmeleri ve hatta sadece oturup beraberce neşeli vakit geçirebilecekleri bir zaman dilimine sahip olmaları bile, benim için hem dokunaklıydı, hem de ödüllendirici. Canımı sıkmaya devam eden şeyse, Kenneth'in hala ailesi veya kız arkadaşıyla HIV durumunu ve tedavinin doğasından gelecek zorlukları paylaşmamış olmasıydı. Bu gizlilik hali onun üzerine yüksek miktarlarda kaygı yükliyordu ve aile sürekli odada bulunduğu için de, tedavi ekibinden hiç kimse bu kaygıyı Kenneth'le baş başa kalıp işleyemiyordu. Gerçi hasta refakati, odada aynı anda en çok iki kişinin kalmasına izin verecek şekilde sınırlandırılmıştı, ama biliyordum ki, Kenneth için en iyisi bire bir yapılacak bir seanstı. Bu sebeple tedavi ekibine, bir sonraki seansımızda aileyi dışarı alma konusunu açtım. ddd

İki gün sonra, Kenneth'in odasına elimde bir klavyeyle girdim. Annesi ve kız arkadaşı oradaydı, ama kız arkadaşı öğle yemeğine çıkmak için hazırlanıyordu. Kenneth'le beraber, Kenneth'in annesini de araya çıkmaya ikna ettik. Artık şimdi, çalışmaya hazırдық. Kenneth, tek bir melodiyle çalışmaya alıştı, ben de ona destek olmak için doğaçlama şekilde çalmayı önerdim: Ben klavyede birkaç akor çalacaktım, o da böylece, üzerine, istediği veya ihtiyaç hissettiği zaman vokalle girebilecekti. Birkaç akor kalıbı denedikten sonra Kenneth, bir minör caz yürüyüşü üzerinde karar kıldı. Memnun olduğu bir kalıp bulduk, ben bu kalıbı tekrarlayarak çalarken o da gözlerini kapadı, sanki bir meditasyonda gibi. Çok geçmeden mırıldanmaya başladı, eline bir kalem kağıt aldı, şarkının bir kıtasını yazdı ve ardından sesli şekilde söyledi. İlk kıta bittikten sonra ikinciye geçti, önce mırıldandı, yazdı, sonra da sesli şekilde söyledi. Böyle böyle parçayı tamamladı. Bitirdiğinde dermanı tükenmişti, yanaklarından aşağı yaşlar süzülüyordu. Usulca, önce nasıl olduğu sordum, ardından da kıtaları benimle paylaşmayı isteyip istemeyeceğini.

Kendi güvenliğimi sende buldum,
Kalbimin ve ruhumun anahtarlarını çözdün,
Merkür'ün bile ötesinde, sevgiye giden yollar,
En sevdiğim meşe ağacının altında...

Ekleliyim ki hayatta sınanıyorum,
Mutluluğun ve mutsuzluğun arasında gerçeği buluyorum,
Beni mutlu ettiği için seviniyorum,
Hiç de laf olsun diye söylemiyorum, cesurca haykırıyorum.

Nakarat: Çünkü sen benim tek, benim tek, benim tek, benim tek gerçek aşkımsın.

Ve benimle bu yarışa devam edersen,
Bir şekilde sana gösterebilirim
Nasıl olduğunu birinin kalbine aşık olmanın, tıpkı ben gibi.
Kapıdan girdiğini gördüğüm anda sevinişim...
Hoşgeldin arkadaşım, biraz daha uzun kalabilir misin?
Bitmesin...

Nakarat: Çünkü sen benim tek, benim tek, benim tek, benim tek gerçek aşkımsın.

ddd

İlk kitanın tanrı hakkında olduğunu söyledi. Ve tanrıyla kurduğu ilişkinin, ona bu zamanlarında ne kadar güçlü bir destek olduğunu hakkında. İkinci kıta ise Kenneth'in, hastalığıyla ilişkisi hakkında. Bazı açılardan bu hastalığa müteşekkire, çünkü hastalık ona, kendisi için en önemli olan şeyleri gözden geçirme şansı vermiş. Üçüncü kıta, kız arkadaşı hakkında, ama çok detaya girmek istemedi bu konuda. Nakarat da kız arkadaşı hakkında ve bir dilek içeriyor.

ddd

Seansın sonunda Kenneth bana muzip bir şekilde bakarak hayretini ifade etti: "Sende değişik bir şey var... Bilmiyorum... Bir terapist gibisin... Ama bir terapistten daha iyi..." Kısık bir sesle gülerken sırrımı ortaya çıkardığını söyledim. ddd

Hafta boyunca Kenneth'i kontrol ettim. Hemşireler bazı günler iyi olduğunu söylüyordu, bazı günler duygusal ve bazen de mızımız. Kenneth'in, HIV tanısını almasının üzerinden iki ay geçmiş olmasına rağmen bunu kız arkadaşıyla paylaşmaması sebebiyle bir etik konsültasyonuna karar verildi. Ve Kenneth'in kız arkadaşına HIV tanısını açıklaması bir etik komite zoruyla gerçekleşti. Kız arkadaşı öfkelenmiş, hem Kenneth'e, hem de annesine. Ve aynı zamanda korktu, çünkü hastalıkla ilgili pek bir şey bilmiyordu. Tam da bu dönemlerde, Kenneth, hastalığı ve ilaçlar sebebiyle yeni sorunlar yaşıyordu. ddd

Sonunda kendisiyle beşinci seans için bir araya gelebildiğimizde, beni kocaman bir sarılmayla karşıladı. Aradan geçen zaman içinde konuşması geveler hale gelmişti, sesi çataltıydı, gözleri de palsi sebebiyle, inme sebebiyle kaymıştı. Kız arkadaşı yanına geldi, annesi ve kız kardeşi de odadaydı. Şaşırtıcıdır, Kenneth neşeliydi ve şakalaşıyordu. Biraz sohbetten sonra "I'm Your Angel"ı dinlemek istediğini söyledi. Çalmaya başladığımda yatağına geri yattı ve gözlerini kapadı. Ve, ağlamaya başladı. Yüksek sesle, hüngür hüngür, tüm bedeniyle ağlıyordu. Öyle ki, nefes almakta bile zorlanıyordu. Ailesi de yatağın başına geldi ve kollarıyla Kenneth'i sardılar. Birbirlerine tutunarak gözyaşlarını paylaşıyorlardı. Devam etmeyi sorgulayıp, uygun olduğuna karar verdim. Ben çaldıkça, onlar ağlıyordu, şarkı bitene kadar bu böyle devam etti. Gözyaşlarının arasında, sözlerle ve fiziksel olarak birbirlerine destek veriyorlardı. Biraz yöneltmeyle Kenneth, annesi, kız kardeşi ve kız arkadaşı birbirlerine açılmaya başlamışlardı. Birbirleri için hep burada olacaklarını söylüyorlardı. Bu savaşı beraber savaşacaklarını, beraber ağlayacaklarını, beraber olacaklarını... ddd

Bu, Kenneth ve ailesi için çok önemli bir andı. Üzerindeki kaygı biraz uzaklaşmıştı, ve sonunda hastalığının önemli bir parçasını ailesiyle paylaşmıştı. En önemlisi de, ailesi hala orada, onun yanındaydı. Artık yalnızca fiziksel olarak değil, duygusal olarak da destek kaynağı oluyorlardı, kanserle savaşırken en önemli unsurlardan biri olan duygusal destek.. ddd

Kenneth yorulmuştu, dinlenmesine yardımcı olacak bir müzik istedi seansın sonunda. Yumuşak bir şekilde, önceki seanslarda istediği dini şarkılardan doğal nabza yakın temposu olanları çalmaya başladım. Doğaçalama da ekliyordum. Önce kıtaların arasında başladı doğaçalamalar, sonra da Kenneth uykuya dalarken tamamen doğaçalamaya döndüm. Ayrılırken annesi benimle dışarı geldi ve teşekkür etti. "Tam doğru zamanda geldiniz, tam doğru şarkıyı çaldınız. Çok teşekkür ederim." dedi. Ona sarıldım ve birine ihtiyaç duyarsa konuşmak için orada olduğumu hatırlattım. ddd

Bu seans, güçlü bir seanstı. Kenneth ve sevdikleri ağlarkenki sesleri ve birbirlerine tutundukları görüntüleri çok güçlüydü. Bu tek seansta o kadar çok his bir aradaydı ki.. Sevinç, ferahlama, hüzn, destek ve sevgi... Bunların teker teker ortaya çıkmasına şahitlik eden terapist olarak, orada deneyimlediklerimden ambale olmamak da ayrıca zordu. ddd

Kenneth taburcu olmadan hemen önce, bir seans daha yapma imkanımız oldu. Kendisi de, ailesi de heyecanlıydı, uzun ve duygusal bir yatış olmuştu. “I’m Your Angel” (“Ben Senin Meleğininim) ı dinlemek istedi. Ben çalarken, Kenneth de aile üyeleriyle teker teker göz kontağı kurdu, onlar da şarkıya katıldılar. Bittiğinde, Kenneth, hayatındaki meleklerden bahsetmeye başladı. Annesinin sevgi ve desteğini anlattı, kız arkadaşınınkini, anneannesininkini, ve tanrınınkini. Hepsi, zorluklarla mücadelede Kenneth’e farklı seviyelerde ve farklı türlerde destek veriyorlardı. Kenneth ihtiyaç duydukça... Destek gerektiğinde nereye bakacağını biliyordu artık Kenneth. Açıkça bu şarkı, onun en zor günlerindeki savaşının müziği olmuştu. İlk hedefimiz olan kaygıyı düşürme ve dışı vurumu artırmaya ulaştığımızı inanıyorum. Kenneth, içerden gelen sesini yeniden keşfetmişti ve ailesiyle yeniden bağlanmışlardı. Bu sayede de, birbirleri için huzur kaynağı haline gelmişlerdi.

Yılgınlık, Hüsrân, Hayal Kırıklığı

İki hafta sonra işe geldiğimde Kenneth'in döndüğünü gördüm. Hayal kırıklığını tahmin edebiliyordum. Birkaç kez yokladım, ama her seferinde mışıl mışıl uyuyordu. Hemşireler Kenneth'in depresif bir durumda olduğunu söyledi, günün çoğunu uyuyarak geçiriyormuş, ayrıca kendi yapabileceği şeyleri annesinin veya görevlilerin yapmasında diretiyormuş, çocukça davranıyormuş. Bir gün akşamüstüne doğru Kenneth'i uyanık yakalayabildim. Ajite durumdaydı, huzursuz gözükiyordu ve niye sabah gelmediğimi sordu: "Sana çok ihtiyacım vardı" dedi. Ailesiyle, hayatıyla, hastalığıyla ve hastanede olmasıyla ilgili yılgınlığını sözle şekilde paylaştı. Ardından, -gece uykusunu almış olmasına rağmen- yorgun olduğunu ve dinlenmek istediğini söyledi. Talepkârdı, o dinlenirken çalacağım şarkıyı onun sevdiğilerinden yola çıkararak benim seçmemi istedi. Seçtim, çaldım, uykuya geçti, ben de sessizce odadan ayrıldım. Bir sonraki seans da buna benzer geçti, kısa bir süre sonra da tekrar taburcu oldu. Farkettiğim şu oldu: Kenneth'in, hastalığının bu safhasında bir şeyleri kontrol etme ihtiyacı vardı ve dinlenirken benden müzik çalmamı istemesi şu an kontrol edebileceği yegâne şeydi. ddd

Kenneth iki kere daha yatış yaptı, ama bu seferlerde tek başına gelmeyi tercih etmişti. Her şeyden çok yorulduğunu ve korktuğunu anlattı. Sağlığına gelirsek, kemoterapinin hatırı sayılır toksisite yan etkilerinden muzdaripti, inatçı ağrı, mide bulantısı ve kusma... Ayrıca 6 sefer kemoterapi almış olmasına rağmen tümörleri büyümeye devam ediyordu. Genel sağlık durumunda düşüş vardı. Ailesi destek olmaya çalışıyordu ama Kenneth'in daha fazlasına ihtiyacı var gibiydi. Yatağına oturduğumda, elini tutarken, benimle sessizce, korktuğunu paylaştı. İyileşememekten korktuğunu, gözlerini kapadığında uyanamayacağından korktuğunu ve geleceğini planlamaktan korktuğunu. O, muhtemel senaryolardan konuşmak istiyordu, ama ailesi bunları duymak istemiyordu. Kenneth'in hayata hiçbir şey olmamış gibi devam etmesini istiyorlardı. Kenneth, tedavinin başarısız olma ihtimalini de kabul etmeye açıktı, ama aile yalnızca pozitif olana odaklanmak istiyordu. Bu süre zarfında müzik terapi seanslarının odağı değişti. Açıkça belli oluyordu ki, Kenneth, korkularından, hislerinden, yılgınlıklarından ve hastane dışındaki destek ihtiyacından bahsederken onu dinlememi istiyordu. Ardından da uyumasına yardım edecek yumuşak bir müzik çalmamı istiyordu. Bu kalıbı devam ettirmekte tereddütlüydüm. Bunun Kenneth'e faydalı olacağından emin değildim. Duygusal olarak deneyimledikleri, kaldırabileceği, baş edebileceği miktardan fazla gibiydi. Bu sebeple bir değişikliğe gittim. Somewhere over the Rainbow'u çalmaya başladım.

<https://www.youtube.com/watch?v=V1bFr2SWP1I>

Somewhere over the rainbow, way up high
And the dreams that you dream of, once in a lullaby
Somewhere over the rainbow, blue birds fly
And the dreams that you dream of, dreams really do come true
Someday I'll wish upon a star
Wake up where the clouds are far behind me.
Where trouble melts like lemon drops,
High above the chimney top,
That's where you'll find me.
Somewhere over the rainbow, bluebirds fly
And the dream that you dare to
Why, oh why can't I?
I see trees of green, red roses too
I watch them bloom for me and you
And I think to myself, what a wonderful world
Well I see skies of blue, and I see clouds of white
The brightness of day, I like the dark
And I think to myself, what a wonderful world

The colors of the rainbow, so pretty in the sky
Are also on the faces of people passing by
I see friends shakin' hands, sayin' 'How do you do?'
They're really say I, I love you
I hear babies cryin', and I watch them grow
They'll learn much more than we'll know
And I think to myself, what a wonderful world
Someday I'll wish upon a star
Wake up where the clouds are far behind me.
Where trouble melts like lemon drops,
High above the chimney top,
That's where you'll find me.
Somewhere over the rainbow, way up high
And the dream that you dare to
Why, oh why can't I?

Yüzündeki ifadeden şarkının sözlerinin ona etki ettiğini farkedebiliyordum. Tek kelime etmedi. Yalnızca, uzaklara baktı. Talimatlarını bekler şekilde yanında oturuyordum. İnanılmaz uzun gelen bir sessizlikten sonra, hüngür hüngür ağlamaya başladı. Elini tuttum, bir süre sonra gözyaşlarını sildim. İşte o zaman, Kenneth paylaşmaya başladı:

HIV durumundan bahsederken sesi öfke doluydu. Ailesinin ona bulaştırıcı bir hasta gibi davrandıklarını söyledi. Sesinden HIV'i nasıl kapıldığıyla ilgili öfkesi belli oluyordu, dövmesini gösterdi: “Doktorlar bunu yaptırırken iğneden geçmiş olabileceğini düşünüyor.” dedi. “Komik olan da şu, bu dövme benim istediğim bir şey değildi. Öğrenci birliğinin zorunlu dövmesi!” Hastalığın onu, ailesini ve arkadaşlarını nasıl etkilediğini anlatmaya devam etti. Bir kız arkadaş istememesinin sebeplerini de anlattı: Aynı şu anda da olduğu gibi, ihtiyacı olduğu zamanlarda kız arkadaşının yanında olamamak. Çaresizlik hissinden bahsetti, başkalarına muhtaç olmaktan, pişmanlıktan, suçluluktan, utançtan, öfkeden, üzüntüden... Bastırılmış, dışavurulmamış her çeşit duygu açığa çıktı. Ölümünden bahsetti, sonrasında da böyle hissediyor olmaktan ne kadar nefret ettiğinden. Devamında, şunu dedi: “Boş ölmek istiyorum, dolu değil.” Anlayamadım, sordum ne kastedtiğini. Açıkladı. Boş ölmenin, içindeki her şeyi bir başkasına vermiş olmak olduğunu söyledi. Sevgiyi, armağanları, yetenekleri... Şöyle dedi:

“Bir mezarlık, çok zengindir. Bakarsanız şunu görürsünüz: Birçok yatanın, içinde verecek çok şeyi kalmıştır. Diğer bir kısmının ise içinde başkalarının verdiği armağanlar vardır. Bazılarında sevgi, aşk vardır, bazılarında şiirler vardır, ve bazılarında müzik vardır. Şu anda, çok doluyum, böyle ölmek istemiyorum. Bomboş olmak istiyorum.” ddd

Nasıl boşalmak istediğini sordum. Sevgisini, kalbini ve her şeyini bir başkasına vermek istediğini paylaştı. Müzikle güçlü bağlarından ötürü, müzik aşkından ötürü, ve kendini müzik üzerinden inanılmaz ifade yeteneğinden ötürü, müziği kullanmasını önerdim bu boşalma için. Şarkılar yazmasını önerdim, şarkılar söylemesini önerdim, önemsedığı kişilere şarkılar vermesini önerdim, ve hatta bir şarkı listesinden oluşan bir kitap hazırlamasını... Düşündü, gözyaşlarını sildi, bana baktı, gülümsedi, ve şöyle dedi: “Bence harika bir fikir bu. Daha güzel ne yöntemi olacak boşalmam için...” Kenneth, ertesi gün taburcu oldu.

Duygusal Izdırap

Moralim bozuktuk. Yılbaşından iki gün önceydi, son çalışmamızın üzerinden dört hafta geçmişti, Kenneth'in yüksek ateş ve pnömani ihtimaliyle onkoloji ünitesine yeniden yatırıldığını öğrendim. Selam vermeye gittiğimde keyfim çok kaçtı... Yatağında titriyordu, acılar içinde kıvranıyordu, bilinci bulanıktı. Nerede olduğu, çevresinde neler olup bittiği ve benim kim olduğum konularında kafası karıştıktı. Müzik isteyip istemediğini sorduğumda "evet" dedi. Onu bu kadar acı çekerken görmek benim için de çok zordu. Ben de kelimenin tam anlamıyla acı çekiyordum. Soğukkanlılığımı geri kazanmam, birkaç derin nefes ve zaman aldı. Gitarda yavaş ve düzenli bir tempoyla emprovizasyona başladım. Çalmaya devam ettikçe, Kenneth'in bacakları yavaşça cenin pozisyonundan çıkmaya, açılmaya başladı, bedeni de rahatlamaya... Nefes alışları derinleşti ve düzgünleşti. Bir noktada uyuduğunu düşünürken konuşmaya başladı, şaşırırdım:

"Kızgınlım. Olur mu Joy, kızabilir miyim?"

"Olur..."

"Neden oldu bu? Neden? Benden bir şeyler gizliyorlar sanki, öleceksem bana söyler misin?"

Gitari bıraktım, elini tuttum ve yatıştırmak için başını okşadım. Kendinden geçmeye başladığında, ben de düşük sesle, daha önce söylediğimiz şarkılardan ve onu rahatlatılabileceğini bildiğim ilahilerden söylemeye başladım. Bir noktada yavaşça o da eşlik etti. Amazing Grace (Newton, 1779/1835)...

<https://www.youtube.com/watch?v=u4qbmPpfG6s>

Ardından uykuya daldı. Odadan ayrıldığında kendi ofisime döndüm, ve ağladım. Kenneth için içim acıyordu, sağlık durumunun hızla bozuluyor oluşunu fark etmiştim. Geçen sürede, kanser beyne sıçramıştı, sağlık durumunun kötüye gidişini, bu açıklıyordu. En baştan beri biliyordum tanısının hiç de olumlu olmadığını, ama yine de daha huzurlu olma şansı bulabileceğini umdum, ve şimdi de bu pek mümkün gözüküyordu. Üstüne üstlük, yalnızdı. ddd

Yılbaşı tatilleri sebebiyle Kenneth'i birkaç gün görmedim. Döndüğümde onu dikilmiş otururken buldum, halsiz ve yorgun gözüküyordu. Yatağının başında annesini gördüğüme sevindim, ihtiyaçlarına yardımcı oluyordu. Bilinci son gördüğümde daha düzgündü, onu bu süreçte görmeye gelip gelmediğini sordu. Gelmiş olduğuma ikna ederken yine uykuya daldı. Annesiyle kısaca konuştum. Geldiğim için rahatlamıştı, onun deyişleriyle "Kenneth'le ilgileniyordum" ... ddd

İki gün sonra Kenneth'le tekrar çalıştım. Aşırı halsizdi, ama daha az acısı olduğunu bildirmişti. Girdiğimde şöyle dedi: "Bana şarkı söyle, herhangi bir şarkı... Dinlenmeme yardım et..." Yine doğaçlama çaldım gitarda. Çok geçmeden elimi yakaladı, güçlüce sıkarak ağlamaya başladı. Tüm bedeniyle... İzin verdim ona... Hem gözyaşlarını salması için, hem de açıkça içinden geçmekte olduğu, ızdırabı... Benim de gözlerim yaşlıydı. ddd

Kenneth'i her görüşüm, artarak daha da zor hale geliyordu benim için. Onkoloğu, tedavi planını bazen ilerletiyor, bazen geriletliyordu. Kenneth'in bu hastalığı atlatamayacağı aşıkardı, büyük ihtimalle de bu son hastaneye yatışıydı. Bir defa daha kemoterapi başlatılabilirdi, bir ihtimal de başına palyatif radyoterapi uygulaması yapılmasıydı. Nasıl devam edileceğine

yönelik karara ilişkin yapılan testler ve palyatif bakım konsültasyonu dahil çeşitli konsültasyonlar, bir haftaya yakın süre alabilirdi. Bu süre içinde ne yapacağımdan emin olamıyordum. Kenneth için müzik, büyük bir rahatlama kaynağıydı ve kesinlikle ağrı ve kaygının artışıyla başetmede ona yardımcı oluyordu. Ama, onun acı çektiğini görmek, artık benim için **aşırı** derecede zordu. Ağrısı yönetilemiyordu ve her odaya girişimde onu ağrıdan inlerken buluyordum. Ama her seferinde müzik, onu yatıştırırmaya yaradı. Müzik seansını kendini dışavurmak ve hislerine ulaşmak için kullanıyordu. Anca bu göz yaşlarıyla dışavurumundan sonra müziğin kendini yatıştırmasına izin veriyordu. ddd

Kenneth'in annesi altüst olmaya başladı. Bu hafta, öfkesi ve yılgınlığını hemşire ekibinden çıkarıyordu. **Onu** görmek için içeri girdim, bana sıkıca sarıldı ve dua etmeye başladı: "Ağlamayacağım Joy, Rabbi'me dua edeceğim, Rabbi'm duy beni..." ddd

Ertesi gün, Kenneth'i kontrol etmeye gittim. Yine kıvrılmış, cenin pozisyonunda yatıyordu, ama müziğe açıktı. Annesi de oradaydı, bana baktı ve şöyle dedi: "Joy lütfen, beni ağlatma... Ağlayamam.. Bugün, ağlayamam.. Bugün olmaz.." Ne yapacağımı hiç bilemedim. Kenneth en büyük rahatlığı, müzik üzerinden hislerini açığa çıkarmakta buluyordu. Bu ona dinlenme imkanı veriyordu. Ama öbür taraftan annesi, oğluna müzik sunmamı istemediğini söylüyordu... Kararımı verdim. Doğal nabız hızına yakın bir tempoda gitar çalmaya başladım, arada sırada sözler veya mırıldanmalar da ekliyordum, ama çoğunlukla Kenneth'in nefes alış-veriş paternine uyduracak şekilde doğaçlama yapıyordum. Çok geçmeden, derin bir uykuya daldı... Annesi de öyle. ddd

Kenneth'i tekrar görüşüm, dört gün sonraydı. Odasında yalnızdı, dinleniyordu, bilinci de daha yerindeydi. İki-üç kelimelemlik cümlelerle konuştu, ta ki sesi tükenene kadar... Birkaç şarkı çaldım, kıtaların aralarında doğaçlama yaptım. Ve I'm your Angel'ı söyledim.

<https://www.youtube.com/watch?v=Kzdek13Qj8c>

Şarkı bittiğinde şöyle dedi: "Şarkımı hatırladın, teşekkür ederim... Hospis nedir?" (Hospis: Terminal dönem hastaların, huzur içinde hayatlarını noktalamaları için birçok hizmetin sağlandığı kurumlar.) Kenneth, eve gitmek istediğinin üzerinde özellikle durdu. Evle kastettiği, anneannesinin evi. Bedeni kemoterapiye cevap vermeye başlamıştı, bu sayede yavaş yavaş yemek de yiyebiliyordu. Beş gün sonra, ayaktan hasta olarak kemoterapiye devam etmek planıyla hastaneden taburcu oldu.

Seçim

İki buçuk hafta sonra Kenneth tekrar yatış yaptı. Merhaba demek için odasına girdiğimde, manzara karşısında afalladım. Son görüşüme kıyasla 12 kilo kaybetmişti Kenneth. Bir deri bir kemik kalmıştı, cildi kemiklerinden sarkıyordu. Radyoterapi ve kemoterapinin yan etkileri sebebiyle yemek yemiyordu. Zamanının çoğunu uyuyarak geçiriyordu, uyumadığı zamanlarda da yüksek kaygı sebebiyle artan ağrı çekiyordu. Annesi de debelenmeye devam ediyordu. Kenneth kaygılıysa veya acı çekiyorsa, kızgındı, kaygı ve acı sebebiyle verilen ilaçlarla uyuyorsa, yine kızgındı. Kenneth'in yatışının ilk üç gününde iki seans yaptık. İki seferinde de huzursuzdu, müzik istedi ve müziği uykuya dalmak için kullandı. İlk seans sırasında daha dinçti, onu bir şarkı yazmaya yöneltmek istedim ama ilgilenmedi. "Belki yarın yaparız" dedi. İkinci seansta bilinci çok yerinde değildi. ddd

İtiraf ediyorum. Bu uzayan acıyı izlemek bana insafsızca geliyordu, bu da beni öfkeliendiriyordu. O kadar istiyordum ki, içindeki duygusal girdaba ulaşabilsin, işleyebilsin, ve onunla barışabilsin, böylece "iyi bir sonu" olsun. Müziğin, artan kaygı ve ağrının fizyolojik etkilerini azaltmada yardımcı olduğunu biliyordum ama, daha da fazlası olabilsin istiyordum. Kenneth'in müziğe izin vermesini istiyordum, müziğe güvenmesini istiyordum ki kaygıyı artıran altta yatan sorunlar işlenebilsin, üstesinden gelenebilsin. O anda şunu fark ettim: Bu, benim sorunumdu. Kenneth'in değil. Bir zamanlar bir tavsiye almıştım: "İşlemek için kullanılmayacaksa, müzik sunma." Bu noktadaki hislerimden emin değildim, ama bana bir çıkış yolu sunuyordu. Belki de bir kaçış yolu. Birinin karmaşalarına, çektiği acılara şahit olmaya katlanamadığımda bir çıkış yolu. Bu durumu süpervizörümle görüştüm. Kendisinin, vakanın karmaşıklığından haberi yoktu. Şöyle karşılık verdi: "Bu kimin ihtiyacı? Ve neden aile sistemini değiştirmeye çalışıyorsun?" ddd Bu lafa çok sinirlendim. Ben sadece hastanın iyiliğini istiyordum. Ama, kısa süre sonra, haklı olduğunu anladım, yaptığım hatayı fark ettim. Evet. Aile sistemi.

Kenneth, "annesinin bebeği"ydi, "annesinin kuzusu"... Kenneth, annesi onun ne yapmasını istiyorsa onu yapacaktı, ve annesinin neye ihtiyacı olduğunu düşünüyorsa onu. Önceleri ona karşı öfkesini rahatça gösterebildiyse de, şu an hiç korkmadığı kadar korkuyordu, annesine ihtiyacı vardı. Ve annesinin baş etme yöntemi, tüm dikkatini toplayıp dua etmektir. Hisleri, duyguları işlemek değil. Ölümü kabul etmek hiç değil... Veya ölüme hazırlanmak... ddd Bu aydınlanmayla ve aile sistemi ve kendi rolümle ilgili idrakte beraber, Kenneth'i yeni bir odak noktasıyla tekrar ziyaret ettim: Anne oğul ilişkisi. ddd

Odaya girdiğimde aşırı bitkindi Kenneth, bir uyuyordu bir uyanıyordu. Bu sefer annesinin şarkı seçmesini önerdim Kenneth'e, kabul etti. Annesi eski bir ilahi seçti. One Day at a Time. <https://www.youtube.com/watch?v=hz2L1v7Wkx8> Şarkıyı ben söylerken annesi de Kenneth'in elini tuttu. Şarkı bittikten sonra, Kenneth'in annesi yumuşak bir şekilde söylemeye başladı şarkıyı. Çocukluğundan hatırladığı başka dini şarkılardan da bazı kıtalar söyledi, benden de, onun için bu eserlerin sözlerini bulma sözü aldı. ddd Çıkmak için toparlandığım sırada Kenneth gözlerini açtı ve "şarkısını" istedi. O an bilmiyordum ama, bu ona bu şarkıyı son söyleyişim olacaktı. ddd I'm Your Angel'ı söylerken, bu sefer sözler farklı bir anlam taşıyordu. Annesi, biz Kenneth'le şu sözleri göz göze biçimde söylerken yumuşak bir şekilde ağlamaya başladı, bense gözyaşlarımı tuttum:

"And when its time to face the storm,
I'll be right by Your side, grace will keep us safe and warm, and I know we will survive; and when it seems as if your end is drawing near,
don't you dare give up the fight, just put your trust beyond the sky..."

“Fırtınayla yüzleşme zamanı geldiğinde, ben senin hemen yanında olacağım. Rahmet, bizi güvenli ve sıcak tutacak. Ve biliyorum ki atlatacağız... Ve sonun yaklaşıyor gibiyse, sakın mücadeleyi bırakma, güvenini göğün ötesine gönder.”

Şarkı bittiğinde, ortama ağır bir sessizlik hakimdi. ddd

Kenneth zayıflamaya devam etti, bedeni her geçen gün daha fazla enfeksiyonla savaşıyordu. İki gün sonra odasına girdiğimde, annesi, teyzesi ve üç kız yeğeni selamladı beni. Kenneth yine bitkindi, her türlü uyarana karşı yavaş tepki veriyordu, ama kuzenlerinin orada olması onu rahatlatıyor gibiydi. Müzik terapi isteyip istemediğini sorduğumda yavaşça cevap verdi: “Kızlara sor.”. Kısa sürede anladım ki Kenneth yeğenlerinin dünyasının adeta merkeziydi. Doubie (Kenneth’in takma ismi)’lerine doyamıyorlardı. “Kızlar”dan, “Doubie”leri için bir şarkı yazmaya yardım etmelerini istedim. Birkaç dakika içinde gülünç bir şarkı çıkıvermişti ortaya. Ardından kızlar Kenneth’e şarkı söylememe yardım ettiler. Teyzeleriyle beraber karışık türlerden şarkılar seçtiler, sonlara da dini şarkıları koydular. Harika bir seanstı. Kenneth mümkün olduğunca katıldı, ama daha önemlisi, “kızlar”dan, kendisinin, onlar için ne kadar değerli olduğunu duyma imkanı buldu. Seansın sonunda Kenneth’in annesine, ilk seanslardan birinde, nasıl aniden bir şarkıyı söylemeye başladığını hatırlattım. Ve seans dini parçalarla, alkışlarla, şarkı söylemelerle, gülümsemeyle ve anılarla sona erdi. ddd

Bu, Kenneth’le, benim, son seansımdı. Ertesi gün palyatif konsültasyon sonuçlandı, Kenneth’in annesi öfkeliydi. Dini inançlarının sorgulanması onu daha da öfkeli yaptı ve kapıdan giren çıkanı kontrol etmeye başladı. Çalışanlar, oğluna yeterli dozda ağrı kesici verilmesine izin vermeme ihtimalinden endişe ediyorlardı. Onunla son görüşmem, çalışanlarla onun arasında bir aracı vazifesinde oldu, çünkü konuşmayı kabul ettiği bir tek ben kalmıştım. ddd Konuşmamızın sonunda ona da biraz da olsa kontrol hissi veren bir yol bulduk. Ona bir CD oluşturmayı teklif ettim. Geceleri, Kenneth ve kendisi uyumakta güçlük çekerlerse kullanabilecekleri bir CD. Bu fikre havada atladı. ddd Bunun onunla son görüşmem olduğunu bilmiyordum.

O hafta sonu, Kenneth taburcu edildi. Palyatif bakıma girmediği sürece hastanenin ona sunabileceği bir şey kalmamıştı. Bir hafta sonra ambulansla acile getirildi. Hastaneye ulaştıktan birkaç dakika sonra, solunum durması sebebiyle, hayatını kaybetti. İzdırabı sona ermişti. Annesi, artık dağılabildi, çünkü ailesi, onun dağılan parçalarını toplayabilmek için oradaydı.

ddd

Kişisel Yansımalar, Tefekkür

Kenneth'le yaptığımız müzik terapi seansları, birçok alanı hedef aldı. Müzik, Kenneth'e duygularına ulaşma ve dışavurma imkanı tanıdı. Dini ve manevi inançlarına değer verdi, onları değerli kıldı. Kaygı ve ağrıyı azalttı. Ve son olarak iletişimi besledi, aile içindeki ve bireyler arasındaki, derin ve anlamlı sözel ve sözel olmayan iletişimi.

Sağlık kurumlarında, odak noktası genelde bedende ve sağlık göstergelerinde olur, hastalığın duygusal, manevi ve sosyal boyutlarının önemi azımsanır. Müzik terapinin eşsizliği, tıbbi modelin ötesine geçip tedaviye biopsikososyal bir yaklaşım da katmasıdır. Yaşam ve sağlık, tıpkı müzik gibi, birçok katmandan ve birçok ilişkiden oluşur. Tedavi sırasında, kişiler, kendi *sağlıklı bir kişi* olma mefhumlarını, gerçekte deneyimliyor oldukları yeni veya değişikliğe uğrayan fiziksel, manevi, duygusal ve sosyal imkanlarıyla dengeleme konusunda zorlanabilirler. Biopsikososyal yaklaşım, hastalığın, fiziksel ve duygusal gelişim ve işlevsellikteki etkilerini en aza indirmeye çalışır, diğer bir yandan da, hasta ve ailesi için, rahatsızlığın yönetimiyle hayat kalitesi arasında dinamik bir denge kurmanın yollarını arar. İşlevselliğin birçok boyutunu kapsayacak biçimde, rahatsızlığın tedavisi-işlenmesi için daha geniş bir anlayış sunar.

Hastanede (çev.: Psikiyatri servisi dışında, örn.: Konsültasyon Liyazon Psikiyatrisi kapsamında) hizmet alan hastalarla çalışmak, doğası gereği daha ziyade destekleyicidir. Rahatlatırız, tavsiyede bulunuruz, yüreklendiririz, moral veririz, ama en çok **dinleriz**. Kötü günlerde palyaço oluruz, ağlanacak omuzlar oluruz, ve hastanın rahatlıkla safi beraber "olacağı" biri oluruz. Çoğu günlerde biz, terapist olarak, soğukkanlılığımızı koruruz, birbirimize destek oluruz, birbirimizle ve kendimizle ilgilenmeyi biliriz. Ama, bizler de insanız ve kendi içimizdeki mücadelelerin acısını çekeriz, benim de bu vakada çektiğim gibi. Kenneth'i acılar içinde kıvranıırken görmek, benim için neredeyse kaldıramayacağım kadar fazlaydı, kendi hayatımdaki kayıpları ve kontrolümde olmayan olayları uyandırıyordu içimde. Bunun ötesinde, bir anne olarak, Kenneth'in annesinin, ayakta kalma ve "dağılmama" ihtiyacını çok iyi anlıyordum, onunla çok iyi empati kurabiliyordum. Bir zamanlar anlayamıyor olsam da, hayatımdaki olaylar bana daha büyük bir anlayış kazandırdı. İnsanların, bazen, adeta gözü dönmüş şekilde ayakta kalma ihtiyacını... Kenneth'le çalışmak, bana, bir müzik terapist olarak benim de hassas olduğumu hatırlattı. Ve bu hassasiyetin, benim, hastam, ve hastamın ailesi için bir hediye olduğunu... Son olarak, Kenneth'le çalışmak bana şu açıdan da bir hatırlatma oldu: Bir katılımcıyı, gitmeye hazır olmadığı bir yere gitmeye zorlayamayız. Ama ona yalnızca müziğin ve bir terapistin sağlayabileceği bazı şeyleri sunmak için hazır bulunabiliriz: Ulaşmak için bir vasıta, yenilemek, yeniden yaratmak için bir vasıta, yeniden tanımlamak için bir vasıta, dışavurum için bir vasıta, veya yaşam için bir vasıta.

Hastanede müzik terapi çalışmaları artmaya ve gelişmeye devam ettikçe, mesleğimizin, yaptığımız işin derinliği ve genişliğiyle konusunda diyalogu cesaretlendirmesi önemli. Buna, ileri seviyedeki çalışmaların doğasından gelen katılımcı ve terapist üzerindeki riskler konusu da dahil. Katılımcılar gibi, biz de krizlerle yüzleşiyoruz. Benzer duygusal sıkıntılar ve kaygılar yaşayan katılımcılarla karşı karşıya gelmek, terapistlerin farkına vardığından daha sık gerçekleşiyor. Ama, gerçekleştiğinde, bir tercih hakkımız var. Sorunlarımızın bizim hakkımızdan gelmesini seçebiliriz, veya paralel işlemlemeyi benimseyebiliriz. Yani kendi işleme sürecimizi katılımcının yararına kullanmak ve katılımcının sürecini kendi iyileşme sürecimize destek olarak kullanmak... Gereğine uygun şekilde kullanıldığında, paralel işleme, katılımcımızın ihtiyaçlarını daha net görmemize destek olur. Bu da terapötik

kararlar alırken bize yardım eder. Müzik gibi paralel işleme de, katılımcı-terapist ilişkisinde güçlü bir vasıta olabilir. Kendi sürecimle ilgili içgörü kazanmak ve kendi duygusal ve manevi mücadelelerim üzerine kafa yormak, bana Kenneth'in ihtiyaçlarının iç yüzünü daha iyi anlama imkanı tanıdı. Bu da, ona, bu ihtiyaçları karşılamaya odaklanan müdahalelerde bulunmamı sağladı.

Kaynakça:

Allen, J. (2007, March). *A Biopsychosocial approach to cancer care*. Continuing Music Therapy Education Course presented at the Southeast Region American Music Therapy Association, Memphis, TN.

American Cancer Society (2012). *Coping with Cancer in Everyday Life*. Retrieved from <http://www.cancer.org/acs/groups/cid/documents/webcontent/oo2801-pdf.pdf>

Arlen, H., & Harburg, E. (1939). *Somewhere over the rainbow*. New York: Robbins Music Corporation.

Brown, L., Macintyre, K., & Trujillo, L. (2003). Interventions to reduce HIV/AIDS stigma: What have we learned? *AIDS Education and Prevention*, 15(1), 49-69. doi: [10.1521/aeap.15.1.49.23844](https://doi.org/10.1521/aeap.15.1.49.23844)

Down by the Riverside (1927). In C. Sanburg (Ed), *The American Songbag*. New York: Harcourt Brace and Company.

Galvan, F., Davis, M., Banks, D., & Bing, E. (2008). HIV Stigma and social support among African Americans. *AIDS Patient Care & STDs*, 22(5), 423-436. doi: [10.1089/apc.2007.0169](https://doi.org/10.1089/apc.2007.0169)

Kelly, R. (1996). *I believe I can fly*. Santa Monica, CA: Universal Music Publishing.

Kelly, R. (1998). *I'm your angel*. Santa Monica, CA: Universal Music Publishing.

Klein, L. (1978). *I love you Lord*. Santa Monica, CA: Universal Music Publishing.

Loes, H.D. (1920). *This little light of mine*. Anonim

Newton, J. (1779/1835). *Amazing grace*. Anonim

Parker, R., & Aggleton, P. (2003). HIV and AIDS related stigma and discrimination: A Conceptual framework and implications for action. *Social Science Medicine*, 57(1), 13-24. doi: [10.1016/S0277-9536\(02\)00304-0](https://doi.org/10.1016/S0277-9536(02)00304-0)

Stevens, W.B. (1911). *Farther along*. Dalbo, TX: Stamps-Baxter Music Company.

Weiss, G., & Thiele, B. (1967). *What a wonderful world*. New York: Herald Square Music Company.

Wilkin, M., & Kristofferson, K. (1974). *One day at a time*. Nashville, TN: Buckhorn Music.