



Yaşanacak Bir Gün Dahi Olsa

Göksele ALTINIŞIK

altinisikgoksel@gmail.com

Doktorlukta 23, akademisyenlikte 14 yılım bitti. Artık iş yaşamımın belli bir değişmeze girmesi gerekirdi, değil mi? Hiç de öyle olmadı. Sanki bir dönüşüm başladı ya da yeni dallar verme süreci. Uzmanlık alanım belli. Yılların deneyimi ve bilgi birikimiyle bu alandaki çalışmalarımı taçlandırmaya başlamış, hedef iş doyumuydu ona epeyce yaklaşmışken bir başka alanda, çok da özel bir deneyim yaşadım. Paylaşmazsam olmaz...

Psikoloji her zaman ilgi alanım oldu. Kimse için olmasa da kendimi anlamak için ucundan kıyısından tutmaya, bulaşmaya çalıştım. Kendimi anlarken çevremi de daha başarılı değerlendirmeme olanak tanıdı. Empati, yani başkasının yerine kendimizi koyabilme, mesleğimin olmazsa olmazı, hatta insan ilişkilerinin temel taşı. Empati yanında "Ben dili ile konuşma, iletişimin önündeki engeller, geribildirimde bulunma-isteme" gibi konuları düşünme düşünme yapmakla ömür mü geçer, yapmacık olunmaz mı diyen arkadaşlarım var. Onlara hep söylediğim gibi, "İş, içselleştirene dek; sonrasında yaşam biçimi-davranış kalıbı oluyor ve insan hiç düşünmeden yapıyor bunları". Kendimden biliyorum. Şimdi bu ilgimi bir kenara koyun. Sonra, anlatacağım diğer parçalarla birleştirirken kullanılabilecek.

Baştan beri tıp fakültesi öğrencilerim ile ilgilenmekten, bana öğrenciliğimden, meslek yaşamımda dokunan ellerin etkisini bir el öteye geçirmekten büyük mutluluk duyuyorum. Hatta daha da ileri giderek, ölümsüzlük olasıysa bunun yolların-

dan birinin böyle yapmak olduğuna inanıyorum. Öyle ya el vermelerle taşınacağız yok olmamaya. Bize öğretilen temel bir kavram: Hastalık yok, hasta var idi. Bunu ben de öğrencilerime söylüyorum. Yaşamda hemen her şey için geçerli olduğu gibi hastalarla ilgilenmenin de kapılara sığdırılmaz, katı sınıflamalarda/ilkelerde hapsolünmez "sanatsal" boyutu var. Hekimliği sadece bilim değil, aynı zamanda sanat da yapan yönü bu. Bir süredir, özellikle de psikoloji kavramlarının ışığında hastalarımın sadece hastalıkları ile değil, yaşam kalitelerinin değerlendirilmesiyle de ilgilendiğimden beridir yeni bir söylem belirledim: Aslında sadece hasta da yok, insan var. Bu anlattığımı da cebe koyun...

Ben bu süreçleri biraz daha yoğun yaşamaya başladığımdan beridir hasta profilim de değişti. Çok daha "insanca" anılar biriktirmeye başladım hastalarımınla ilgili. Örneğin, akciğer yıkaması yaptığım ilk hastam, beni hiç görmediğim, bilmediğim bu işlemi kendisine yapmam için ikna etti. Neredeyse baskı yaparak; ben sana güveniyorum sen kendine nasıl güvenemezsin diyerek. Sonra da kendisinden sonraki akciğer yıkaması hastalarımın ziyaretlerine gelecek, hatta "Ameliyathane kapısında bekletin, ana kapıdan girdim koşarak geliyorum" zamanlamasında bile hem bana, hem onlara destek verdi. Gurur duydum; benim hastalarım bir başka diye..

Liseden ayrılmış bir genç kız olan hastamın ise tanısı, bilimsel yayınlara bakınca, onun birkaç yıl içinde yaşamını yitireceğini bilmeme yol açacak

bir hastalığı. Bir yandan nefes darlığını azaltmaya yönelik uğraşırken bir yandan da nefesini daha fazla kesen duygusal sarsıntılarının muhatabı oluyordum. Aklımın erdiğince, yaşamışlığımın yettiğince önerilerde bulunuyordum. Yaşama dört elle sarıl, yeni uğraşlar bul, bir beceriyi ya da uğraşı en başından öğrenmeye başla diyordum. İçinde yaşadıklarını, yaşamda başına gelen ve seni sarsan, mutlu eden şeyleri yaz, yaz ki dışından bakınca daha tarafsız değerlendirebilesin ve acıtanların etkisini azaltabileceğin diyordum.

Evet, baştan beri dile getirdiğim konular dönüp dolaşıp bu hastama gelmek içindi. Sözümlü dinlediğini, bana sürpriz hazırlar gibi bir ajandaya şiirler halinde duygularını yazdığını, o çok genç yaşında aniden kaybetmemizden 6 ay sonra annesinin bir vasiyet şeklinde elime defteri bırakmasını anlatacağım. Annesi "Biz okuduk, okuduk, sonra düşündük ki köy yerinde bunların değerini bilemeyiz. İşe yaradıklarını sağlayamayız. Bunu bir tek sen yapabilirsin diye sana getirdik. Hem zaten sen istedin diye yazıyordu." diyerek bana çok büyük bir sorumluluk yükledi. Evet, işe yaradıklarını sağlamıştım.

Bir olgu sunumu konuşmamda birkaç şiire yer verdim. O dizelerde duyguları, inişleri ve hep çıkmaya çalışmaları, umudu çağırarak umutsuzlukla başa çıkma uğraşları varmış. Koridorda altı dakikada kaç metre yürüyecek diye ölçerek gerçekleştirilen "Altı dakika yürüme testi" benim için 100 m, 200 m, 300 m idi. Anlamı tedaviye yanıt ya da yanıtızlık göstergesi, prognozu öngörme-

me yardım eden bir parametreydi. Oysa onun

*“Hastane koridoru
Yaşamın anlamı
Koridoru bilmeyen
Yaşamayı da bilmez
Ben koridorda doğdum
Orada mutluyum
Özgürlüğümü haykırıp
Dans etmek istiyorum”*

dediği bir şiiri olduğunu görünce içim burkuldu.

Kelebek gibi ömrü bir gün olsa da **“Ama dolu dolu, özgür/ Acısız yaşam”** dediği şiirinde ona ne zaman, hangi koşullarda söylediğimi anımsamadığım

*“Evet, doktorumun söylediği gibi
Yaşanacak bir gün dahi
Acıyla geçirdiğine değmez”*

dizeleri ile kendi söylemim bana güç vermesi, yaşam algımı yeniden gözden geçirmemi sağlaması yaşamın ilginç bir cilvesi oldu.

Hastalık sürecinin bir yaşamı nasıl etkilediğini, yaşamın baharında umutsuzluğun bu denli esiri olmanın ne demek olduğunu doktor arkadaşlarımla paylaşmalıydım. İşte o zaman “işe yarayacaktı şiirler”. Başlangıç için fırsat gecikmedi. Psikiyatri alanındaki asistan ve uzman meslektaşlarımla, ekip arkadaşları psikologlara yönelik Güz Okulu kursunda bir konuşma konusu olarak verildi bana: Hastalıktan Ölümüne Travmaya Farklı Bir Bakış. Bu toplantı, Eylül ayı başında Van’da düzenlendi. Ben de hastamın şiirleri, dostlarımla kurguya çok uyan fotoğrafları ile sunumumu hazırladım. Bir yandan, alanı insan psikolojisi olan bir salon dolusu dinleyiciye zaten bildikleri şeyleri söyleyecek olma kaygısı duyuyordum.

Yine de, bir klinisyen hastasıyla bu süreci nasıl yaşıyor sorusunun yanıtını aktarsam bile kendimi “amacına ulaşmış” hissedeceğime karar vererek paylaştım hazırlığımı.

Son şiiri hepimizde hüznün duygusu yarattı:

*“Mahkûmum
Hapishane koşusunda
Yatan bir insan gibi
Mahkûmum
Ne zor şey mahkûmluk
Bir şeyler yapamamak
Başkalarından medet ummak
Ne zor şey kendini aşağılanıyor hissetmek
Kim bilir bu duyguyu
Günde kaç kişi tadıyor bu duyguyu
Ben yıllardır tadıyorum
Ve artık gücüm tükendi yetmiyor
Toparlanamıyorum
Yaşam bile ağır geliyor
Oysa benim yaşama hakkım yok mu?
Elbette var ama nasıl?
Yaşamak istiyorum
Özgür, mutlu, muhtaçsız
Neşe dolu günler istiyorum
Koşmak, dumaksızın koşmak
Günleri dolu dolu yaşamak istiyorum”*

Sonuçta, bir kez daha aynı noktaya geldim: Tanısının adını bulup çıkarmak için tetkik tetkik üstüne yaptığımız, yakınmalarına ilaçlar yazdığımız, ilaçların yararını yine testler testlerle araştırdığımız hastalarımızın içlerinde neler yaşadıklarına ne denli bakabiliyoruz? Bakmalı mıyız diye sormadım, fark etmişsinizdir. O sorunun yanıtı birçoğumuz gibi benim için de net: Elbette..

Dinleyiciler arasından bir psikiyatri asistanı sordu: Peki siz bu hastanıza için bir şiir yazdınız mı? Hayır, de-

dim, o zaman onu benim için daha bir özel yapacak ve kaybıyla başa çıkmakta daha bir zorlanacaktım. O ısrar etti; psikiyatristler... Travmalarımızla yüzleşmemiz gerektiğinde ısrarcılar... Ben de sunumumdan sonra hastam özelinde değil de bu yaşananların bende yarattığı duyguya birkaç dize karladım:

*“Anladım ki
Veda yalnız söz değil
Söz dediğin
Üç beş kırık ses değil
Sesin yokken
Veda eden dil değil
Yeter ki sev
Unutmak da şart değil”*

Bu sunumu olanak buldukça yapacağım. İnternet canlı yayını yapmayı da ulaşabildiklerimin sayısını artırmak için planladım. Zboxmedia ekibi koşulsuz destek verdiler, bunu bir sosyal sorumluluk projesi olarak ele aldıklarını belirttiler. O sırada tanıştığım sayın Dr. Serdar Kula’nın yorumları söyleşi haline gelmesini, ayrı bir tat vermesini sağladı. Sevgili babam da 1 saatlik kaydı internet sitesine yerleştirdi; kaçırdığına üzülenler için orada linki bekliyor.

(<http://www.mustafaaltinisik.org.uk/TravmadanOlume.mp4><http://www.mustafaaltinisik.org.uk/TravmadanOlume.mp4><http://www.mustafaaltinisik.org.uk/TravmadanOlume.mp4>)

Şimdi sırada bazı Üniversitelerde Tıp Eğitimi anabilim dallarından çağrılar var; öğrencileri ile paylaşmam için. Seve seve katılacağım.

Bir yerlerde denk gelerseniz bana katılın. Dinleyin, üzerinde düşünün, düşündürdüklerini paylaşın. İşe yarasmın...

Göksel ALTINIŞIK - Pamukkale Üniversitesi
Tıp Fakültesi, Göğüs Hastalıkları AD, Denizli