



Uzm.Ecz.

Ayşegül Kadriye Saraçoğlu

Gündelik hayat içerisinde kaçırdığımız onca ayrıntılar arasında en önemlisi 'kendimiz'. Tüm öğrenciliğimizi rahat ve huzurlu bir hayat yaşamayı hayal ve hedef edinerek geçirdik. Kimi zaman bu hedeflerin ilerisinde, kimi zaman gerisinde kaldık ama şahsım adına söyleyebilirim ki, hayallerimi gerçekleştiren hedefler haline getirmek için önce kendimi araştırdım. Ben kimdim? Bu hayata iyi bir anne, eş, evlat olmanın yanısıra ne için gelmiştim. Bu sorgu sırasında gelişime açık kapasitemi tanıdım ve başladım açıcılığa. Evet ben hala açıcılık yapmaktayım!!! Hayaller emek ile pişirilip, keşfedilen donanım ve güven ile soğutulup, aileden ve çevreden alınan destek ile sunulunca, hayaller un misali, geçirdiği bu süreçte, ekmek misali hedefler haline geliyor. Şimdi bakıyorum da, gramajı düşük ekmekler, emek olmadan pişirilen hayaller, özgüven olmadığı için acemice ve panik halinde davranılarak heba edilen malzemeler, doğru desteğin doğru zamanda, doğru kişiden alınmaması sebebiyle özensizce sunulan hedefler var. Tek sebebi yola çıkmadan yapılması gereken 'KENDİLİK' araştırmasının yapılmaması. Şimdi biri kendimizden bahsetmemizi istese, söyleyeceğimiz şeyler, hangi mesleği icra ettiğimiz, evli isek eşimizin mesleği, çocuğumuz varsa çocuklarımızın gittiği okullar, yahut bitirdiğimiz üniversitelerimiz gibi genel görünür edinimlerimiz, yaşamışlıklarımız olur. Oysa kiminle evli olduğumuz, yahut hangi mesleği ica ediyor olduğumuz sadece yaptığımız tercihlerin neler olduğu hususunda karşımızdakine bir fikir verir. Ancak mühim olan bu tercihleri neden yaptığımızdır. Şimdi bu yazıyı yazan ben de dahil olmak üzere tüm tercihlerimi yeniden gözden geçirmeye davet ediyorum 'kendimi' ve 'kendiliklerinizi'.

Güdülerimiz ve ihtiyaçlarımızı düşünelim, en basit örnek ile susadığımızda güdülenmemiz sonucu, bizleri bir çeşmeye, sebile, yakınımızda ki bir sürahiye yönelten, su ihtiyacımız olur. Bu zaruri bir seçim ve en ilkel manada bir ihtiyaç kaynaklıdır. Ancak öyle tercihlerimiz vardır ki, ihtiyaçtan, öte beklenti kaynaklıdır. Makam sahibi olma beklentisi, en fazla sevilen çocuk olma beklentisi, saygınlık beklentisi, ilgi beklentisi... Beklentilerin kaynağının aslında içimizde bir yerlerin (daha mistik bir ifade ile ruhumuzun) eksikliğini gerçek ihtiyacı olanla yani 'mana' ile değil de, madde ile doldurma telaşı olduğunu düşünüyorum. Bir beklenti içine girdiğimde ilk düşündüğüm şey, tamlanmamış bir yarım ile daha tanışmak üzere olduğumdur. Bu sebeple beklenti kokusunu aldığımda, önce içimdeki ateşe bakmayı ve harlı ise biraz kısmayı denerim; çünkü ateş yakıcıdır ve bu keşifte benim ihtiyacım olan aslında soğukkanlı bir duruştur. Sonra ise üzerinde duran tencerinin büyüklüğüne bakarım; Zira kaynayan kazanın büyüklüğüne göre kendimde eksik yahut hatalı oturan parçanın büyüklüğü çıkar ortaya. Son olarak tencerinin içindeki malzemedir önemli olan. Bir ilgi beklentisi ise kaynayan, hemen kendime döner ve kendi sevgisizliğini araştırırım. Çünkü bilirim kendini sevmeyen, kendini affedemeyen insan, ilgiyi ve sevgiyi dışarda arar. Kendime bu bakışım sayesinde kendimi biraz daha tanımamın yanısıra, kendimde hatalı gördüğüm bir yönümü tespit eder, hem kendime adil davranmış ve düzeltmek adına fırsat vermiş, hem de ilgiyi dışarda değil, ve zaten içimde varolan içsel potansiyelimde bulmuş olurum. Kendimde bir parçanın daha yerine oturmasının verdiği huzurun yanında, edinmiş olduğum tecrübeyi beklentiye giren birbaşkasına yardım etmek için paylaşıyorum. Kendimi tanıma yolculuğuma çıktığım ilk günden beri bu sebeple hem bir araştırmacı hem de bir yayıncıyım. Zira, araştırıp bulduğum bu zenginlikleri, aldığım dersleri çevremdekilerle paylaşmamın zorunluluk oluşuna inanırdım.

Gelelim yazımın girizgahında izaha çalıştığım, açıcılık seyrine. Evet önce kendini sonra hayatı ve nihayetinde hayatın içindeki kendini okumaya çalışan herkes bana göre açıcıdır aslında. Ve nihayetinde yapacakları en güzel kariyer de gurmeli olacaktır, bu bapta. Ama her kariyer nasıl ki çaba gerektiriyor ise, hayat gurmeliği de sonsuz bir mücadele ve emeği ister herşeyden evvel. Önce kendine emek sonra işine ve aşkına emek vereceksin der adeta. Aslına bu işin matematiği de kolaydır düşündüğünde. Şimdi bir kere tanımaya başlayınca kendini, tercihlerinin nedenini bilir ona göre yaparsın seçimlerini, özgür iradeni kendini bilerek kullandığı her seçimin senin mutluluk kaynağın olur. Çünkü istediğin için bilinçle ve isteyerek yaptığın bir seçimdir bu ve genel - geçer, sosyal- toplumsal alışlagelmiş tercihlerden farklı da olsa, senin tercihidir. Sen ise bir HAYALLE başlayan bu seyahatinde, kendini tanıma ve anlamlandırma emeğini ortaya koyduğun, geçmiş tecrübelerden ders aldığın, kendinden kaçmadığın için, sevgiyle isteyek tüm ara durakları geçerek, BEKLENTİ çıkmazlarına sapmadan ve yoldan çıkmadan, HEDEFLERİNE varmış, üstelik sıkıcı bir yoldan, sıradan bir yolculuktan değil, nevi şahsına münhasır bir seyirden geçerek; tabiri caiz ise kendinden gelip yine kendine vararak bitirmiş olursun bu seyahatini... Ama yol burada biter mi? Benim bitmedi ve son nefesime kadar, açıcılığa da seyahatlere de, araştırmaya ve yayına da devam etme niyetinde, şimdilik gözlerinize ve yüreğinize selamlar...

