

Saç telleri Acıyla tutundu Cevapsız kafaya

---

Hafif bir acı. Zihnimin köşelerinde. Hayatın *vazgeçilmez* gördüğü ne varsa, hepsinden imtihan edildim sanırım. Düşününce, annemle aynı evde 4-5 sene yaşamış biriyim, babamla belki 1 veya 2 yıl. Hayatım birilerini özlemekle geçti, şimdi bu A- ve F-.

Bana dedi ki, *çocuklar bir şekilde bunun üstesinden gelir ama sen üstesinden gelebilir misin?* Aylık kırk-binlira gelirim ve 10-20 evim olduğunu iddia ettiği bir dava dilekçesi yazıp, belki beş sene sürecektir dava sürecinde elimi kolumu bağladığı için son çare olarak memleketi bırakıp gitmekten bahsettiğim *bir arkadaş* soruyor bunu. *Evet* dedim, daha büyük ayrılıkların üstesinden geldim, daha zor yalnızların üstesinden geldiğim gibi. Atlattığım, nasıl atlatacağımı bildiğim hastalıklar bunlar ve hayat, eskiye nazaran, 10 yaşına veya 20 yaşına nazaran çok daha kolay.

Bir de *marjım geniş* dedim tabii, hala *antidepresan* kullanmadım. Altı ay önce *muhtemelen bu sefer gerekecek* diyordum ama gerekmedi hamdolsun, biraz *verimliliği* azalttım, çalışmayı neredeyse bıraktım ama yine de *majör depresyon* diyecek kadar bunalmadım. Kendi belirlemediğim, hazırlık yapmadığım olayların geliştirdiği bir süreç olarak üstesinden iyi geldim bence. Bir defa psikoloğa gittim ama psikolog benden daha kötü durumdaydı, yazık psikoloğa deyip vazgeçtim.

Çocuklarla halimizi görenler *bu adam bu çocuklar olmadan yaşayamaz, o kadar bağlı görünüyorlar birbirlerine* diyor. Doğru, çocuklarla birbirimize düşkünüz, bunu da bizi tanıyan herkes bilir ama *yaşayamaz* kısmı doğru değil. Bu sanırım *bağımlılık* ve *bağlılık* arasındaki fark, onlarla ilgilenmemin sebebi *bağımlılık* değil, *bağlılık* ve sorumluluk. Onlar olmazsa mutlu olduğum başka sorumluluklar bulurum. Özlerim ama hayatımın en derin özlemi olmazlar.

Budistlerin *Dukkha* diye bir kavramı var: Acı çekme. *Hayat acı çekmekten ibarettir* diyorlar, bunun sebebi de *bağımlılıklardır*. Ancak nüans var: İnsanın ister istemez bağlılıkları oluyor, bir şeyleri istiyor, hiçbir şeyi istemeden yaşamak mümkün değil. Onun için *bağımlılıktan* kurtulmayı hedeflerken tüm bağlılıkları terketmeye çalışmak, nihai noktada insanın daha tuhaf, kendine de, başkasına da faydasız birine dönüşmesine sebep oluyor. Bağımlılıkla, bağlılığı birbirinden ayırmak lazım.

Bir iki ay öncesine kadar, çocuklara olan düşkünlüğüm *bağımlılık* seviyesindeydi. İtiraf etmek gerekirse, çocukların başına çaresi elimden gelmeyecek bir derdin uğramasından korkuyordum. Benim gibi hep sevdiklerinden imtihan edilenler korkar bundan.

Çocukların *atlatılması gereken bir bağımlılık* olduğunu farkedince, üzerinde *çalışmaya* başladım. Hala tam olarak atlatabildiğimi söyleyemem. Kızım canı istediğinde nasıl kucağıma çıkacağını biliyor, onu henüz çözemedim ama *bağımlılık* giderek azalıyor. Birkaç ay önce *her gün göreyim* diye yalvarma seviyesinde olduğum *bağımlılık*, şimdi *haftada iki gün görmesem daha iyi* diyecek hale geldi. Bir süre sonra *sadece sorumlu olduğum kadar* diyebileceğim herhalde.

Son altı ayın bana *öğretici* tarafı bu oldu. Allah beni kendisinden fazla sevdiklerimle imtihan etti hep, çocuklardan ayrılmak zorunda kalmanın *seyr-i sülukum* açısından manası da buymuş. Bağlılık hala devam ediyor, hala onlarla zevkle oynuyoruz ve hayatlarındaki sorumluluğumdan kaçmıyorum, yine de onlara olan ilgi ve sevgimin hayatta bana *acı vermesini* de tedavi ediyorum.