

Terapi Günlükleri 7

Çağla Everest, 1-20 Aralık 2019

1 Aralık 2019

Mevsime sadakat, hava birdenbire soğudu. Kış ayazı içimdeki soğukluğu dışarıdan kuşatmaya başladı. Dışarıyla, ışıkla, güneşle, aydınlıkla temasın azaldığı mevsim.

Bir ömür boyu hatırlamayı kaldıramadığım şeyleri zincirlerinden boşayarak hatırlamanın yükünü taşıyabildiğimden emin değilim. İçime kapanıyorum. Beni sarmalayan gerçeklik, algımda ağırlaşarak derinlere doğru kayarken midemde bir geri çekilme arzusu büyüyor. Kaçıp gitmek, yer değiştirmek istiyorum. Çocuğumun bileğinin hakkıyla kazandığı okulu nedeniyle kök salmaya yeltenen hayatımızın penceresinden dışarı baktığımda, durmadan dünyayı gezmek isteyen, yeni yerlerin hayalini kuran beni görüyorum. Karşımda durmuş eliyle gel diyor, gel, gidelim.

Bugün çocuğum uzun uzun ağladı. Solfej çalışmak istemiyordu. Ağlamasının sebebi bu olamazdı. Yanında durdum. Sevdim, dinledim, anlamaya çalıştım. Bu kadar zor mu gerçekten müzik? Klasik müziği öğrenen ileride her türlü müziği yapabilir. Yeter ki sevgisi ve yaratıcılığı canlı kalsın. Bazıları ölerek çıkıyor bu okuldan, bazılarıysa çiçekler açmış, büyümüş, güçlenmiş olarak. Çocuğumun da güçlü ve çiçek içinde bu okuldan çıkması için ne yapmalı?

Sordum çocuğuma. “Senin için terapist arıyorum biliyorsun. İki yol var Bilge. Biri, bedenindeki ağrıların ve sıkıntılarının nasıl ve neden olduğunu bulmak. Bir zamanlar bir şekilde canın yanmış,

geçmiş bitmiş ama acısı bedeninde devam ediyor olabilir. İlk yol bunların ne olduğunu hatırlayarak güçlenmek. Diğer hiç hatırlamayla uğraşmadan bedeni rahatlatma çalışması. Mesela boyun ağrın. Boynunda kilitlenmiş o ağrı, hareketinin engellenmiş olmasıyla ilgili. İşte o engellenmiş hareketin devamını yaptığında beden rahatlıyor. Terapistle beden hareketleri yapıyorsunuz. Somatik çalışma deniyor buna da. Hangisini tercih edersin?”

“İlkini.”

“Nasıl oldu hatırlamak mı istiyorsun?”

“Evet.”

“Seni neyin böyle yaptığını bilmek ve başa çıkabilmek istiyorsun.”

“Evet.”

“Benim gibi Bilge. Ben de bunu istedim ve bunu seçtim.”

“Aynen.”

“Zor bir yol ama değer.”

“Aynen.”

Şaşkınlım. Beden hareketlerini seçeceğini sanıyordum.

2 Aralık 2019

Hedef resim otel koridoru, amcam... Yengemle amcamın tartışması, yengemin ses tonu, amcama sert bana yumuşacık. Titremeye başlıyorum. Uzun bir süre sarsıla sarsıla titriyorum. Yengem beni giydirip yatırıyor, üstümü örtüyor.

“Bu ne yahu. İnsan müsveddesi olmuş bu.”

“Ne sanıyordun Asaf? Ne, söyle! Hiçbir insan evladı kaldıramazdı yaptıklarınızı. Gittikçe daha da kötüleştiniz. Evdeyken, Hülya’yla ben onu alıp içeri götürdükten sonra ne olduğunu merak bile etmedin ki. ‘İyi, iyi dinlensin,’ dedin o kadar. Yalçın bile anladı. Sen anlamadın.”

“Hülya’yla Yalçın haklılarmış yani. İşi bitmiş bu kızın.”

“Çağlacığım, bu hayvanlar anladılar sonunda. Bitti artık kızım. Kazandın. Beni duyuyor musun yavrum? Bitti artık. Hadi şimdi yavaş yavaş kendine gel. Gevşe. Yavaşça.”

Titremeye başlıyorum.

“Geçti yavrum. Hepsi geçti. Özgürsün artık. Bitti.”

Zangır zangır titriyorum. Çıplak ve utanç içindeyim. Tir tir titriyorum. Yengem beni giydiriyor. Amcamın yengeme giysilerimi uzattığını hatırlıyorum. Zar zor giydiriyor yengem, öyle titriyorum ki kendimi kontrol edemiyorum. Beni yatırıp üstümü örtüyor.

“Dinlen biraz Çağlacığım. Hazır olduğunda amcan seni götürüp istediğin mayoyu alacak.”

“Beni neden yeniden amcamla yalnız bırakıyor? Neden gidiyor?”

“Amcan artık sana bir şey yapabilir mi Çağla?”

“Hayır sanırım.”

“Kedi fareyle nasıl oynar bilir misin? Onu yemeden önce onunla oyun oynar. Kovalar, patiler, onu köşeye sıkıştırır ve oyununa devam eder. Fare kaçmak için her şeyi yapar ama bir türlü kaçamaz. Kurtulamayacağını anladığı an donup kalır. Kaç, savaş ya da don. Ne kaçabildi ne savaşabildi ve dondu. Fare o haldeyken kedinin keyfi kaçır. Ne yapabilir ki böyle bir fareyle. İlgisini kaybeder, sıkıcı bulur bu durumu. Farenin kendine geldikten sonra yapabileceği iki şey vardır. Kedi ilgisini kaybetmişken bir anda kendine gelen fare, ilk seçenekte, öfke ile kedinin suratına atlar. Öfkesi öyle büyüktür ki onu alt edip edemeyeceğini düşünmez bile, saldırır ve kedi onu bir hamlede yutar. İkinci seçenek ise kedinin ona bakmadığı ve boş bulunduğu en ilgisiz anında fare çözülür ve kaçır. Kedi onu yakalayamaz belki ama fare öyle körlemesine kaçırıyordur ki başka kedilere rastlar. Sen de bulduğun her fırsatta kaçmışsın Çağla. Gidememen için her şeyi yapmışlar ama sen vaz geçmemişsin. İyi insanlarla da karşılaşmışsın kedilerle de. İlk eşin ve Amerikalı adam mesela.”

Sürekli daracık kabine gidiyor aklım. Amcam perdenin arkasında meraklı bir bekleyiş içinde. Sorup duruyor. Oldu mu? Nasıl oldu? Hırçınım. Bağırıyorum dükkânda. Amcam korku içinde. Hızla geçiyorum buraları.

“Pislik, benimle otel odasına, annemlerin beklediği yere gelmedi!”

“Gelse ne olurdu Çağla?”

“Belki beni öyle dövmezlerdi. Babam amcamla kavga ederdi.”

“Sen hiç babanın amcanla seni korumak için kavga ettiğini gördün mü Çağla?”

“Hayır.”

“Belki etmişlerdir, çıkacaktır. Ama o sabahı düşün. Sence amcan seninle gelseydi senin için gerçekten daha iyi olur muydu her şey? Baban ciddiyetini göstermek için belki daha bile kötü döverdi seni.”

“Daha kötüsünü yapamazdı ki. Buz gibi suyun altında, üzerimde bir süredir hayallerimi süsleyen mayo, babamın eli art arda üzerime inerken, birden diriliyorum ve bağırmaya başlıyorum. Hem de nasıl. Bir otel odasında daha fazlasını nasıl yapabilir ki!”

Daha önceki tüm bağırımlarımda sanki bir zarın içindeydim, çığlıklarım benden ayrılıp kopup gidemiyor, ağzıma, içeriden göğsüme yapışıp kalıyordu. Ama bu sefer çılgınlar gibi bağırıyorum. Aslan gibi kükrüyorum.

“YETEEER. YETEEER. YETEEER...AAAAAA...”

Annem panik oluyor, otel odasında olduğumuzu hatırlamış. İte kaka babamı dışarı çıkarıyor.

“Oteldeyiz Yalçın. Rezil olduk, rezil. Çık dışarı.”

Suyun altında çömelmiş sesim küçülerek bir süre ağılıyorum. Kimse gelmiyor içeri.

“Ne hissediyorsun?”

Kendimle ne yapacağımı bilemiyorum. Özgür hissediyorum. Bir sürü yere gidiyor, insanların içinden geçiyorum. İnsanlar keyifli, neşeli, canlı. Ben olsa olsa en fazla onlar gibi olmaya çalışıyorum. Taklit ediyorum yani. En iyi ânımda bile -mış gibi yapıyorum. Evler, şehirler, parklar, sokaklar, sahiller, sevgililer... Seneler önce bir kere bir diskoya gitmişim. Bedenimdeki kilitler taklit etmeyi imkansızlaştırmıştı. Duvar dibine çömelip yüzümü defterime yumup saatlerce yazmışım. Yazmak: Mış gibi oyununun işkencesinden beni alıp iç gerçekliğime, kendime yaklaştıran, kâh rahatlatan kâh girdaba alan, bildiğim, güvenli sığınağım benim.

Terapistimizin ofisine yakın bir kafede buluşuyoruz. Onun seansı benimkinden bir saat sonra. Şafak Hanım’la onun sayesinde tanıştım. Yüksek bir enerjisi var. Biraz rahatsız edici, her an tetikte sanki. İşinden konuşuyoruz. Çok keyifli buluyorum yaptığı işi. Ben sadece iki kamp organize edebilmiş, devam edip geliştirememişim. Yorulduğunu, söylüyor, gittiği yerleri anlatıyor. Sürekli hareket ediyor, elleri kolları. Oturduğu sandalyeyle birlikte yer değiştiriyor. Başım dönüyor hareketinden.

Birbirimizin hikayesini merak ettiğimizi sanıyorum.

“Neler yapmışlar bize değil mi?” diye soruveriyorum. Dikleşiyor.

“Valla ben, nasıl yaparlar gibi şeyler düşünmüyorum. Tek ben değilim. Her yerde benzer şeyler yaşayan insanlar var. Kötülük var. Benim yaşamıma da buradan dokunmuş işte.”

Demek sana sadece dokunmuş, yutmamış.

“İçimde hiç öfke yok,” diyor sonra.

Söylediklerinde, tavrında doğru olmayan, olmaması gereken bir şey var sanki. Bana iyi gelmeyebilir bu konuşma. Kalkıp kaçmak istiyorum bir an. O da öyle hissediyor belki.

“Ben özel değilim. Anlıyor musun? Hiçbirimiz özel değiliz,” diyor. Annesinin kanser olma ihtimaline karşılık, “Buna dayanamam,” dediğini, abisin de ona, “Senin bizden farkın ne,” diye tepki verdiğini anlatıyor.

“Ne demek istediğini çok iyi anlıyorum,” diyorum, “Yine de hepimiz özeliz ve farklıyız tabii ki.”

Hoşlanmıyor söylediğimden. Hiç durmadan konuşuyor.

“Ah bana bunu nasıl yaparlar, vah hak etmiyorum demenin bir anlamı yok! Benim tek düşündüğüm nasıl iyileşirim ona bakmak.”

“Ben de böyle yaşayıp ölüp gitmek istemiyorum,” diyorum.

“Aynı mutsuzluklarla yaşamak istemiyorum,” diyor. Susuyoruz.

“Ben sana, nasıl bize bunları yaparlar, dememiştim aslında. Bize neler yapmışlar, değil mi diye sormuştum. Bu doğru, bir şeyler yapmışlar. Bence bunu söylemeye de hakkımız var.”

Artık babasını aramadığı için vicdan azabı duymadığını anlatıyor. Ben de benim bir gün yüzleşmek zorunda kalabileceğimi, hâlâ süregiden, kuzenlerimi, kardeşimi ve onların çocuklarını da içeren korkunç bir aile hikayesiyle karşılaştığımı anlatıyorum. Birden susuyor. Gözleri dolmuş olabilir mi diye bir-iki saniye şüphe duyuyorum. Biri parmağını şıklatmış gibi aniden toparlanıyoruz. Ailemle maddi bağım olup olmadığını soruyor.

“Var. Tüm paramı babam veriyor,” diyorum.

Bir şey demiyor. Deme, lütfen artık bir şey söyleme. Bol keseden yorum yapma. Acıya, kendi acına da benim acıma da arkasına saklandığın insanlığın acılarına da saygı duy, ne olursun. Sakin.

İki hafta İstanbul’da olacakmış. Yoğun programından bahsediyor.

“Vakit bulabilirsen bir gece bizde kalır mısın? Seviniriz,” diyorum.

“Hafta içi olabilir,” diyor. Haberleşiriz deyip ayrılıyor. Gerçekten haberleşecek miyiz?

Neden böyle olmuştu bu konuşma? Birbirimizde kendi yansımamızı mı görmüştük? Kendimizi görmekten mi korktuk?

Kendi hikayemin içine gömölüp kaybolmaktan, çocuğuma ve benimle benzer acılar çekenlere dokunup şifa veremeden bu dünyadan çekip gitmekten çok korkuyorum.

“Sadece kendini değil, başkalarını kurtarmak için de sorumluluk duyuyorsun,” demişti terapistim.

Evet, hayallerimde hep sığınabileceğek, güvenli ve şifalı çiftlikler, rehabilitasyon merkezleri gibi yerler var. Herkes için kurtuluş olacak ormanlı muhteşem bir mekân. Kendimi kurtarabilmişim gibi!

Çocuğum bu aralar sürekli aç. Bir türlü doymuyor. Sürekli, “Açım, açım,” diyor. Ne kadar yese doymuyor. Bahçesiz bir okulda, hareketsiz. Basketbolu da bıraktı. Kilo alıyor. Boyu uzuyor. Kocaman bir genç olacak. Olsun. Yeter ki iyi olsun, mutlu olsun.

Bugün eski piyano bölüm başkanı Beste Hanım’a solfej dersine götürdüm çocuğumu. Özel derse götürdüğüm piyano öğretmeni Derya Hanım’la olduğu gibi, yarım saat geçmeden aradı, “Lütfen gelin,” dedi. Aynı durum.

“Tekrar tekrar anlatıyorum ama sanki benimle dalga geçiyor. Sol notasını yazacak, bile bile farklı notalar yazıyor. Neden böyle yapıyorsun, diyorum, bilmiyorum, diyor, aynen, diyor.”

Çocuğumun dürtüselliği doruklarda yine. Takılmış plak gibi tek kelimelik cevaplar tekrarlıyor. Yapması gerekene bir türlü ulaşamıyor, bambaşka şeyler yapıp duruyor. Birkaç terapistte yazdım. İlk yazdıklarım hep bir başkasına yönlendirilerek yanıt aldım. Onlara da yazdım. Aradım. Henüz bir randevu alabilmiş değilim.

Beste Hanım uzun bir konuşma yapıyor. Bilge’nin bu haliyle ocak ayında jüri önünde başaramayacağını söylüyor. Zaten asla tam zamanlıdan yana olmadığını, ortaokulda yarı zamanlının daha doğru olduğunu vurgulayıp duruyor.

“Böyle olduğunu bilseydim ben de yanaşmazdım,” diyorum. Şikayetlerimi haklı bulduğu kadar o da bir sürü şey eleştiriyor. Çocukların 30-40 yaşındaki adamlarla aynı tuvaleti kullanıyor olmalarını sakıncalı bulduğunu söylüyor. Bir an için birbirimize bakakalıyoruz. Bu okulda neler oluyor?

Ne yapılabilir diye konuşmayı deneyince bu yıl başka bir yere kıpırdamamanın en iyisi olacağına karar veriyoruz. Yurtdışı ihtimalini liseye kaydırıyor. Henüz burada bile başarılı olup olmayacağından şüpheli. Bilge sessizce dinliyor, saatine bakıp duruyor, bakışlarını yakaladıkça çaktırmadan gidelim işaretleri yapıyor.

Bir an önce bir terapist bulmalıyım. Acaba psikiyatriste mi gitmeli? Keşke bu kadar yalnız olmasaydım. Keşke...

Yüzdüm yüzdüm yüzdüm... Kara yakın mı? Hiçbir şey göremiyorum.

3 Aralık 2019, 21:51

Terapistime

Emrah beyin sekreterini aradım bu sabah. Acil dedim. Ama geri dönüş olmadı. Sizce de ilginç değil mi tüm bunlar? Neden bir türlü bulamıyoruz!..

6 Aralık 2019

Dönemsel olarak hatırladığım başka bir şey olmadığı için dün 17 yaşına geçtik. İlk seviştığım kişi olduğuna inandığım sevgilim Emre. Sanırım Marmaris'ti, ailecek gittiğimiz bir otelde tanışmıştık. Başta Emre'nin kuzeninden hoşlanmıştım. Oysa asıl Emre ile çok iyi anlaşmıştık. Garsonlarla flörtleşip aldığım bedava biraları kollarımın arasında şıkır şıkır taşırken kendimi Emre, kardeşleri ve kuzenlerinin birlikte kaldığı odada bulmuştum. Yatakların hepsini birleştirmiş, çocuk yatakhane yapımışlardı. Biraları bir kenara koyup neşeyle beni de aralarına almışlardı. Ne kadar mutlu ve masumdurlar. İstanbul'a döner dönmez borç bulup trene atlayıp Ankara'ya kaçmıştım.

“Gardayım. Gelip beni almak ister misin?”

Dayısının ofisinde kalıyordu Emre. Üç sevgilisi vardı. Annesini aldatıp duran babasının yolunda gidiyordu. Bana âşık olunca tek eşliliğe inanır olmuştu birden. Kısacık bir süre içinde de deli kıskanç bir âşığa dönüşmüştü. Daha sonraki kaçışlarımda ailesiyle birlikte yaşayacaktık ama o ilk gidişimde dayısının ofisinde kalmıştık. Çok istemiştim onunla sevişmeyi. Arkamdan girmesini söylemiş, onu cesaretlendirmiştim. Sabah uyandığımda altıma kaçırdığımı görmüştüm. Emre, “Bir daha asla böyle bir şey yapmayacağım,” demişti. Bu anıyı çalışmaya başladık. Emre içimdeyken çok rahatsız olduğumu ama kilitlenip kaldığımı, biraz ucunu derken ben tepki vermediğim için tamamen içime girdiğinde hiçbir şey yapamadığımı, sonra da ağlamaya başladığımı hatırladım. Ağladığımı gördüğünde hemen durmuş defalarca özür dilemişti. “Affet beni. Ne olursun affet beni. Affet,” diyerek o da ağlamıştı. Emre'nin yalvaran yüz ifadesi öyle zihnime kazınmış ki! Onu bildiğim her şekilde çok çok sevdiğimi hatırlıyorum. Öpüşmeye sevişmeye doyamazdık. O ağladığım an... Benden üç yaş büyüktü, güya çapkındı ve ben de güya hâlâ bakireydim. Oysa ilginç bir şekilde ondan daha deneyimliydim. Ağlamasaydım, yatağı ıslatmasaydım sanırım onu çok korkuturdum. Aşık da olmazdı belki bana. Çok yumuşaktı bana karşı. Asla istemediğim bir şey yapmadı. Peki neden karşı koyamamıştım arkamdan girdiğinde? Bir daha asla böyle bir şeyi kabul etmedi. Ben istesem bile. Ailesiyle birlikte yaşamaya başladığımızda... İkinci kaçışımla... Hayır, oraya gelemeden başka bir anı canlanıyor zihnimde.

Akşam banyoya girmeme, niyeyse, şiddetle karşı çıkan annemin gürültüsü sonucu babamın odama geldiğini hatırlıyorum. Çıplak bedenime sardığım havluyu çekip aldığını, ben odamdaki ikili pembe koltuğun bir köşesine büzülmüş çıplak bedenimi saklamaya çalışır korku içinde beklerken onun beni uzun uzun seyrettiğini hatırlıyorum. Bunu hep hatırladım. Sonrası yoktu. Seyrediyor, yalanıyor. Sonraki görüntü odamın kapı kolunu bastırışı. Dışarı mı çıkıyor, kapımı mı kapatıyor anlayamıyorum. Kapıyı odama ilk girdiğinde mi kapatmıştı, sonra mı, ne zaman girdi, ne zaman çıktı odamdan... karmakarışık. Çalışıyoruz.

Yatağımda görüyorum bizi. Babam ve ben. Eski sevgiliyle yeniden sevişmek gibi. Babam beni ne kadar çok özlediğini söyleyip duruyor. Odamdan çıktığını hatırladığımı ama aradaki boşluğu fark

etmeme rağmen bir türlü anlamlandıramamış olduğumu anlıyorum. Banyoya girip girmemem artık hiç önemli değildi, bunu da hatırlarım. Kıvrılıp uyumuştum sonra. Kayboluş, kapanış, karar... Sanki... Çalışırken artık başlardaki gibi anlar birbirine kolayca bağlanıp berraklaşmıyor. Havada çıplak süzülerek uçar gibiyim. Neden?

Hiçbir şey bilmeyen bir bebeğin ham kayıtlarını seyretmek gibi değil büyüdükçe hatırladıklarım. Metaforlar, yorumlar, reddedişler ve karaltılar karışıyor araya sürekli.

Normal aile denemesi babamın benden uzak duramayışıyla son mu buluyor? Ya da şöyle oluyor: Normal aile becerimiz gelişirken ben artık tamamıyla bilmeden babamla sevişir hâle geliyorum.

Amcamlar tamamen devreden çıktı mı? Hiç emin olamıyorum. Ya 19 yaşında amcamın bürosunu ziyaret edip “Konkordato Hukuku”nu kutlamak üzere her şekilde kullanılmam?

“O daha sonra,” diyor terapistim. Doğru, Emre bitiyor, Tibet bitiyor, ben Tibet diye sayıklarken o.

Pozitif cümle bulmaya çalışıyoruz.

“İradem ve bedenim benim kontrolümde. Bir bütünü. Ne dersin?”

Çok zor. Bugünkü koşullarımı düşününce.

“Her birini iyice tanımak, nerede ve ne zaman ne yapıp ne yapmayacaklarını çok çok iyi bilmek istiyorum.”

“İstiyor musun? Öyle mi?”

“İstiyorum.” Başka nasıl güvende olabiliriz.

“Ama ne yazık ki başkalarının davranışlarını bilip kontrol etmemiz mümkün değil. Ancak kendimiz için olası bu.”

01:05

Çocuğum için terapist aramaya devam ediyorum.

Merhaba Ülkü Hanım,

10 yaşında bir çocuğum var. Adı Bilge. Terapistimin, travmatik geçmişi dikkate alarak yaptığı yönlendirmeye hem Emdr hem somatik yaklaşımı bilen çocuğumla çalışacak bir terapist arayışı içine girdim.

Bilge bu sene ortaokula Devlet Konservatuvarında müzik bölümünde başladı. İlkokul için İstanbul'a döndükten sonra üç okul değişikliği yaşadı. Babası ile hamileyken ayrıldık, Fethiye'de yaşıyor. Sorumsuz, ilgisiz ama az görüşmelerinde (yılda 2-3) sıcak gibiler. Benim ağır travmatik bir geçmişim var, terapistim ile Emdr yöntemi ile çalışıyorum. Çocuğumun da geçmişimin uzantılarından erken çocukluğunda ve belki sonrasında bile travma almış olma ihtimali yüksek. Bu konuları birebir görüşmek isterim. Geçen sene  ocuk psikoloğuna bir sene terapiye gitti. Günü kurtarmak dışında çözümleyici bir yanını görmedik. Emdr ve başka yöntemler kullandı. Çocuğumun yorumuna göre, o küçük  ocuk terapisti ve kesinlikle profesyonel biri değildi. Yardım almak istiyor, bir işe yaramayan ve bağlanma odaklı uzadı a uzayan terapilere ikimizin de karnı tok. Terapist ile bağ kurmaya değil   z lmeye ihtiyacımız var. Bedensel olarak travma yansıtan ağrı ve tepkileri var, boynu hep çok ağrıyor mesela. Genel olarak dokunulmaya karşı çok tepkisel, ufak dokunuşlara karşı bile çok canının acıdığını söyleyebiliyor. Emdr ve somatik yaklaşımı dilim döndüğünce anlatıp tercihini sorduğumda, onu üzmüş olabilecek ve unuttuğu bir şeyler varsa hatırlayıp başa çıkabilir hale gelmeyi tercih ettiğini ifade etti.

Travma çözülmesi açısından çok da işe yaramayan bir senelik terapi sürecinin sonlarında, (bu yaz başında)  ocuğum gözlerini yukarı kaydırarak sağa sola oynatmaya başladı. Sık yaptığı bu hareketi yapmazsa rahatsız oluyormuş. Benim terapistimin muayenehanesinde 13 seans n roptimala girdi. Yatak ıslatması vardı, çok azaldı, göz hareketleri de azaldı ama davranış olarak gittikçe k t leşiyoruz. Bu sene hem benim terapi sürecimin beni çok zorlaması ile, hem de konservatuvarın başıboş, yoğun ve çok çalışma isteyen ağır  niversite ortamının etkisinde tüm dengelerimiz altüst olmuş durumda. Çalışma disiplini oluşturmak konusunda çok sıkıntılıyız. En büyük güncel sorunumuz hatta.

Terapistim  ocuğumun Emdr/terapi sürecini benim sürecimin sonlarına doğru ve ben iyice güçlendikten sonra başlamasından yanaydı. Fakat, biz her şeyin raydan çıktığı bir süreci yaşadık. Çocuğum okulun çalışma disiplini yerine telefonda oyun oynamaya kaptırmıştı kendini. şöyle oldu. Telefon serbest okulda. Herkeste olduğu için ısrarlara yenik düşerek tuşlu telefonu yerine akıllı telefon aldım. Sonra her şey daha da zorlaştı. Ben çok gergindim ve onu rahatlatan tek şey telefonda oyun olmuştu. Saldırganlaştığı kavgalar yaşadık. En son hocası ders yapamıyoruz diyerek dersi yarım kestikten ve Bilge, hiçbir şeyi beceremiyorum, diyerek ağladıktan sonra telefonunu internete kapatıp tüm oyunları sildim. İki hafta hiç oyun oynamayınca daha iyi, şu anda oynamadan durabiliyor ve oyun için kavga etmiyor, dersleriyle biraz daha ilgili.

Bu okula girmeyi kendisi istemişti, hâlâ çok istiyor, başarmaya çok ihtiyacı var. Okul dışında ders alıyor destek olarak, piyano, solfej, kültür dersleri için. Ben de kendi terapi sürecimde biraz daha sakinim ve destekleyici olabiliyorum. Çok güçlü, yetenekli, zeki fakat çok güvensiz ya da kafası çok karışık, dinleyemiyor, çok hızlı ve kolay anlasa da öğrendiğini uzun sure tutup değerlendiremiyor, tekrar yapmayı gereksiz görüyor, bağlayamıyor, pratiğe kolay d kemiyor ve ilerleyemiyor. Kitap okuyan bir  ocuk olmasına rağmen sosyal ortamda her şeye "aynen" diyerek tepki veriyor. Bir  ğretmenin yorumuna göre, başarmak için kendisine izin vermiyor. Her şeyle çok uzun zamandır dalga geçiyor, komiklik yaparak başarsızlık endişesini saklamaya çalışıyor ve bazen 10 yaşında değil 3-4 yaşında bir  ocuk gibi davranıp konuşabiliyor. Talepk r, suçlayıcı ve bazen kabalaşan bir

iletişimimiz olabiliyor. Bu halimiz yerleşmeden terapiye başlamamız hem ilişkimizi kurtarmak hem de okulda başarılı olabilmesi için şart diye düşünüyorum. Bilge alabilen, açık bir çocuk, hala gerçek bir yardım alabileceğine inancı var ve istekli.

Çocukla Emdr çalışmak için ayrıca eğitiminiz ve deneyiminiz var mı? Somatik konusunda çocuklarla çalışma deneyiminiz var mı? Sorularımın kusuruna bakmayın lütfen, bir kez daha aradığımız yardımı alamaz ve çocuğum hayal kırıklığına uğrarsa bir daha terapiye gitmek istemeyebilir.

Çocuğum ile çalışmanız uygun mu, yardımcı olabilir misiniz sizce? Ne dersiniz?

Heyecanla yanıtınızı bekliyorum. Çok sevgiler.

Çağla Everest

7 Aralık 2019

Baran, bazı geceler oğlun Bahadır annem ve babamla kalıyor demek. Annem aradı bu sabah, anlattı. Bahadır gece babamla birlikte uyuyormuş. Öyle deli uyuyormuş ki babam rahatsız olup uyuyamadığı için annem sonra gidip onu alıp kendi yatağına yatırıyormuş. Öyle güzel anlatıyor ki annem, kötü düşünecek hiçbir şey yok. Tatlı tatlı konuşuyor. Benimle sohbet etmekten çok memnun. Her şeyin normal olduğu duygusuna sarılmış, delicesine aç olduğu, özlediği yaşamı onaylayan bir sohbet halinde. Bahadır'ın babamla uyuduğunu bana anlatmasının sebebini düşünüyorum. Birlikte uyuyorlar. Bahadır babanı çok seviyor. Bilge da kalabilir demeye mi çalışıyor yoksa? Hayır geçmişte buna inanırdım ama şu anda bunu kaldıramıyorum. Sadece senin oğlun değil, kardeşinin oğlu da tehlikede, kurtulması gereken çok insan var. Konu Kızıltoprak'taki eve geliyor. Çok güzel olmuş, çok rahat edecekmişiz o evde. Hiç olmazsa bir gidip baksaymışım. Kesin hemen taşınmak istermişim... İsteddiği tepkiyi vermeyince balonu patlıyor aniden. Elinde taşımaktan gurur duyduğu içine normallik üflenmiş kırmızı balon bu. Bilmem kaçınıcıyı patlatmıştım. Her seferinde inanıyor, oyunu güzel güzel oynuyor ama lanet olasıca kızı sürekli patlatıyor balonu. Hep istediği o kırmızı balonu tam eline almış keyifle tutarken patlatıldığı için öfkelenen küçük bir kız o. Hızla sertleşiyor. Az önceki tatlı halinden eser kalmıyor. "Aaaaa yok"lar... "Baran bile"ler... Değer bilmezsin tekiyim. Saygısızım. Vefasız, nankör, aptallık eden... Kavga etmiyorum. Karşılıksız kalıyor öfkesi, anlamsız, sonuçsuz.

"Kapatıyorum ben," diyor ve kapatıyor. Anneciğim... Seni anlamak beni o kadar çok üzüyor ki! Yavaş yavaş anlıyorum, anlamak zorundayım, ne kadar hasta olduğunu, artık hiçbir şeyin bunu değiştiremeyeceğini. Annem. Anneciğim. Sen ister miydin böyle olsun! Kötülerin oyununda görevi önemli bir hizmetli olmak, normallik sahnesinde idareci rolünle yetinmek... İster miydin sanki!..

“Küçük çocuklar, özellikle deneyimi bölümlere ayırma konusunda çok beceriklidir, bu yüzden Annie’nin babasına karşı duyduğu doğal sevgi ve saldırıları karşısında duyduğu korku farklı bilinç düzeylerinde yer alıyordu.” Beden Kayıt Tutar, sf.265

Babamla sohbet ediyoruz artık. Büyüdüğüm ve konuşabildiğimiz için mutlu olduğunu söylüyor. Her şeyi anlayabiliyorum ben artık. Annem buz gibi soğuk, normallik oyununda başrole soyunmuş bana düşman olmuş. O akıl sağlığını her gün daha da kaybederken, babamla ilişkimiz iletişim ve sohbet boyutuna yükseliyor. Her zaman her şeyi konuşabilir halde olduğumuzu fark ederek şaşıyorum. Zihnimde öyle bir oto-sansür mekanizması oluşmuş ki, sadece eylemler değil, konuşmaların hatırlanmaması gereken yerleri de özenle ayrılıp unutulmuş.

“Biz bir aileyiz kızım. Hepimizin görevleri var.”

“Ama ben bu görevleri istemiyorum.”

“Biz de zamanında istememiştik kızım. Ama kabullendik. Senin ailen de biziz. Kabul etmek durumundasın. Aileni değiştiremezsin. Ailesiz yaşayamazsın.”

“Büyüyünce aileden ayrılıp gidebilirsin ama.”

“Sen gidemezsin.”

“Neden?”

“Öyle bir gücün ve aklın yok senin. Sen hiçbir zaman gitmeyeceksin. Sana her zaman ben bakacağım.”

“Neden yapamazmışım?”

“Sen yapamazsın işte. Tek başına kalamazsın sen. Yapamazsın.”

“Tek başıma kalabilirim.”

“Kalabilirsin ama kendine bakamazsın. Sen merak etme, ben sana hep bakacağım. Şimdi de bakıyorum.”

“Annem neden böyle?”

“Ondan da koruyacağım seni. Onu idare ederim ben, sen merak etme.”

Babamın yumuşak ve tatlı tatlı konuşabilen yüzü, hatırlayıp sevebileceğim babayı vermiş bana. Birlikte odamda sigara içtiğimiz günü hiç unutmamıştım mesela. Konuşma yoktu ama benimle güzel konuşması vardı. Böyle sohbetlerden birinin sonunda ayağa kalkmış toparlanıyorduk, uzun bir konuşmadan çıktığımızı biliyorum ama yine bir şey hatırlamıyorum. Tek hatırladığım konuşma şu:

“Makyavelli ne der biliyor musun?”

“O kim?”

“Büyük bir filozof.” Filozof ne demek diye sormuyorum, utanıyorum.

“Sonuca giden her yol mubahtır, der.”

Bu söze nefretim, filozofun ne demek olduğunu öğrenmemden çok sonra, yavaş yavaş oluşacaktı.

O kadar yemekler hazırlanıp sofralar kuruluyordu da ben neden amcamlar geldiğinde bizim evde o sofraya oturduğumu hiç hatırlamıyorum?

Masaya çağırılıyorum. Bir ilk sanki. Salon kapısına yakın boş sandalyeye oturuyorum çekinerek. Tabağıma pilav, domates biberle kendi suyunda pişmiş yumuşacık et dilimleri ve havuç tarator konuyor. Masada başka şeyler de var. Tabağıma konanlar dışında başka bir şey istemek aklıma bile gelmiyor, öyle açım ki, önümdekine yumuluyorum. Annem tedirgin. Amcam mı babam mı konuşuyor, ikisi birden mi, bazen onları hiç ayırt edemiyorum.

“Bırakın rahat rahat yesin. Güçlensin biraz. Tadına varsın. İleride bu yemeğin tadını hatırlayacak. Hiçbir şey hatırlamayacak, bu konuşmaları bile unutacak ama şu anda yediği yemeği, aldığı zevki hep hatırlayacak. Ye kızım, ye, iyice doyur karnını.”

Cesaretleniyorum. Tuz istiyorum. Annem gergin, sertçe karşı çıkmaya kalkışıyor.

“Verin,” diyor büyük Everest erkekleri. Az önceki konuşmanın benzeri dönüyor masada. Kadınlar gevşiyor. Gülüşmeler oluyor. Annem tabağımın kenarına biraz da salata koyuyor. Yediklerimden aldığım tat inanılmaz. Hatırladıkça ağız çevremde cılız kaşınmalar, gıdıklanmalar hissediyorum.

Gülüşmeleri duyuyorum ama görüşüm sofranın üzerindikilerden daha yukarı çıkamıyor bir türlü. Önüme bakıyor ve havuç taratoru et sulu pilavla birleştirip ağızma atıyorum. Bir parça da et. Dilimde eriyor sanki. Hayatım boyunca bir türlü bu şekilde et pişirememişimdir. Senede bir denerim et alıp, aynı tat olmaz bir türlü. Havuç taratora, et veya salata suyuyla ıslanmış pilava bayılırım.

İçerideyiz. Benim odamda sanırım. Hâlâ Fenerbahçe’deki ev. Kuzenlerim, kardeşim, ben. Bize normal olma üzerine bir eğitim verilmiş. Artık normal çocuklar gibi oyunlar oynayacağız. Bana normal davranacaklar. Benim görevim bundan sonra sadece babamı ve amcamı memnun etmek. Doğu hiç memnun değil. Elinden oyuncağı alınmış çocuk gibi ağlamaklı şikâyet ediyor, sızlanıyor. Büyüklerin önünde kürsüde sanki, “Ben çok alıştım. Ben de istiyorum. Ben de...”

“Peki. Ara ara seni de çağırırız. Onun dışında normal olmayı bir an önce öğrenmeye bakın. Hadi bakalım. İçeri gidin oyun oynayın şimdi. Normal çocuklar nasıl oynuyorsa öyle. Ona göre!”

Doğu bana sarılmaya, dokunmaya çalışıyor. İtiyorum onu. İtişip boğuşuyoruz. Bana tecavüz ediyor. Bitti mi işi anlayamıyorum ama kalkmıyor bir türlü. Sıkı sıkı sarılıyor bana, bırakmıyor. Ağlıyor. Sayıklar gibi konuşuyor, “Bizi ayıramazlar. Seni seviyorum ben. Sensiz yapamam. Çok alıştım sana. Sensiz yapamam.” Kokluyor, öpüyor. Hoşuma gitmiyor. Midem bulanıyor. Seviyormuş. İnanmıyorum

ona. Yine de alıyorum verdiğini, kabul ediyorum sevgi diye bana yutturmaya çalıştığı şeyi. Öyle açım ki!

Bir sevgilim olacak gibi olmuştu. Beni ilk kez öptüğünde çok rahatsız olmuşum. Ağzıma dilini soktuğunda midem fena halde bulanmıştı. İyi bir insan olduğunu biliyordum. Birlikte olsak iyi olacaktı. Ama o ıslak öpüşme, geniş yayvan dili bana birini, bir şeyi hatırlatmıştı, emindim ama neyi bir türlü çıkaramıyordum. İstedğim halde bana yaklaşmasına izin verememiştim. Şimdi anlıyorum. Doğu'yu, onun dilini, yapışık bencil arzusunu hatırlatmış o öpüş bana. Hâlâ hatırlarım nasıl midemin bulandığını. Doğu'nun zoraki sevgisi ve öpüşlerinin yarattığı bulantının aynısı.

Ailemiz... Gidişat bir kez daha dönüşmüş. Ben 'güçlenme' kelimesini sevmişim. Güçlenmek, evet. Her ne şekilde olursa olsun güçlenmeliydim. Makyavelli baba, evet, haklısın, her yol mubahtır, ama sadece benim güçlenmem için. Bir tek bunun için! Yemekse yemek, yazmaksa yazmak, müzikse müzik, kaçmaksa kaçmak...

Niye olduğunu bile bilmeden isyan edişlerim, kavgalarım, asi kafamı alıp kaçıp gitmelerim, hatırlaya bile dayak yiye yiye, hep bu GÜÇLENME sayesindeydi. Güç. Güçlenme.

Çocuğumu bugüne dek iki psikoloğa düzenli olarak götürdüm. Damla ve Berkan. İkisi de onun için, "Bilge'nin oyunlarında güç ve güçlü olmak en önemli şey. O her zaman en güçlü karakter olmalı," derdi. Berkan Bey ayrıca Bilge'nin kendini rahatlatmak için çok çabaladığını söylemişti.

Bilge'nin güce karşı merakını sorgulardım, gücün önemini benden öğrendiğini bile bilmeden. Ah o düşünceli, ciddi, şaşkoloz halim, kendimden bihaber meraklarım, öğrendiklerimi, düşündüklerimi unutacağım endişesiyle yaza yaza terdirgin, ânda olmak için yırtınan varlığım.

Terapistimin sözlerini hatırlıyorum: "Kendini kapattığın, orada olmamayı seçtiğin o anlarda müthiş bir iyileşme, kendini onarma gücü vardır."

Kendi kendine! Ben kendim yaparım. Kendim! Siz yaralayın, acıtın, kanatın ben onarırım. Ben kendi başıma kendimi iyileştiririm. Siz, nehrin öbür yakasındaki ailem, siz yapacak değildiniz ya!

Bilge de mi benzer bir kendini onarma çabası içinde?

8 Ara 2019, 13:52

Terapist Ülkü Hanım'dan cevap

Merhaba ve sevgi ile,

Mesajınızdaki duyguları içimde hissettim. Bir yanda kendi duygularınız bir yanda çocuğunuzun duyguları diğer yanda akıp giden hayatın zorunlulukları ile tek başınıza uğraşmak.

Ben 12 yaş üstü ergen ve yetişkinlerle çalışıyorum. Emdr, somatik ve art terapi tekniklerini kullanıyorum. Travma durumlarında Emdr, Tre, Brainspoting teknikleri ile çalışıyorum. İlişkisel temelli çalışmak temel meselem.

12 yaşın altında ise çocuğunuz birlikte çalıştığımız çocuk terapisti bir arkadaşımız var. Tüm eğitimleri çocuk temelli. Ona yönlendirebilirim.

Ben koşullar uygunsa tanışmayı ve çocuğun karar verme hakkını kullanmasını önemsiyorum.

Sormak istedikleriniz varsa ve sabah 9:15 sizin için uygun bir saat ise konuşabiliriz.

Sevgiler

Ülkü

19:31

Terapistin yanıt

Merhaba,

Samimi yanıtınız için teşekkür ederim. Çocuğum 10 yaşında. Sanırım çocuğum ile görüştüğten sonra çalışmayı isteyip istemediğinize birlikte karar verebileceğinizi söylüyorsunuz, doğru mu anladım?

Pazartesi sabahı o saatte okulda bir görüşmede olacağım. Ama randevu alabilirim. Yüz yüze konuşmak daha iyi olur sanki. Ne dersiniz?

Sevgiyle,

Çağla Everest

10 Aralık 2019

Özen Yula'nın dersinden çıktım. Yazı evinin bahçesindeki masalardan birine çöküp internetten bulup bir solukta "Ay Tedirginliği" adlı öyküsünü okudum. Muhteşem bir kurgu ama...

1990lar demişti derste, üç beş yazar ensest ve sapkınlık üzerine yazmaya başladıklarını, dil ve biçimle oynayıp sınırları genişletmeye çalıştıklarını söylemişti. Oysa öykünün sonu tam bir hayal kırıklığı benim için. Fail geçmişe gömülse bile kurban hep kurban kalmış, asla döngüden çıkamamış. Böceği parçalayan iki karınca pay isteyen karıncayı da parçalamış. Çocukluğu ve dede bir olup kara bir cinselliği paylaşırken pay istemeye kalkışabilecek diğer tüm yaşlıları öldürmekle çıkışsız bir döngü içerisinde kısıp kalmış. İlelebet kurban. Kendini öldürürken bile, acıya daha fazla dayanamayan kadın katili adamın onu öldürdüğünü ima ederek kendini vuruyor. Çok çok kızıyorum öykünün sonuna, kadının kendini öldürüşüne. Bu da senin son cinayetin olsunmuş! Ne değişti!

Hayır, ben böyle olmayacağım. Ben kendini imha eden bir kurban olmayacağım. Bu yüzden bu korkunç yüzleşmeyi, bildiğim bütün rahatlama yollarını çöpe atmış olduğum bu uyanışı yaşıyorum. İyileşmek için. Güçlenmek, ayağa kalkmak için. 45 yaşıdayım. Ne zaman iyileşeceğim bilmiyorum. Ne kadar hep hayal ettiğim gibi başarılı ve mutlu bir birey, muhteşem bir anne olabileceğim bilmiyorum. Belki de asla. Hiçbir şey bilmiyorum ama iyileşiyorum. Kurban olmaya devam etmeyeceğim. Bu acı, korku, döngü son bulmalı. Başka acılar, başka korkular ve döngüler yaşamaya hakkım var.

“Yeni Türkiye anlatılmıyor,” demişti derste. Bence de. En önemli yüzünü, hayatta kalmayı, başa çıkabilmeyi, iyileşip güçlenmeyi yazmadıkça, kendini imha ettikçe kurban, bu böyle olmaya devam edecek. Görünür resmi çizenler de hep failler olacak. Büyük bir dirence rağmen ilerleyerek gelişen ruhsal yaraların iyileşme yöntemlerine değinmeden bugünü anlatmak mümkün mü? İnsanlığın dönüşümü burada değil mi? Belki çıkışı kendileri için bulamadıklarındandır.

Ya toz pembe olumlamalarla sade yenilenmeler ya da acıya dayanamayarak yok olup gitmeler olmamalı insanlara verilecek mesaj. Edebiyat empati kurmayı sağladığı kadar ilham da olmalı. Tavşan deliğinden eğilip aşağı bakmakla yetinmeyerek o deliğe atlayıp tüm badireleri atlatıp delikten geri tırmanabilmek olmalı yolculuk. Kurban, öyle serinlerde yüzmez. Kurban dediğin korlarda yanar, dev yosunlara karışıp boğulur, cayır cayır haşlanır da bulut onu soğutup tepenize yağdırır. Şemsiyeleri, yağmurlukları eriterek yüreklere sızarak sonsuz bir savaşın ilhamcısı olur, böylece katkısı olur insanlığın dönüşmesine. Kör bıçaklarla kesmeye çalışıp da kesilmiyor diye bir anda vaz geçtiğiniz uyanışın kırmızı kurdelasını yağmurumla eritmek istiyorum. Yetti be. Bir kez de keskin bıçaklar iyilikten yana olsun.

Adam: Böyle bir gecede karşılaşmamız hayatımdaki en güzel rastlantı olmalı diye düşünüyorum. Şu denizin sükûnetine, Ay'ın şu insafsız güzelliğine bakın!

Kadın: Gerçekten çok güzel. Sanki ay tedirginliği diye bir şey yokmuş gibi! Hareketinde hiçbir eşitsizlik olamazmış gibi! Sanki göğse saplanmış koca bir enser!

Ay Tedirginliği, Özen Yula

Dün akşam Batı aradı. Eve dönüş yolundaydık. Çok heyecanlandım. Açıp yolda olduğumuzu, eve gidince arayacağımı söyledim. Varınca uzatmadan aradım. Yeni bebek geliyormuş. Bu kez erkek. Bunu haber vermek için aramış. Sesinde aradığım ‘ay tedirginliği’ni tereddütsüz buldum. Bilmem o benim sesimdeki hüznü duydu mu.

Hakan Akdoğan’ın o kara bakışlı asi duruşunu seviyorum. Birlikte çalışmak için, “Mayıs başına yazıyorum seni,” demişti. Onunla çalışmak konusunda içimde bir bilememezlik var. Hakan hoca, tavşan deliğinin başında durmuş aşağı bakıyor gibi geliyor bana. İyi gören gözleri var.

Özen Yula ile çalışsaydık nasıl olurdu? O bilmiyor ama biz aynı dönemin yazarıyız. Sadece benim demlenmem biraz uzun sürdü. Henüz yazılarımı kimseyle paylaşmadım.

Özen Yula, seni başladığın işe devam etmeye zorlamak istiyorum. Aşağı doğru kaydığın tavşan deliğinde yakalamak, diplere yerleşmeden tekrar yüzeye çıkmaya zorlamak, hikâyenin düşüş ve dip olduğu kadar çıkış da olup olamayacağını tartışmak. Sanki sen ondan iyi durumdasın, diyor içimden bir ses. Kulak vermiyorum. Kızgınım ben.

Zaten birisiyle çalışabileceğimden de şüpheliyim. Deneyimi her ne olursa olsun bir başkasının fikirlerine göre cümlelerimi, fikirlerimi şekillendirmek yapabileceğim bir şey olmayabilir. Kimse mükemmel değil ve birilerinin falsosunun bana denk gelmesini kaldıramayacak denli yaralıyım.

12 Aralık 2019

Hedef resim babamın, kenarları kırmızı mavi yeşil alacalı büyük beyaz havluyu üzerimden çekip aldığı sahne. Bağırarak saldırmak istiyorum. Kendimi yatakta onunla sevişirken buluyorum. Bilincim gitmiş ama bana söylediği güzel sözlerle geri geliyor.

“Çok özlemişim seni.”

“Beni artık sevmiyorsun sanmıştım,” diyorum.

“Olur mu öyle şey,” diyor, “çok çok seviyorum. Sen benim gözbebeğimsin.”

Bunu der demez amcam geliyor sahneye, çarpık gülüşü yüzünde. Karnımdan yukarı yumruk yumruk sıkıntı yükseliyor. Çıplaklığımı, genç kız bacaklarımı hissediyorum.

“Bu çok fazla,” diyorum ve bayılıyorum.

Bilge yıllar önce, yatak ıslatmayı bırakmıştı. Geceleri tuvalete kalkıyordu. O Fethiye'deyken ben Amerikalı adamla ayrı katı olan bir ranza almış, duvarlarını boyayıp İstanbul'daki odasını yenilemiştik. Bilge Fethiye'den döndüğü gece yatağını ıslatmıştı. Ertesi gece onu tuvalete gitsin diye uyandırdığımda önce uyanıp ayağa kalkmış sonra birden “Benim uykum çok ağır. Ben uyanamıyorum,” diyerek ayakta bayılıvermişti. Bir daha da hiçbir gece onu uyandıramamıştım. Yıllarca her gece yatağını ıslatmış ve ne yaparsam yapayım asla uyanmamıştı. Taa ki bu yıla dek. NeurOptimal'a başladığından beri epey azaldı yatak ıslatmalar.

Anne... Bana Whatsap'tan mesajlar yollamaya devam ediyorsun. Son mesajın bir ses kaydı. Bir adam konuşuyor. “Kapınızı çalıp Sağlık Bakanlığı'ndan geldik, kan şekerinizi ölçeceğiz diyen birileri olabilir, hemen kapıyı kapatın. Sakın inanmayın. Onlar AİDS virüsü aşılaman İşid mensubu insanlar.”

Böyle uyarı mesajlarını hiç es geçmez hep yollarsın bana. Beni koruma isteğin hâlâ aynı. Benim uyanmamış halim gibi, kendini ve çocuğunu korumak istiyorsun ama kimlerden koruman gerektiği hakkında hiçbir fikrin yok.

Yengemi duyuyorum, “Bunlar çok fazla onun için,” diyor. Amcama kızıp duruyor.

Babam çıkıyor, “Sanki senin çocuğun be. O benim kızım,” diyor.

Yengem babama bir şey söylüyor, duyamıyorum. Babamın yükselen öfkesini hissediyorum korku içinde. Elini kaldırıyor. Yengeme vuracak.

Yengem bağılıyor, “Asaf, buna da izin verecek misin?”

Amcam gülüyor.

Babam, “Defol,” diyor, “Hülya gelsin söyle.”

“Hülya gelmiyor. İstemiyor. İyi değil,” diyor yengem.

Babam bir hışım odamdan çıkıyor. Tebaası ona karşı geliyor demek! Sürükleyerek getiriyor annemi odama.

Annem... Bana yaklaşmak istemiyor. Bana bakmak bile istemiyor. Benden nefret ediyor.

“Hayır,” diyor, “Ona dokunmayacağım. İstemiyorum.”

Ben olmasam bunların hiçbiri olmazdı. Böyle anlıyorum her şeyi. Ben olmasaydım bunların hiçbiri olmayacaktı. Annem benden nefret ediyor. Ağlıyorum. Annem beni istemiyor, hiç istemiyor. Her şeyin suçlusu benim.

“Fark et Çağla. Fark et ve kurtul.”

Sultan yengemi duyuyorum, “Hülya, kendine gel. O senin kızın. Bunların hiçbiri onun suçu değil. Bu vahşiler olmasaydı bunların hiçbiri olmayacaktı. Onlar yüzünden. Çağla değil bunların sorumlusu.”

Bu sözler boynumu, gözlerimi, kalbimi çözüyor, donakaldığım yerde yavaşça başımı çeviriyorum, annemi arıyorum, ona bakıyorum. Anneme. Gözlerimi bilmiyorum ama ruhum eriyor, akıyor, akıyor, ona doğru,

“Anne, anne, anneciğim...”

Yalvarıyor ruhum. Geri dön anne. Geri gel. Dokun. Sarıl. Sev beni. Sev. Sev. Sessiz tiradımı duymuş gibi yumuşuyor annem. Bana doğru geliyor. Elini uzatıyor. Duruyor. Hızla dönüp gitmeden az evvel görüyorum yüzündeki sevginin silinişini. Benim olması gereken sevgi, benim olması gereken anne arkasını dönüp gidiyor. Anne sevgisini kalbine gömüp üstüne taş basıyor. Anneeeee. Anneeeee. Bilmiyorum bu kaçınıcı ağlayışım anne diye sayıklaya bağıra. Her biri daha acıklı, daha da uzaklara gitmek zorunda, duyulmak, ulaşmak için. Ulaşamadığımı, ulaşamayacağımı anlayana dek.

“Ne fark ettin Çağla?”

Zayıflığını. Annem o kadar zayıf ki. Hep o güçlü duruşuyla tırmalar zihnimi. Oysa öylesine güçsüz ve zayıf ki. Kaldıramıyor. İyi olmayı deniyor, kötü olmayı deniyor, korumayı, bırakmayı, beni sevmeyi... hiçbirini beceremiyor.

Yengem, çocuklarını korumak için bana olanları sineye çekmek zorunda kalmış olabilir. Annemden daha güçlü ve akıllı başında görünüyor her zaman. Ama ben onun kızı değilim. Babamın dediği gibi!

“Nasıl olur,” diyorum, “Nasıl olur da bunca yıl çıkamazlar bu işin içinden? Hiçbir şey beceremez, bu adamları durduramazlar?”

Annem her akşam babamla tartışırdı. “Bugün neler oldu anlat Yalçın” ile başlayan konuşmalar, annemin eleştirileri, ona öyle demelisin, bunu böyle yapmalısınızla alevlenirdi. Babamın sosyal yüzünü kukla gibi yönetme görevine tutkuyla sarılırdı.

Ve sosyal statüleri... Canavar kocaları başarılı oldukça ve zenginleştikçe, bu iki kadının tutunabildiği tek şey sosyal statüleri olmuş. Annem, porselen yemek takımlarını, pahalı ev eşyalarını ve gittikçe büyüyerek boğaz manzaralarıyla yaşamlarını bir tabloya dönüştüren evleri kendine merhem edip sürünürken, yengem, “Ben hiçbir zaman Hülya gibi zenginliğe, büyük evlerde yaşamaya, gösterişe meraklı olmadım,” derdi. Sen neye meraklıydın?

Sonuçta her ikiniz de anneliğinizi bile yok eden, kadınlığınızı en zayıf ve aciz hallere düşüren bir yok oluş içinde sosyal statü deneni illüzyona hizmet etmeyi seçtiniz. Hizmetçiliğiniz, bu dünyadaki en kutsal görevi, anneliğinizi zehirledi, kuruttu, bitirdi, ÖLDÜRDÜ. Çok iyi beslediniz, temiz tuttunuz bizi. Görenler, özendiğinizi, titiz ve harika anneler olduğunuzu söyledi. Güzel sözleri alıp özene bezene yaralarınızın üzerine kuşandınız.

Kardeşimin hırslı sesi hep kulağımda, “Herkes var da bize mi yok ha!” Çok yakınımda, dibimde, üstümde bu ses. Boğuşmuyorum. Ne oluyor? Bu anıyı da çalışmalıyız. Kardeşim seni de ele geçirmiyorlar değil mi? Çok boğuşurduk seninle, onlardan biri bu da değil mi?

“Şimdi ne fark ettin Çağla?”

Fenerbahçe’deki evde, oturma odasındaki büyük kanepede annemle birbirimize dönük oturuyoruz. Annem beni duyuyor, görüyor. Bu yeni bir şey benim için. Değişik, umut verici. Heyecanla konuşuyorum onunla. Dinliyor beni. Zil takıp oynayacağım. Gözleri çakmak çakmak bana bakıyor.

“Anne,” diyorum, “Hepimiz kendimizi bulmaya, kendimizi gerçekleştirmeye çalışıyoruz. Bırak bizleri yönetmek için çabalamayı. Sen de kendinle uğraş.”

Dikkatle dinliyor beni. İlk ve son kez böyle dinliyor beni sanki. Ne öncesinde ne sonrasında bir daha bana öyle bakarken, öyle apaçık duyarak, dikkatle dinlerken hatırlamıyorum.

“Öyle mi?” diye soruyor annem dikkatle. Öyle mi? Bu kadar mı yani. Neden başka bir şey hatırlamıyorum?

Hatırladığım tüm geçmiş boyunca bir tek bu anıda ve bir de dört-beş sene önce sürpriz yapıp Kandilli’deki eve onu görmek için uğradığımda, onu oynamadığı, kendi olduğu gerçek yüzüyle görmüştüm. Saat 12:00’ye gelmek üzereydi. Dört katlı dev evlerinde bir annem, bir babam, bir de hizmetlerinde çalışan karı koca bir çift yaşırdı. Çalışan kız kapıyı açıp beni orada yaşayan bir aile bireyi gibi içeri almıştı. İlk sorduğum şey babamın evde olup olmamasıydı. Babanız çıktı. Annemi yalnız görmek istiyordum. Ev sessizdi. Öğlen olmasına rağmen ne mutfakta bir hengâme ne televizyon sesi vardı.

“Anneniz uyuyor,” demişti kız. Neden öyle şaşkındı? O sabah orada bulunuşumun ilk olmadığına dair cılız bir şüphe sürünüp kaçıyor içimden şimdi bile. Annemin odasının kapısı kilitliydi. Kapıyı tıklatıp seslenmiş, içimden yükselen bir ısrara yenik düşerek onu uyandırmak için çabalamıştım. Zar zor uyanıp kapıyı açıp koridora yürümüştü. Ayakta zor duruyordu. Korkunç görünüyordu. Yüzü gözü uyuşmuştu sanki. Konuşması bile zorlukla çıkıyordu ayılamayan ağzından. O saate kadar neden uyuduğunu sormuştum. Gece uyuyamadım, demişti. Saate bakmıştı sonra. Yakınlara taşınan eski bir arkadaşıyla görüşüyorlardı o sıralar sık sık. Onunla buluşacaklarmış ama ona bile gitmeye hâli yokmuş, iptal edecekmiş. Onu böyle görmeye dayanamamıştım. Toparlamak istemiştım onu. Arkadaşıyla buluşması için ısrar etmişim. Arkadaşlar bunun için işe yarardı, ihtiyacı olduğunda orada olurlardı.

“Hiç kimseyi görmek istemiyorum,” demişti. Bir tane bile gerçek arkadaşı olmadığını, kimseye güvenip açılmadığını, samimiyetsiz yaşamını, yalnızlığını anlayarak üzülmüştüm. Üzerinde görmeye alışık olmadığım bu doğal hal ansızın ona ulaşabileceğimi düşündürmüştü bana. Belki köpeğim Darma’yı kaçırttığı için bu sefer özür dilerdi benden. Konuyu açivermişim yumuşak olmaya gayret

ederek. Ayılmıştı birden. Odasına dönüp yüzünü yıkayıp giyinmişti. Son giydiği sanki demirdendi, birdenbire yine o sert ve korkunç haline bürünüp beni suçlamaya, hakaret etmeye başlamıştı. O sırada telefon çalmıştı. Ben ısrarla annemin özür dilemesini, hatasını kabul etmesini ve aslında onu affedip bunu geride bırakmayı istiyordum. Tatlı bir tonda başladığım ısrarım öfke ve nefrete dönmüş, tam çekip gitmeye hazırlanmışken annem de odasına girip kapıyı çarpmıştı. Hırsla aşağı inmişim. Ve babamı görmüşüm. Ne işi vardı orada? Hafta içi öğlen vakti?

“Neden buradasın baba?” Sonra ne olmuştu?

“Daha orada değiliz Çağla. Şimdi hedef sahneyi düşündüğünde hissettiğin rahatsızlık kaç?”

“Hedef resim artık babam değil, annem. Oturma odasındaki konuşmamız. Sadece söylediğim birkaç cümleyi hatırlıyorum. Gerisi yok.”

“Hadi oraya bak şimdi o zaman.”

Gözlerimi kapatmadan kendimi oturma odamızdaki kanepede buluyorum. Sonra birden annemin yazdığı mektupları hatırlıyorum. Her birimize bir mektup yazmıştı. Babamı terk etmeye karar vermişti.

“Bana bundan hiç bahsetmemiştin Çağla. Annenin babanı terk etmek istediğinden.”

Yapamamıştı ki. Galiba sadece birkaç gün gitmişti. O zamanlar çok kavga ederlerdi. Keşke annemle babam ayrılırsalar, ben babamla kalsam, Baran da annemle gitse, diye düşünürdüm. Annem her şeye karışıyor, sürekli beni eleştiriyor, hiçbir isteğime yanaşmıyor, beni hiç özgür bırakmıyordu.

“Ben babamla kalacağım,” demiştim. Annem bunu hiç istememiş, mücadele etmiş ama babam bana arka çıkmıştı. O hep bana arka çıkardı. Annem Baran’ı alıp gitmişti.

Ben, nasıl olurda babamla kalmak isterim?

“Hatırlamıyordun Çağla. Sadece hatırlamak istediklerini, sana iyi gelenleri hatırlıyordun. Babanla yalnız kalınca neler oldu?”

Yumurtalık bölgem, kasıklarım ağrımaya başlıyor. Öyle tanıdık ki bu olağan ağrı, elimi yavaşça karnımın altına koymaktan başka bir şey yapamıyorum. Gözlerimi kapatıyorum.

Annemle babamın yatak odasındayım. Her yer yanıyor, kızıl ateşle, korla dolu oda. Çok çok mutsuzum. Yataktan kalkıyorum. Kanamam var.

“Baba kanıyorum,” diyorum.

“Banyoya git, temizlen,” diyor.

Banyoya giderken kusuyorum. Çok kanamam var. Babam... kontrolden çıkmış bir canavar gibiydi. Annem ve kardeşim gitmiş, ben onun küçük kadını olmuşum. Hiçbir denetleme mekanizması olmayınca her şey daha da iğrençleşmişti. Babam banyonun kapısında çıplak dikilmiş konuşuyor,

“Bundan sonra kimse yok. Sen ve ben. Kendi işini kendin göreceksin. Her şeyi nasıl öğrendiyse bunu da öğreneceksin.”

Anlatırken bile kanım donuyor. Babamın acımasızlığına inanamıyorum. Nasıl olur?

Terapistim o güne kadar olanların çok mu şefkat içerdiğini soruyor. Şaşkınlıkla kalakalıyorum.

“Baban iyi bir baba mıydı yoksa Çağla?”

“Hayır.”

Onu aklamayı bırakmak istiyorum. Onu sevmeyi, olanları yumuşatmayı.

Annemi arıyorum. Ağlayarak anlatıyorum olanları. “Gel lütfen, eve dön,” diyorum. Koltuktaki konuşma bunlardan sonraydı sanırım. Annem dönüyor, o zaman.

“Neden gittin anne?”

“Sizi korumak istemiştin?”

“Neden?”

“Babanızdan.” Nasıl da şaşıyorum!

“Ama anne... bizi koruman gereken bir kişi varsa o da sensin!” Bunu demiş olduğuma inanamıyorum. “Sen,” diyorum, “her şeyi kontrol etmeye çalışıyorsun. Beni boğuyorsun.”

Annem bana bakıyor, anlamak istiyor beni ve ben bana her zaman söyledikleri gibi, tam olarak SAÇMALIYORUM. Olanları, kanadığımı, onu neden çağırdığımı, hiçbir şey hatırlamıyorum. Annem eliyle saçlarımı okşuyor,

“Hiçbir şey hatırlamıyor musun güzel kızım?”

Anlayamıyorum onu. Hiç anlayamıyorum. O beni anlasın, istediğim gibi yaşamama izin versin, bu dinleyen, anlamak isteyen hali işe yarasın istiyorum. Ne yaşadığımı o kadar bilmiyorum ki, bu konuşmayı hatırlamak beni sarsıyor. Kahroluyorum.

Annem sonunda pes ediyor. Öyle şefkatli ki, bu konuşmanın bundan böyle daha rahat ve saygılı bir anne olmasını sağlayacağına inanmak istiyorum.

Çok çok hastayım ben. Çok hastaymışım.

“Hayır,” diyor terapistim. Onun da gözleri dolu dolu. Ağlamamak için kendini tutuyor ama gözlerinin beyazları kızarmış.

“Bu bozulma. Hastalık değil.”

Annem, beni bırakıp gidebilirmiş. Gitmemiş. Benim için kalmış.

16 Aralık 2019

“Hiçbirini hatırlamıyor musun kızım? Beni aradığında söylediklerini?”

“Ne dedim anne?”

“Ağlıyordun. ‘Kanamam var,’ dedin. ‘Çok acıyor. Gel,’ dedin.

“Hatırlamıyorum. Bunların babamla ne ilgisi var?”

“O yaptı sana bunları Çağla.”

“Ne yapmış olabilir ki benim kanamam için? Ne saçma!”

“Babam canavara dönüştü, öleceğim diyerek ağlıyordun telefonda kızım.”

“Hayır!”

Annem eve dönmüş, bana ulaşmaya çabalıyor. Onu çağırdığımı kabul edebilirim ama gerisi... Ufak bir zıtlasma, tartışıyoruz. Beni babamdan soğutmaya çalışmakla suçluyorum onu. Ne dersem diyeyim annem sakinleştiriyor beni. Oturma odasındaki uzun koltuğa geçiyoruz.

“Hiçbir şey mi hatırlamıyorsun güzel kızım?”

Sinirlenecek gibi okuyorum. Ona öyle öfkeliyim ki. Yine de konuşmamızda yeni olan bir şey var. Annemin bakışlarında bir aydınlık, ılık, şefkat.

“Peki,” diyor ne desem. Daha anlayışlı, saygılı, rahat. “Peki,” diyor, “deneyeceğim. Elimden geleni yapacağım. Seni asla bırakmayacağım, bir daha asla... Buradayım kızım, yavrum... Buradayım.”

Babam giriyor sahneye gülümseyerek. Konuşuyorlar. Babama annemi şikâyet etmek üzereyim. Bir şey beni durduruyor. Uzun koltuktaki köşesine geçip oturuyor, bacak bacak üstüne atıyor babam. Ne ara yandaki ikili koltuğa geçtim bilmiyorum. Öyle duygusuz ve umursamaz ki babam! Annemin gelişine karşı kayıtsızlığı, hatta alaycılığı beni durduruyor.

“Baba, annemin dönüşüne sevinmedin mi?”

Küçük, küçücük bir gülüş atıyor. Tek eli yukarı kalkıp iniyor. Küçümsüyor, gidişini de gelişini de. Fark etmez, nidasında bir şeyler söylüyor. Alaycılığı, soğukluğu ve duygusuzluğu bir an için bana baş başa kaldığımız zamanki acımasızlığını hatırlatıyor. Yerleri korlar, duvarları alevler içindeki kıpkızıl yatak odalarını görüyorum. Onların yatak odası. Benim değil. Evin içinde kaybolmuş, yanlışlıkla o odaya girmişim, kanayarak çıkmışım o odadan gibi.

“Ben döndüğüne çok sevindim,” diyorum. Beni neyin konuşturduğu hakkında ufak bir fikrim yok ama devam ediyorum,

“Onun olmadığı yerde ben de yokum!”

Annem hızla yanıma gelip oturuyor, sarılıyor,

“Canım kızım,” diyor. Babam öfkeleniyor.

“Ne yaptın kıza?”

Babamın tavrıyla sarsılıyorum. Evimizdeki tek sevgi dolu insan o sanırdım, nasıl böyle davranabilir? Yanılıyor muydum?

“Hayır,” diyor annem, “Sen yaptın ona. Onun hiçbir suçu yok. Her şeyi sen yaptın.”

Annem bana dönüyor, “Birlikte gidebiliriz. Baran da orada. Hadi, kardeşinin yanına gidelim. Kızım. Hadi!”

Babamın öfkesi büyüyor.

“Hiçbir yere gidemezsiniz. Beni bırakıp gitmek ha. ÖLDÜRÜRÜM SİZİ! Çağla, derhal içeri git. Annenle biz konuşacağız. Kafanı bulandırmış annen senin. Demek onunki de bulanmış.”

Oysa annem ilk defa bulanık değil, net, berrak, kendi gibi. Kafam karışıyor, çok çok karışıyor. Annem gerçekten beni babama karşı doldurdu ve babam da buna öfkelenecek kadar çok mu seviyor beni? Öldürecek kadar? Duygusuz, sepsert, buz gibi öfkeli hali tam olarak neden? Annemin dönmesine sevinmem, yanımda olmasını istemem iyi değil mi?

“Odana. Koridorun kapısını da kapat.”

İçeri gidiyorum. Koridorun kapısını kapatıyorum. Kalın krem halı yüzünden tam kapanmıyor kapı. Her tartışıklarında yaptığım gibi arkasına yere oturup bacaklarıma sarılıyorum.

“Bırak gidelim Yalçın. Yeter yaptıkların. Bırak da normal hayatları olsun çocukların.”

“Normal ha! Nereye gideceğinizi sanıyorsun?”

“Babamın evine gideceğiz. Baran da orada, bekliyor bizi.”

“Orada ha! Benim yaptıklarımı babam mı yapacak size bundan sonra? İstedğin bu mu?”

“Ne saçmalıyorsun! Babam bize zarar vermez!”

“Yaa... Daha sessiz sakın olması yaptıklarını unutturuyor öyle mi? Bayramoğlu’nda bize katıldığı zamanlara ne oldu?”

“Hayır. Sen neler söylüyorsun Allah aşkına!”

“Neden benimle evlendin sen hanım? Babana duyduğun sevginin benzerini bulmadın mı bende?”

Annem ağlıyor. “Hayır. Hayır. Doğru değil bunlar. Bunu bir kez daha yapmana izin vermeyeceğim. Bırak bizi!”

Babam annemi alt etmek için bunları uydurdu mu yoksa dedemin de babam ve amcam gibi olduğu doğru mu? Aile denen şeyin bu olduğunu sanarak büyüyen bir kız olarak, dedemi aralarında görmek çok etkilememiş mi beni? Dedemi sorguladığım anlar olmadı diyemem. Bugün dahi sorguluyorum. Hiçbir şey yok. Hep iyi şeyler. İyi anılara bile güvenemiyorum ki artık. Annemin babam gibi bir adamla evlenmiş olması, yaşadığı yenilgiler... bunlar yüzünden böyle düşünüyor olabilirim. Bunu daha sonra çalışmaya karar veriyoruz.

Annem ağlama krizine girmiş. Babam yumuşamış, “Sana biteceğine söz veremem. Ama çok azalacak. Göreceksin. Zaten sensiz yapamazdık. Çok dikkat çekerdik. Kız da kendine bakamadı. Dağılırdık. Bu işin yürümesi için gereklisin.”

Bu iş!

“Çok azalacak. Normal bir aile görüntüsünü başaracağız, göreceksin.”

Titremeye başlıyorum oturduğum yerde. Babam penisini çıkarıp üzerime gelse bilincimi kapatacağım. Ya da normali oynasak o anda rolüme kaptıracağım. Ama bu... Normal olmak için çabalayan bana, öbür halden haber veriyor. Titriyorum. Ağlamaya başlıyorum. Tuhaf böğürtülü bir bağırma çıkıyor ağzımdan beni yırtmaya çalışırcasına. Annem geliyor. Kapıyı açamıyor. Arkasında yerde bağırıyor, inliyor ve tir tir titriyorum. Aralıktan elini uzatıyor.

“Elimi tut kızım. Çağla, elimi tut,” diyor. Elini tutuyorum. Anlatırken ağlıyorum. Annem beni çekiyor, kapı açılıyor, bana sarılıyor.

“Geçti kızım, geçti. Çok daha iyi olacak her şey. Elimden geleni yapacağım... Ama sen...”

Altımdan sıcak bir şey sızıyor. Annem babama bağırıyor, “Ne yaptığını gör artık!”

“Her zaman ne oluyorsa o oluyor!”

Babamın aymazlığı, acımasızlığı... Annemin kolları...

“Mahvediyorsun onu. Bitsin artık bu işkence. Bitsin!”

Babam gülümsüyor, “Geçti kızım. Hadi kalk!”

Annem altıma ped koyuyor. Beni yatağıma götürüp üstümü örtüyor. Yavaş yavaş titremem geçiyor. Uyuyacağım. Geçti. Geçti.

Amcamlar geliyor. Annem hiçbir şey hazırlamamış. Yemek yok.

“Gelmeyin artık. Bitti. Hiçbir şey hazırlamadım. Hazırlamayacağım da.”

Tartışıyorlar. Doğu beni sıkıştırıyor arka odalarda. Kaçıyorum. Anneme söylüyorum. Beni kendi yatak odasına götürüyor, girip kapıyı kilitlememi söylüyor. Dedigini yapıyorum. Bir süre sonra kapıdalar.

“Yemek sipariş ettik. Hadi gel. Hep birlikte yemek yiyelim.”

“Sakın çıkma,” diyor annem. Hangi bilinçteyim bilmiyorum. Karmakarışığım. Karnım aç. Dışarıda neler olduğunu merak ediyorum.

Doğu geliyor, “Hadi çık Çağlacığım. Yemek yiyip oyun oynayalım,” diyor.

Yavaş yavaş ikna oluyorum. Yemek yemek istiyorum. Açıyorum kapıyı. Yemek falan yok.

Batı beni odamda sıkıştırmış, “Git buradan Çağla,” diyor, “Git. Annen bile seni koruyamıyor. Git buradan. Git.” Şaşkınım.

“Beni de zorluyorlar. Ama ben seni o şekilde görmüyorum. Kuzeniz biz. Kuzenler böyle şeyler yapmazlar.”

“Doğu?”

“Ben Doğu değilim Çağla. Onun gibi değilim. Buradan kaçmalısın. Gidebildiğin kadar uzağa gitmelisin. Her yer buradan iyidir.”

“Sen? Birlikte gidelim.”

“Ben gelemem. Ben zayıfım. Çok ağlarım ben, unuttun mu? Sen güçlüsün. İdare edersin, başarısın. Git.”

Sonra geliyorlar. Aylar önce gördüğüm sahne. Bedenimi düzenliyorlar, önden arkadan, aynı anda...

Batı... Ağlıyorum. Kaç yaşında? Benden 4 yaş küçük o.

“Sonra Emre ile kaçtın, değil mi?”

“Evet.”

“Gidiyorsun. 17 yaşındasın büyük ihtimal. Batı da 13.”

“13 yaşında biri bunları söyleyebilir mi?”

“Söyler. Ben çok ağlarım, diyor. Çok uygun. Hâlâ çocuk sayılır.”

Tüm bunları yaşayan biri olarak Batı da yaşından olgun. O hiçbir zaman gitmedi, aileden hiç kopmadı, kopamadı. Neden? Belki denemiştir.

Ankara’da yaşarken beni ziyarete gelmişti Batı. O zaman neler olmuştu? Henüz oralara gelmedik. Henüz 17 yaşındayım.

Annem ne yaparsa yapsın bu iki canavar adamı durduramıyor. Yengem de.

Annemin beni sevmediğini hissettiğim, bana dokunamadığı, benden kaçışı aynı gecenin devamı olmalı.

“Hülya iyi değil. Gelmek istemiyor.”

“O senin kızın Hülya. Bunların sorumlusu o değil. Onun suçu yok.”

“Bir adam nasıl hem bu kadar korkunç hem de sosyal hayatta saygı gören, sevilen bir insan olabilir?”

Soruyu sorar sormaz kendime şaşırıyorum. Yine de küçük bir kız gibi merak ediyorum, bu nasıl olabilir? Babam, T. Mezunları Derneği’nin başkanıydı. Başarılı gençlerin eğitim masraflarını sağlamasına ön ayak oluyordu dernek adına. Özellikle görmemi istemişti o gençleri. Gençler babama teşekkür etmişlerdi. Babam, bu gençler için örnek iş adamı, başarılı bir mezun, dernek başkanı ve onların elinden tutan iyi kalpli bir adamdı. Sessizce izlemiş, dinlemiş, her birinin nasıl bu kadar kendilerine güvenerek bu kadar insan içinde öyle rahatça konuşabildiğine, dahası babama olan hayranlık ve saygılarına şaşakalmıştım. Babam bir devdi. Bense hiçbir şey. Onun hakkında kötü düşünmeye cüret edemezdim. Annemin derneğin kulüp yemeklerinde attığı sahte kahkahalar hâlâ kulaklarımda çınlar.

Annemin elinde kalan tek şey görüntü. Normal aile görüntüsü, şık giysiler, mobilyalar ve sahte kahkahalar.

“Peki ya, ‘akşam akşam banyoya giremezsin’ kavgası niyeydi?”

“Belki annen, baban evdeyken banyo yapmanı istemiyordu.”

“Neden o kadar kavga koptu peki? Benimle başa çıkamadığı için babamı o odama gönderdi diye düşünmüştüm ben.” Ah!

“Düşünüyorum da ben hep sabah çok erken kalkar banyo yapardım. Sıcak suyla temizlendikten sonra suyu buz gibi yapar altında dururdum. Bir daha da hiçbir zaman akşam banyo yaptığımı hatırlamıyorum.”

“Annen evdeki yaşantınızı yeniden düzenlemiş olmalı.”

“Babam pazar günleri evde olurdu. Annem, pembe kısa geceliğimle ortalıkta dolaştığım için kızmış, hemen gidip giyinmemi söylemişti. Babam da bir kere donla mutfığa gelmişti, ona da çok kızıp gidip giyinmesini söylemişti. En azından gündüz evin içinde dolaşırken giyinik olmamızı sağlamış.”

“Bunlar çok tutarlı şeyler Çağla,” diyor terapistim. Benim gibi onun da zihninde her şeyin yavaş yavaş yerli yerine oturduğunu, anlamlı hale geldiğini söylüyor.

Olumlu cümlemin, “İradem ve bedenimle bir bütünüm,” olmasını denedik.

“Bugün hâlâ fark etmediğim şeyler olabilir. Bütünüm diyemem,” dedim. Başka bir cümle aradık.

“Güçleniyorum,” dedim. “Geçmişte kaldı ve güçleniyorum.”

Evden kaçıyorum. Emre ile Ankara maceram başlıyor. İkinci gidişimde büroda kalamıyoruz. Dayısı kızıp anahtarı almış. Ailesiyle tanıştırıyor beni ama hemen onlarla kalmaya başlamıyoruz. En yakın arkadaşım dediği kişiye gidiyoruz. Daha ilk gece Emre onun benden hoşlandığını düşünerek kıskanıyor ve ayrılıyor oradan. Paramız yok. “Parklarda kalırız,” diyoruz bir parkta bankta otururken. Babam arıyor. Cep telefonum yok ki. Ben mi arıyorum yoksa? Çok güzel konuşuyor benimle. Para yatırıyor bana. Parayı çekip karnımızı doyuruyoruz. Köfte ekmek. Sonrasını hatırlamıyorum. Babamın para yatırması asıl beni düşündüren. Onunla konuşurken sanki bir otobüsün içinde ayaktayım. Belki de otobüste karar veriyorum onu aramaya. Otobüste bir çıkış bulmuşum gibi bir rahatlama hissettiğimi hatırlıyorum. Karışık biraz buralar. Tatlı konuşmasıyla ve para yatırmasıyla babam yine gönlüme tahtını kurmuş durumda. En son bunu hatırlıyorum.

Emre’ye geldiğimize göre önceki boşluklar doldu, diyoruz terapistimle. Bu şekilde NeurOptimal’a giriyorum. Bilge’nin dersi erken bitmiş. Çıkışta enerjğim. Uçarak gidiyorum ona.

Ah bir de... Evden kaçmadan önce, sol bileğimin az üstünde bir ağrı beliriyor. Sanki biri sıkıyor. Bunu da çalışıyoruz. Ellerime bakıyorum.

“Çok iyi,” diyor terapistim, “dur der gibi kaldırdın ellerini, değil mi?”

Şaşırarak fark ediyorum ben de. Ellerim bir şeyle arama mesafe koymaya çalışıyor. Kollarım, omuzlarım ağrıyor.

“Fark et. Fark et ve kurtul Çağla.”

Bir de... Top böcekleri geliyor aklıma. Göğsümde bir sancı, öyle kapanmışım ki top böceği gibiyim. Çocukken top böcekleri toplayıp bir kutuya koymuştum. Top şeklinde ölmüşlerdi bir süre sonra.

Kendimi suçlu hissetmiş, bir daha yapmamıştım. Açılıyorum. Derin derin nefes alıyorum. Burnum, göğsüm hava doluyor. Top böcekleri başlıklı bir öykü yazacağımı düşünüyoruz.

Başlarda olduğu gibi değil hatırladıklarım. İlk hatırladıklarım çok daha vahşiydi. Havada uçuyor, diz çöküyor, eğiliyor, yüz üstü yere yapışıyordum. Penisler görüyordum ya ağzıma ya münasip nerem varsa girip çıkıp duruyorlardı. Her şey daha yavaş ve sakin artık. Bu iyileştigimi mi gösteriyor, yoksa daha fazla dayanamadığım için sansürlediğimi mi?

“İyileştigini. Artık onların esiri değilsin.”

Büyüdükçe tüm o vahşet öylesine olağan ve sıradan hale geliyor ki benim için, bu yüzden belki, o dönemde nasıl kendimi olup bitene kapatıp normal yaşama odaklandıysam bu zamanda da aynı etki ağır basıyor sanırım. Ya da hepsi birden.

“Önemli mi?”

Hayır. İyileşiyorum. Güçleniyorum. Özgürleşiyorum. Önemli olan bu. Tamamen iyileştigimde nasıl olacağımı, hissedeceğimi, görüneceğimi, yaşayacağımı merak ediyorum. Hiç bilmiyorum yaşadıklarımı yaşamamış bir Çağla nasıl olurdu, asla da bilemeyeceğim. Bana kalan, bu enkazı toplayıp yeniden ayağa kaldırmak, yepyeni bir Çağla yaratmak.

İyileşme çabam, anne oluşumla ivme kazanmış. Öğrendiğim her şey yön, tat, doku, tarz edinmeme yardımcı olan donanımlarım ve iyimserlikle aradığım alternatif yollar koltuk değneklerim olmuş. Yaşarken nefes almak zorundasın.

18 Aralık 2019

Ülkü hanımla görüşmeye gitmiştim yazışmamızın ertesi günü. Onun da aynı yaşlarda bir oğlu varmış. Empati ve duygudaşlık içinde yüzdük ilk görüşmemizde, her cümle şevkle yan yana kulaç atmak gibiydi. Bilge ile tanışmak istedi, sonra onunla da gittik. Bilge somatik çalışmayı itiş kakışa dönüştürmekten çok keyif aldı. Terapistim ise EMDR ve somatik deneyimleme eğitimini tamamlamış, çocuklarda deneyimli bir uzman bulmamdan yana. Ülkü hanım çocuk konusunda uzman olmadığı halde neden çocuğumla görüşmeyi kabul etti peki? Düzgün bir değerlendirme yapıp karar vermek yerine sürükleniyorum. Ufak bir enerji, büyük bir umutla aranıyorum ve ilk bulduğum kişi ile olsun istiyorum. Olsun. Kafam bulanıyor, sürekli tane tane ve doğru adımlar atarak iyi bir karar verememekten korkuyorum. Sırf bu yüzden hiçbir şey yapamamaktan, çok geç kalmaktan da korkuyorum. Hep olduğu gibi, çeşitlilik bol, korku çok. Alışık olduğum bu halden ne zaman kurtulabileceğim?

Bir yandan Ümran Korkmazlar'ın sekreterini arıyorum, yazıyorum. Yok. Beceremiyorum akıllı davranmayı, birileri bunu benim için yapsın istiyorum, n'olur. Ah be Çağla ah!

20 Aralık 2019

Sıkılıyorum. Sürekli bir sıkıntı var içimde. Öyle bir sıkıntı ki, ne yaparsam yapayım hiç içimi bırakmıyor. Bıktım bu sıkıntıdan. Bıktım. Usandım. Elimi göğsüme daldırıp söküp atmak istiyorum, kurtulmak. Yoksa hiçbir şey başaramayacağım. Anlamsızlık okyanusunda savruluyorum.

“Senin yaşadıklarını yaşayan bir kız çocuğu nasıl sıkılmaz Çağla? Sıkılmamak için neler yapıyordun?”

“Okuldan geldiğimde eve gitmek istemezdim. Mahalledeki dükkânları gezerdim. Ufak bir parfümeride çalışan bir adam vardı. Bir ara sık sık oraya giderdim. Dükkânındaki eşya yığınıyla ve envai çeşit süs malzemesiyle değil adamla ilgilenirdim. Cilveleşirdim belki de. Tezgâhın arkasına geçtiğimi hatırlıyorum. Bana bir şey yapmasını beklemiştim. Yapmamasının şaşırttığını hatırlıyorum. Başından savmaya bile çalışırdı beni. Bir keresinde, takım elbiseli adamlar gelmişti arabayla. Seni annenlere götüreceğiz, gibi bir şey demişti biri arabadan inip. Arka kapı açıktı. İnanmıştım. Neredeyse binecektim. Parfümerici kurtarmıştı beni. “Ne oluyor? Siz kimsiniz?” diye bağırarak hızla gelmiş, kolumdan tutup uzaklaştırmıştı beni onlardan. Adam arabaya atlamış, hızla kaçmışlardı. Araba gittikten sonra bana kızmıştı, “Tanımadığın insanlarla ne diye gidiyorsun?” Plakasını almıştı belki. Babamlara anlatmıştı sonra. Annem hayretler içinde başkalarına anlatmıştı ertesi gün, o zaman anlamıştım haberleri olduğunu.

Parfümerinin yanında bir mimarlık bürosu açılmıştı. Parfümerici beni kovunca oraya takılmaya başlamıştım. Asma bir katı, o katta da kocaman bir masa vardı. Masanın üzerinde kocaman kağıtlara kocaman çizimler yaparlardı. Öyle ilgiliydim ki, “Seni işe alalım. Çalış burada,” demişlerdi. Annemle babam izin vermemişlerdi.

“Çocuklarını çalıştırıyorlar dedirtmeyiz biz ailemize. Paraya ihtiyacımız varmış gibi!”

İğrip sokağın dik bağlandığı caddenin karşı kaldırımında bir kırtasiyeci açılmıştı bir de. Rengarenk, pasparlak, simli güzelliklerle doluydu dükkân. Ufak tefek şeyler alırdım. Harçlığımdan arttırıp saklardım okuldan sonra kırtasiyeciyi düşleyip. Uçlarını çıkarıp tepesinden içine geri soktuğun rengarenk simli kalemler, kokulu silgiler...

“Buradaki her şeyi sırayla alacağım,” derdim dükkân sahibine. Gülümserdi. İmandıramazdım onu.

Parfümerideki adamdan öğrenmiştim diğer dükkanlarla cilveleşmemeyi, hayatta başka şeyler de olduğunu.

“İyi insanlarla da karşılaşmışsın.”

“Sanırım.”

Parfümerideki adamı kötü hatırlamadığım halde bir şüphe düşüyor içime. Ev dışında biri bana benzer şeyler yapsa onları da hatırlamamam icap etmiyor mu? Nasıl bileceğim onun da bana bir şeyler yapıp yapmadığını? Kimseye güvenememek, tam olarak böyle bir şey işte!

Neden? NEDEN?

Bu soru terapistimin çalıştığı birçok kişiyi zaman zaman esir almış. Bir de “Neden ben?” Ben hiç, “Neden ben?” diye sormadım. Ama babamın tatlı hallerini düşündüğümde, herkesçe sevilip sayılan başarılı kimliğini, nasıl olabilir diyorum hâlâ. Nasıl böyle bir insan aynı zamanda öyle olur? Ne yaşıyordu? Neden?

“Baban seni nasıl desteklerdi? Nesi iyiydi?”

Düşünüyorum.

“Konservatuvara gitmene engel olduğunda da iyi miydi?”

Engel olan o değildi annemdi, diyecek oluyorum. Bunun eskide kalmış bir cümle olduğunu, uzaktan bana el salladığını anlıyorum.

“Hayır. Değildi.”

Düşünmeye devam ediyorum. Annemi üzerimden savuşturup uzaklaştıran bir iki cümlesinden başka bir desteğini bulamıyorum. İlk eşimle ayrıldığımızda Fethiye’ye gelip arabamın anahtarını ve evde kalan eşyalarımı almama yardımcı olmuşlardı. Yalnız başıma yaşayacaktım. İşine gelmiş olabilir. Geçiyorum. Kendi ayaklarımın üzerinde durmam için beni üniversitede okuttular. Şükür ki herkes yapıyor bunu. Yapmasalar tuhaf kaçardı herhalde. İstedğim hiçbir bölüm olmadı ama okuttu beni, sağ olsun. Sike sike ama okuttu.

Gülümsemesi. En çok o gülümsemesi. Yırtıp soyup yüzüp atmak istiyorum suratından. Beni kandıran hep o gülümseme.

Annemin patlak yeşil gözlerindeki dehşete karşılık en olmadık durumda bile gülümsemesiyle gerilimleri rahatlamaya kavuştururdu. O gerilimin hep annemden kaynaklandığını düşünürdüm ben. Bebekliğim, çocukluğum, genç kızlığım, tüm var oluşum babam için bir başarı öyküsüymüş meğer. Gülümsemesin de ne yapsın. Başarısının güveniyle, aymazlığıyla hepimizi normale çarpardı. Alın size normal!

“Bu ev annenin üzerine. Bayramoğlu’ndaki ev de onun üzerineydi. Ben evleri hep onun üzerine yaparım,” dediğinde babam çok şaşırıyorum. Hamileyken Fethiye’de bana almayı düşündükleri evi üzerime yapmak istememişti. Sonunda da vaz geçmişti almaktan. Bilge doğmuş, onların evinde kalıyorduk.

“Annem çok maddiyatçı. Hiç korkmuyor musun seni terk edip gitmesinden?”

“Annen asla beni bırakmaz.”

“Nasıl bu kadar emin olabiliyorsun baba?”

“İşte. Eminim.”

Nasıl? Gülümsemesi. Rahatlığı. Yıkılmaz bir güven içindeydi. Anlayamıyorum. Hiç unutmadığım anlardan biridir. Nasıl bu kadar güvenebiliyordu annemin onu asla terk etmeyeceğine? Annemi tanıyamamış mıydım?

Nasıl bir bağlılık? Nasıl bir anlaşma bu? Şeytanla anlaşmanın dönüşü olmaz mı? Faust’u bir daha mı okumalı? Seansta çalışıyoruz bunu.

“Bak oraya,” diyor terapistim. Bakıyorum. Manasızlık okyanusunda bir fırtınanın ardından benim yüzümden olduğunu duyuyorum kendimden. Eğer o babamı terk edip gitseydi ben babamla kalacaktım çünkü.

“Biraz daha bak Çağla.”

Gidebileceği hiçbir yer yok muydu? Babasına da güvenemedi mi? Biraz daha bakınca birden amcamların evindeyiz.

“Ne zaman çalacaksınız?” diye soruyorum. Doğu şaşkın bir merak ve ilgiyle soruyor,

“Çalmamızı mı istiyorsun Çağla? Gerçekten istiyor musun?” Müzik istiyorum, evet. Ama sonra...

Doğu kanunu kucağında alıyor. Batı kemanda. Ben yerde domalmış koltukta oturan babama oral... ah... amcam arkamda... Baran merak ediliyor. Annem kardeşimle içerideymiş. Salona getiriliyorlar. Amcam, “Bu çocuğa da bir şey çalmayı öğretemediniz. Boş boş oturuyor,” diyor.

Kardeşimle yan yanayız, domalmış. Amcam ve babam arkamızda. Kardeşime bakıyorum. Kafasını çeviriyor, benimle göz göze olmak istemiyor. Başının arkasını, saçlarını görüyorum. Amcamla babam arkamızda iniltiiler içinde. Fonda kanun ve kemanın uzaklardan gelen sesi.

Hemen öncesi...

Annem Baran’a dokunulmasını istemiyor. Yengem de galiba.

Amcam karşı çıkıyor, “Anlaşmamız Doğu ve Batı için, bu ikisi için değil.”

Annem heyecanlanıyor, “Yalçın, kendi çocuklarına yapılmasına izin mi vereceksin? Asaf çocuklarını elletmiyor. Bizim çocuklarımızı kullanıyor.”

Babam gülümsüyor. Saçımdan çekerek beni yavaşça penisinden uzaklaştırıyor. Ayağa kalkıp anneme doğru yürüyor. Penisini annemin suratının önünde tutarak soğuk, acımasız bakıyor anneme. Annem pusuyor, susuyor. Sonra Baran ve ben, yan yana.

Çok ÇOK çooooook SIKILIYORUM. Bedenimde sızılar dolanıyor. Sıkıntıdan patlayacağım. Hatırlamaktan da görüp anlamaktan da bıktım. BIKTIM.

Nedir bu kadınların basiretini böylesine bağlayan? Nedir? Bunu anlamak mümkün değil! Hiç, hiç anlayamıyorum.

Annem neden beni de alıp gidemedi? Şuurunu ve gücünü mü kaybetti yine?

Beni bırakmadığı için mi kardeşimi de feda etti? Kardeşim bu yüzden mi bana karşı hep öfkeli, beni azarlar gibi?