

TAMAMEN

TALİHSİZLİK

YOK CANIM O KADAR DA DEĞİL!

SANAT, KÜLTÜR VE EDEBİYAT DERGİSİ

2.SAYI
09.04.2023



S
A
N
A
R
T
T
V

UMUT ÖREN MURAT TERLEMEZ BİBLİOFİLA ABDULLAH MEMİŞ GÖKÇE TAŞ NAZ ÖZKAN GÜLBEN GÜLER

İÇİNDEKİLER

YAŞAMAK

- 1 İçindekiler
- 2 Çok Üzgünüz.

İÇİN

- 3-4 04.17 (Gökçe Taş)
- 5-6 Anormal Olaylara Normal
7-8 Tepkiler (Gülben Güler)
9-10
- 11-12 Müziğin ART Adresi - Barış
Manço
- 13-14 Ruhlar mı erişti huzura yoksa
bedenler mi tutundu hayata?
(Murat Terlemez)
İyilik Kazanacak (Bibliofila)

UMUT

- 15-16 Saçma Yazılar Topluluğu
- 17-18 Hepimiz İçin Umut (Naz
Özkan)
- 19-20 Keşke (Abdullah Memiş)
- 21-22 Şiirce - Orhan Veli Kanık



ÇOK ÜZGÜNÜZ.

Kelimeleri bir araya getirip anlamlı cümleler kuramadık. Kurmak içimizden gelmedi. "Çok Üzgünüz." demek yetmedi. Ağlamak, susup içine kapanmak, unutmaya çalışmak, hiçbir şeyi düzeltmedi ve bir fayda sağlamadı. Ne yapabiliriz düşüncesi aklımızdan hiç çıkmadı. Dergiyi çıkartmamak. SanArt TV'yi bırakmak gibi şeyleri düşündük. Sonucunda bırakmamaya karar verdik. Bir kişi bile olsa ona Umut vermek istedik. Pes etmemek. savaşmak, konuşmak, tartışmak, birlik olmak, yarar sağlamak ve biz olmak istedik. Özgürce yazabileceğiniz bir adres olsun. Hayallerinizi gerçekleştirmek için adım atacağınız bir yeriniz olsun diye. Dergiye devam ediyoruz. Başta dediğimiz gibi kelimelerin cümlelere zor dönüştüğü bu günlerde Depremde hayatını kaybedenlere rahmet, yaralılara acil şifalar diliyoruz. Zorlukların üstesinden birlikte geleceğimize inanıyoruz.

Lütfen ne olursa olsun unutmayalım ve Yardımlara Devam edelim.

HESAP ADI: AHBAP DERNEĞİ

TL Hesabı

1021-1380059

IBAN

TR120006400000110211380059

04.17 SAAT HALA GECENİN DÖRDÜ

Bisikletin pedallarını düşündüm, sanki ben istemeden kendi kendine çevriliyor beni uçuruyordu. Yemyeşil bir yerdeyim çimlerin içinde sarı küçük çiçekler mis gibi kokuyor. Annem gibi. Düşündüm daha hızlı gideyim eve gidip anneme çiçeklerin onun gibi koktuğunu anlatayım istedim. Sallanıyorum, bisikletten düştüm ama canım acımadı asla. Annemin çığlıklarını duyuyorum her şey dağılıyor gözümü açıyorum... Deprem anında yaşadıklarım bunlardı. Saat 04.17, ben bu saate sabahın dördü derdim aslında ama gecenin dördü demek daha doğru diye düşünüyorum. Biz o gece sanki hissetmiş gibi aynı odada uyuduk. Aynı sobanın ısısı hepimizi ısıtsın istedi annem. Önce çok kızdım odama gidip uyumak için ama sonra bir şekilde kabul etmişim o gece. Gecenin dördü, böyle bir şeyin olacağını bilseydim mızmızlanmaz hemen kabul ederdim. Telefonumu aradım yüzde 15 şarjımla arkadaşlarıma ulaşmaya çalıştım, bir yandan olayı kavramaya çalışırken bir yandan sevdiklerimi düşündüm. Saat gecenin dördü. Elektrik olmadığı için her şeyden habersiz geçirdik ilk günü, telefonlar çekmiyor. Evdeydik herkesin evi bizim evimiz gibidir sağlam kalmıştır diye düşündüm kendi aklımca. Saati bilmiyorum öğleden sonraydı işte, çocuklar kucağımızda annemin ağlayışları yakarışları kalbimin hızlanması hala dün gibi. Haber alamıyoruz kimseden telefonlarımız çekmiyor çekse de şarjımız yok. Ben sonradan öğrendim sonradan gördüm. Son yemekler son sigaralar gidilen son tatiller son gülümsemeler... aslında her şeyin sonuna ne kadar yakınmışız. Aynı sıralarda oturduğum arkadaşlarıma ulaşamayınca konduramadım kabullenemedim kabullenmek istemedim.



İnsanın kalbinin sancısı boğazının ağrısı ve burnunun sızlamasının bu kadar acı vereceğini ilk o zaman fark ettim. Ağlayamazsın gülemezsin tepki veremezsin çünkü senin evin yıkılmadı dedim kendi kendime. Senin ailen hayatta. Utanabilirsin sadece boyuna utan. Sıcak yatağına girdiğin için, yediğin makarna için ısırdığın elma için sevdiğin çocuk için utan. Gülümsedin utan iyi hissettin utan. Senin arkadaşların gitmiş arkadaşlarının ailesi enkaz altında akrabaların dışarda ve hala saat gecenin dördü. Büyüklerin yaptığı ısrarla pişkinliklerine pişkinlik kattığı olaylara durumlara değinmeyeceğim. Ben sadece haklının hakkı kimsede kalmaz diyebiliyorum. Bizler yaralandık, birbirimizden başka kimsemiz olmadığını çok acı öğrendik. Gidenin geri gelmeyeceğini biliyorum ama bir şansım olsa o insanlarla sadece merhabalaşmaktan fazlasını yapar onlara iyi gelmeye çalışırdım. Mutlu ederdim diyorum. Onlar gittiler, biz kalanlarız. Acıyla baş başa kalanlar hileyle türlü oyunlarla baş başa kalanlarız. Biz onların özlemiyle baş başa kalanlarız ve saat hala gecenin dördü. Bizler iyi olacağız. Hala bir çocuk gülümsüyorsa güleceğiz. Bu dünyaya katacağımız şeyler var ve ben inanıyorum bir gün saatimiz sabahın dördünü gösterecek.

**BU DÜNYAYA
KATAÇAĞIMIZ
ŞEYLER VAR
VE BEN
İNANIYORUM
BİR GÜN
SAATİMİZ
SABAHIN
DÖRDÜNÜ
GÖSTERECEK.**



A N O R M A L O L A Y L A R A N O R M A L T E P K İ L E R

İlk yaşam belirtilerinden bugüne insan; bedenini, zihnini, değerlerini korumak için savaş içindedir. Bu savaş halinde yaşadığımız sarsıcı olaylarla zihinsel olarak baş edebilmek için otomatik “savaş, kaç ya da donakal” gibi tepkiler veririz. Tüm gerçekliğiyle içinde bulunduğumuz afet, travmatik etkileri olabilecek bir olaydır ve söz konusu tepkileri tetiklemiştir. Afetten etkilenmek için afet sırasında afet bölgesinde olmak tek koşul değildir. Olayı doğrudan yaşayanlar, medya aracılığıyla tanıklık edenler, yardım çalışmalarına gidenler, yakın kaybı yaşayanlar, mal, sağlık, kimlik kaybı yaşayanlar da etkilenenler arasındadır. Süreç içerisinde kendinizi aşağıdaki durumlardan biri ya da birkaçı içerisinde bulabilirsiniz:

- Şok, olayın ciddiyetini idrak etmekte zorlanma veya inkar etme,
- Yoğun korku, kaygı, kolay irkilme hali, suçluluk, utanç, yoğun öfke,
- Uykuya dalmada zorluk, uykuyu sürdürmede zorluk veya sürekli uyuma ihtiyacı,
- Bedenin çeşitli bölgelerinde fizyolojik sebebi olmayan ağrılar, mide-bağırsak rahatsızlıklarında artış, cilt problemleri, nefes alıp vermede zorlanma,
- Sürekli yeme ihtiyacı veya iştahsızlık,
- Aşırı enerji hali, oturduğunuz yerde sabit kalamama, sürekli bir işle meşgul olma veya tam tersi isteksizlik, yorgunluk,
- Deprem ile ilgili konulardan bahsetme ihtiyacı ya da tamamen içe kapanma,
- Depreme ait görüntülerin, seslerin, kokuların gün içinde aklınıza gelmesi...

PSİKOLOG GÜLBEN GÜLER

Tüm bu durumlar kişiden kişiye farklılık göstermekle birlikte afetin büyüklüğü de göz önünde bulundurularak normaldir. Zihnin, yaşanan durumla baş etme stratejisidir. Bu sebeple afetin ilk dönemlerinde bu belirtilere herhangi bir psikolojik müdahalede bulunulmamalıdır. Yapılan araştırmalar travma deneyimi sonrası yatıştırma çabasının kişilere zarar verdiğini göstermektedir. Belirtilerin ilk haftalarda yoğunluğu değişmekle birlikte doğal akışında giderek azalması beklenir. Aksi takdirde destek almak oldukça kritiktir.

Böylesi zorlandığımız zamanlarda bizi en iyi koruyacak şey içimizdeki şefkatin sesini daha yüksek duymak ve kendimize bakım vermeyi ihmal etmemek. Beslenme ve uyku gibi günlük ihtiyaçlarınızı gözden geçirerek olabildiğince düzenlemek, ilaç kullanmanız veya rutin kontrolleriniz varsa ihmal etmemek, kontrolsüz ilaç, alkol, madde kullanımından kesinlikle uzak durmak önemlidir.

Bununla birlikte ilişkilenecek iyileştirir. Ailenizle, sevdiklerinizle bir arada olmak, karşılıklı paylaşımlarda bulunmak hepimize iyi gelecektir. İletişim kurarken bir başkasının tepkisi, sizin tepkinizden ayrıştığında onu veya kendinizi suçlamamaya özen gösterin. Tepkilerimizin de tıpkı parmak izlerimiz gibi farklı olduğunu unutmayın.

DEPREMİ ÇOCUKLARA ANLATIRKEN

PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ İÇİN

DEPREMDEN ETKİLENEN KİŞİLERE YARDIMCI OLURKEN

İYİLEŞİRKEN

Afet Sonrası Alkol ve Madde Kullanımı

Özellikle travmatik deneyimler (afetler, savaşlar...) sonrasında ortaya çıkan bedensel belirtilerle ve olumsuz duygularla başa çıkmak için alkol ve madde kullanımında artış yaşanmaktadır. An'ın içinde kalmaya tahammül edemediğimizde bu tarz yöntemlerin bizi ızdıraptan uzaklaştıracağı yanılsamasına kapılabiliriz. Bu tarz kullanımlar kısa vadede rahatlatıcı olabilmekle birlikte uzun vadede birçok psikolojik ve sosyal sorunu beraberinde getirir. Bu bilinçle kaygı, stres, çökkünlük, taşkınlık gibi duygularla baş etmenin sağlıklı alternatiflerini keşfetmek ve içinde bulunduğumuz ana tahammül edemediğimiz noktada keşfettiğimiz alternatifleri önceliklendirmek yardımcı olabilir.

Depremi Çocuklara Anlatırken

Çocuklar, en küçük yaşlardan itibaren bakıvereninin duygusunu hisseder, olumsuz anlarda huzursuzluğa kapılır. Daha büyük yaşlarda güvenilir bilgi kaynağını yine bakıvereni olarak görür ve yetişkinlere çocukları kritik konularda bilgilendirmede büyük görev düşer. Yaşadığımız büyük felaket sonrasında "deprem" gerçeğini çocuklara nasıl anlatabileceğimizden söz etmek gerekirse;

- Açıklamalar çocuğun yaşına uygun olmakla birlikte somut olmalıdır.
- Çocuğa, gereksiz ayrıntı vermeden dürüstçe yaşananlar aktarılmalıdır.
- Belirsizlik ve sınırsızlık çocuklarda yoğun kaygıya sebep olmaktadır. Bu sebeple anlatım sınırlandırılmış ve belirsizliğe yer vermeyecek şekilde olmalıdır.

- Depremi korku verici olabileceği saklanmamalı yalın ifadelerle gerçeklik anlatılmalıdır.
 - Bilimsel ve yabancı kelimelere ağırlık verilmemelidir.
 - Çocuğa güvende olduğu hissettirilmeli ve çaresiz olmadığı birlikte eylem planı oluşturularak üstesinden gelinebileceği aktarılmalıdır.
 - Bu doğrultuda: deprem öncesi, deprem sırası ve deprem sonrasında neler yapılabileceğini birlikte planlayabilir, çocuğa görevler verebilirsiniz. Deprem öncesinde alabileceğiniz önlemleri konuşarak bir deprem çantası hazırlanabilir. Deprem sırasında güvenli olabilecek bölgeler ve pozisyonlar çocuğa uygulamalı biçimde anlatılmalıdır. Yaşam üçgeni ve nefes tekniklerinden bahsedebilirsiniz.
- Tüm bunlar için hikyeleştirme ve oyunlardan destek alabilirsiniz. Canlandırmalar çocukların durumları anlamlandırması için kolaylaştırıcıdır. Yine profesyonel destekle çocuğun zorlandığı süreçleri çözümlemesine destek sağlayabilirsiniz.

Psikolojik İyi Oluş İçin

1. Hayatta olduğunuzu ancak zor bir dönemden geçtiğinizi kendinize hatırlatın.
2. Duygularınızı reddetmeden onları anlamlandırıp kabul etmeye özen gösterin.
3. Yaşananlara tepkinizi kontrol edin. Böyle durumlarda savaş ya da donakal gibi tepkiler verebiliriz. Bu tepkiler zihnin kendini koruma yöntemidir. Sadece bakmak ve fark etmek bile oldukça önemlidir.
4. Davranışlarınızın işlevselliğini yoklayın. Yine bu süreçte çok tetikte ve durmadan bir şeyler yapma telaşınız olabilir. Böyle bir durumda kendinizi gözlemleyip enerjinizi işlevsel davranışlara ayırmanız verimli olacaktır.
5. Sansürsüz görüntülerden ve doğruluğu kanıtlanmamış felaket haberlerinden uzak durun ve bunları paylaşmayın. Paylaşımların kimde ne yara açtığını bilemeyiz.
6. Ekran sürenizi düşürün. Elbette “hiçbir habere bakmayın, başka şeylerle kendinizi oyalayın” demek değil bu. Ancak ekrana uzun süre maruz kalmak uyarılmışlık düzeyinizi artıracaktır. Bu da daha güvensiz hissetmenize neden olabilir ve duygu düzenlemenizi zorlaştırabilir. Ayrıca kontrolsüzce maruz kalınan travmatik deneyimler, yaşantı sonrasında kısa veya uzun vadede bazı psikolojik yakınmalara neden olabilir.
7. Nefes egzersizlerinden destek alın. (Birçok nefes tekniği araştırabilirsiniz. Size en iyi gelen tekniği uygulayabilirsiniz.)
8. Sevdiklerinizle tensel temasta bulunun, onlarla daha sık vakit geçirin.
9. Unutmayın ki “anormal” duruma “normal” tepkiler veriyoruz. Ve durmak bazen yol almak demektir.

Depremden Etkilenen Kişilere Yardımcı Olurken

- 1. İyi Olun:** Yaşadığımız durum sizin için de sıkıntı verici olabilir. Bir başkasına yardımcı olabilmek için sizin de iyi olmanız gerekir. Maskeyi önce kendinize takın ve daha iyi hissetmek için kendinizi ihmal etmeyin.
- 2. Bilgili Olun:** Yaşanan olay ve travma tepkileri ile ilgili olabildiğince araştırma yapın. Araştırmalarınızda güvenilir kaynaklar kullanın, profesyonellere danışın.
- 3. Yanında Olun:** Neyin iyi geleceğine siz karar vermeyin. Ne kadar şey okumuş ve öğrenmiş olursanız olun yaşanan olaylara tepkilerimizin farklı olması nedeniyle nasıl yardımcı olabileceğinizi bizzat karşınızdaki kişiye sorun. Önünde değil yanında olun.
- 4. Erişilebilir Olun:** Kişi bazen travmatik deneyimden bazen gündelik konulardan bahsetmek isteyebilir. Kişinin ihtiyacı doğrultusunda neyle ilgili konuşmak isterse istesin sizin onu dinleyeceğinizi bilmesi iyi gelecektir. Gelişen teknoloji ile birlikte iletişim kurmanın çok daha kolay olduğunu unutmayın.
- 5. Kaynaştırıcı Olun:** Yardımcı olduğunuz kişinin, benzer durum içerisindeki diğer kişilerle bir araya gelmesi iyi gelebilir. Eğer kişinin kendisi de isterse söz konusu buluşmaları kolaylaştırabilirsiniz.
- 6. Sabırlı Olun:** Travmatik deneyimi olan kişi sıklıkla yaşadığı olayı dinlemeyi kaldıramayacağınızı düşündüğünden hislerini gizlemek isteyebilir. Kişileri dinlerken hızlıca çözüm önermeniz (“başka şeyler düşün, kafana takma” gibi) onu dinlemeye hazır olmadığını düşündürebilir. Bazen elinizden gelen yegane şey dinlemektir. Hızlıca yardımcı olabilecek bir önerinizin olmadığını kabullenin. İyileşmek zaman alacak, erişilebilir olmayı sürdürün.

İyileşirken

İyileşme süreci ile yazıyı sonlandırma konusunda henüz çok taze olması sebebiyle kararsızken Beyhan Budak'a ait bir paylaşıma denk geldim. Söylenmesi gerekenleri şöyle özetlemiş: "İyileşmek iki adım ileri, bir adım geri. Daha iyi hissettiğini düşündüğün zamanlarda da düşüşler yaşayabilirsin. Bu düşüşler iyileşme sürecinin parçası. İyileşmek, sonsuz mutluluğa ulaşmak değil. Yaşananların etkisi içinde bir yerde hep kalacak. İyileşmek, yola devam etme gücünün geri gelmesidir. Herkesin iyileşme zamanı farklıdır. Kimi daha yavaş, kimi daha hızlı, kimi inişli çıkışlı gider bu yolda. İyileşmek için bazen içine dönmen bazen dış dünyaya dönmen gerekir. Eğer yaptığın şey iyi hissettirmiyorsa diğerini denemelisin." Birlikte iyileşeceğimiz günlere.

Kaynaklar:

Psikoloji Ağı, (2017). Saldırı Sonrası Travma Kartları: Türkiye Psikiyatri Derneği [internet üzerinden], İnternet Sayfası İçeriği 15 Mart 2017.

<https://www.psikolojiagi.com/saldiri-sonrasi-travma-kartlari/>

Türk Psikologlar Derneği Travma, Afet ve Kriz Birimi, (2023). Deprem Bilgilendirmesi [internet üzerinden], İnternet Sayfası İçeriği 28 Şubat 2023.

<https://www.psikolog.org.tr/tr/haberler/www/deprem-bilgilendirmesi-x273>

İstanbul Bilgi Üniversitesi Travma ve Afet Çalışmaları Uygulamalı Ruh Sağlığı Yüksek Lisans

Programı, (2023). Hayatta Kalan Suçluluğu Belirtileri Nelerdir ve Nasıl Başa Çıkılır?

Psychological First Aid (PFA), (2006). Field Operations Guide 2nd Edition.

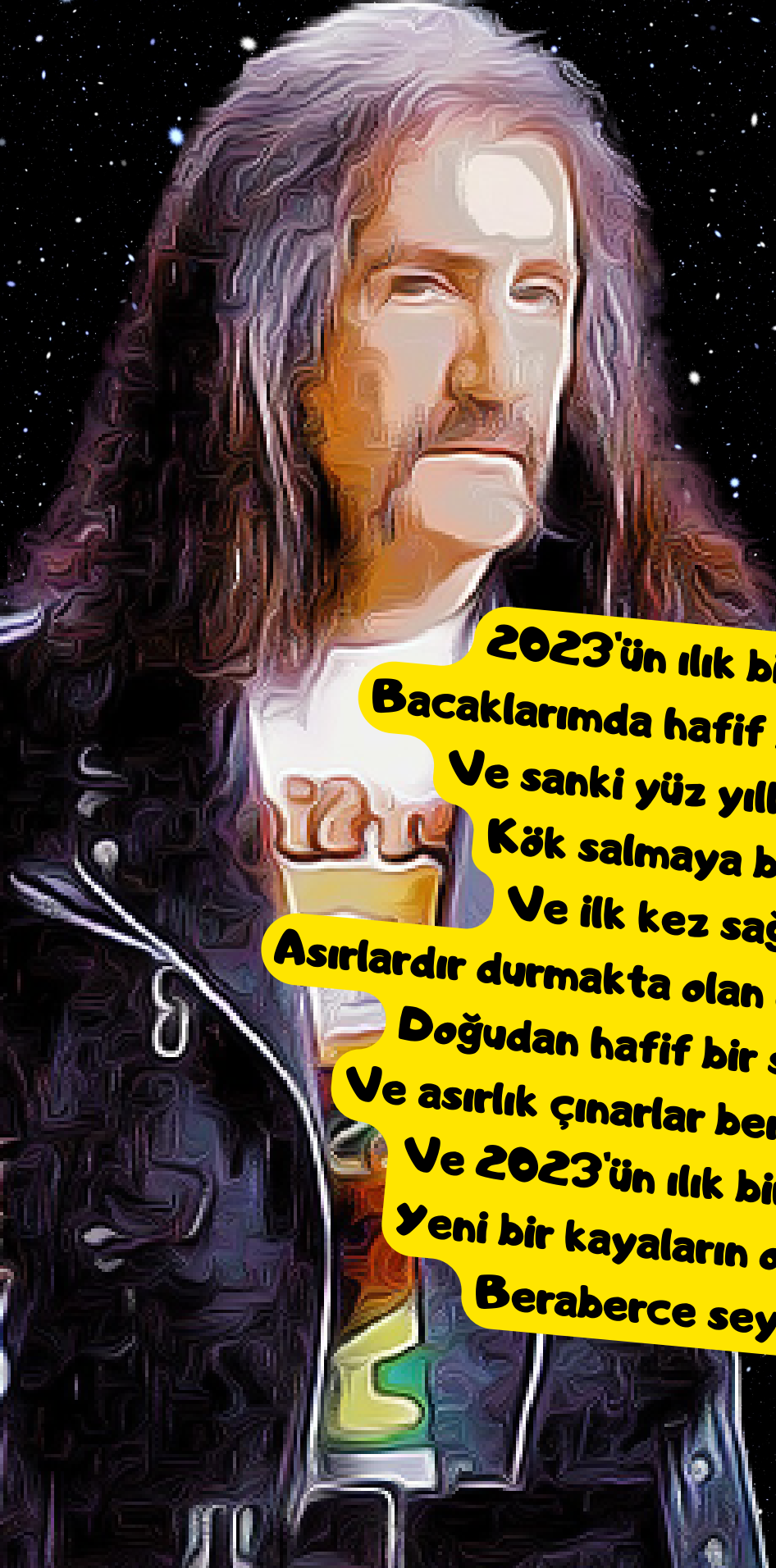
Beyhan Budak, (2023). Zor Olaylardan Sonra İyileşmek Hakkında Bilmen Gereken Birkaç

Şey [internet üzerinden], Instagram Post 3 Mart 2023.

<https://www.instagram.com/p/CpVaOeIrSS2/?igshid=YmMyMTA2M2Y=>



müziğin ART ADRESİ

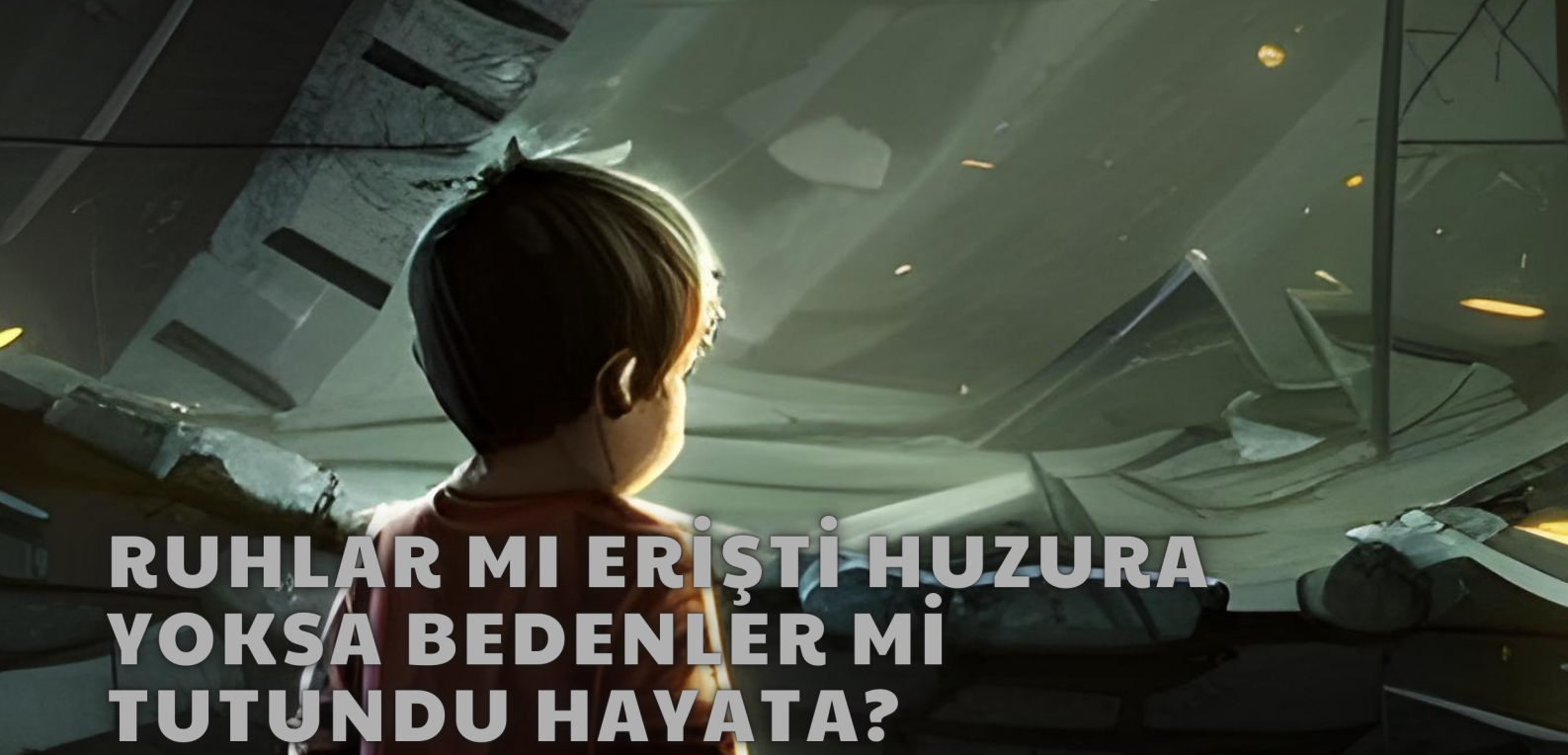


2023'ün ılık bir Ekim sabahında
Bacaklarımda hafif bir uyuşma ile uyandım
Ve sanki yüz yıllık ulu bir çınar gibi
Kök salmaya başladım o sabah
Ve ilk kez sağımda solumda
Asırlardır durmakta olan diğer çınarları fark ettim
Doğudan hafif bir seher yeli yükseldi
Ve asırlık çınarlar beni de aralarına aldılar
Ve 2023'ün ılık bir Ekim sabahında
Yeni bir kayaların oğlunun doğuşunu
Beraberce seyre koyulduk.

Baris Manca



2023



RUHLAR MI ERİŞTİ HUZURA YOKSA BEDENLER Mİ TUTUNDU HAYATA?

Hangisine yanalım? Hatta ve hatta hangisine donalım? On bir şehrimize mi, enkaz altında kalan acı dolu gözlere mi? Üşüyen canlara mı, beyaz örtüye yenik düşen bedenlere mi? Ay ışığından çılgınlıkların yankılandığı yıkık şehirlerde, yana yakıla dolaşan bedenleri mi izleyelim yoksa avare dolaşan ruhlarını mı? Ruhlar mı daha şanslıydı yoksa bedenler mi? Dağılmış bedenler elbet şanslıydı. Dolaşan ruhların şanslılığına katılmışlardı.

Sağ kalan canlarımız soğuktan donmuş, vefat edenler ise kar tanelerine misafir olmuşlardı. Üşüyen bedenleri kar tanelerine misafir olduğu an acıları da dinmişti. Daha da soğuğa maruz kalan canlarımız ise ne ruhlarının misafirliğinde rahat edebilmişler ne de ruhlarını bulutlara bırakamayarak şehirlerde ısınmışlardı...

Milyonlarca göz, binlerce sağlam beden şehirlerimize akın etmiş; olup bitenleri anlamadan yardım koşularına tutulmuşlardı. Onları kimse engelleyememişti. Canlarımıza ulaşma çabası, ruhlarının bedenlerinden süzülmemesi adınaydı. Ancak ruhlar şehirlerde, bedenler göçük altındaydı bazı canlarımız için. Göçüklerden kurtulan her bir insan daha fazla ruhları bulutlara teslim etmek istememişti. Bütün çabaları önce bedenlerine hükmetmek sonra ise ruhlarını semalara teslim etmemelerini sağlamaktı.

Zamanla yarış mıydı yoksa bedenle ruh yarışı mıydı şehirlerdeki telaş? Her bir beden çıkarıldıkça göçükten, yeni bir dünya mı aralanıyordu gözlere? Yoksa başka bir dünyaya mı sığınıyordu ruhlar? Yaşayan da can veren de yeni dünyalarına alışacaklardı artık. Depremden kurtulanların dünya görüşü ne kadar değişecek kim bilir? Ömrü boyunca taşıyacak mı benliğinde o yarayı? Bilinen tek bir şey var aslında; artık hiçbir şey eskisi gibi olmayacak. Yeni bir dünyaya sahip olan ruhlar ise vefatlarıyla en güzel bulutlara sığınacaklar. On bir ilimize de geçmiş olsun. On bir ilimizin vefatlarının da ruhları şad olsun...

İYİLİK KAZANACAK

"Ülkemde nerede bir can zarar görse, ruhumda dinmeyen bir sızı başlar..."

Çok büyük bir felaketi aynı gün içinde peş peşe yaşadık.

Filmlerde izleyip "gerçek hayatta olmaz ya abartıyorlar" dediğimiz sahnelerin birebir aynısını en acı şekilde yaşadık. Korku, üzüntü, acı, endişe, keder, yas gibi birçok duyguyu aynı anda yaşamamanın, hissetmenin yorgunluğu var üzerimizde. Çok kayıp verdik, çok can yitirdik. Enkazların altına bazılarımız kalbini bıraktı; sevdiğini, sevgilisini, evladını, annesini, babasını. Hepimizin asla unutmayacağı, unutamayacağı bir tarih oldu 6 Şubat 2023!

Canımız çok yandı. Birçoğumuz hala rutin hayatımıza dönmekte zorlanıyoruz ama bunun için elimizden geldiğince çabalamaya çalışıyoruz. İkisi de çok normal. Felaketin büyüklüğü tüm ülkeyi derinden sarstı ve etkiledi. Bu yaralar sarılmayacak mı? Tabii ki sarılacak ama bu demek değil ki yaşananlar unutulacak. Kalbimizde, ruhumuzda, beynimizde ve depremi bizzat yaşayarak fiziki yara alan tüm insanların yaraları iyileşecek. İyileşmek doğamızda var. Kolay değil, hızlı değil ama zaman en güçlü ilaç olarak bize sarılacak. Sevgi, dayanışma, birlik ve beraberlikle iyileşeceğiz. Dayanışmanın, sevginin, iyiliğin gücü saracak yaralarımızı.

Bu yaşadıklarımızdan, deprem bölgesinde yaşamamanın ne kadar tehlikeli olduğunu ve ihmal edilen durumların ciddiye alınıp önemsenmesi gerektiğini bir kez daha anlamış olduk. Oturduğumuz evlerin dayanıklılığını bir kere daha sorgulamaya başladık. Bir felaket daha yaşanmadan, tekrar canlar yanmadan, aslında depremin değil de dayanıksız, denetimsiz binaların öldürdüğü gerçeğini benimseyip ona göre hareket etmeli, yetkililerden de gerekli hassasiyet ve özeni dikkatle göstermelerini bekleyip, tepkimizi ve tavrımızı net tutmamız gerektiğini anladık. "Şöyle olsaydı böyle olsaydı" kısmına girmeyeceğim. Niyetim keşkeleri dile getirmek değil. Hala bir umudun var olduğunu anlatmak.

Yeni bir gün doğuyorsa umut var demek.

Yaşadığımız bu felaket bize bir kere daha şunu gösterdi ki aslında kötü insanlardan çok, iyi insanlar var. Umutsuzluğun ezeli düşmanı umut hep var olacak.

Biz hala birlik olabiliyoruz.

"Acı duyabiliyorsan, canlısın. Başkalarının acısını duyabiliyorsan, insansın." demiş Tolstoy.

Bizim için, insanlık için hala umut var. Bugünler geçecek. Biz birbirimize umut oldukça, kenetlendikçe, tek yumruk ve tek yürek olup direndikçe her zorluğu aşacağız buna inanın. Ve unutmayın hayatta hiçbir şeyin garantisi yok. Bir dakika sonrasında ne olacağını bilemediğimiz bir zamanda yaşıyoruz.

Sevin, sevin, söyleyin, hissettirin ve sımsıkı sarılın. Hem sevdiklerinize hem de hayata karşı olan umudunuza sıkıca sarılın. Pes etmeyin, kaybetmeyin.

İyilik kazanacak...



UMUT YA DA UMUTSUZLUK

SAÇMA YAZILAR TOPLULUĞU

**BEN, BEN MİYİM?
BEN, SEN MİYİM?
BEN KİMİM?**

**GEÇMİŞ
ÇOK DA
GEÇMEMİŞ.**

**SIKILMAKTAN
SIKILDIĞIM
GÜNLER!**

**HER ŞEY ESKİSİ
GİBİ OLSA,
YENİ BİR ŞEY
OLMAZDI.**

**MARTILAR
SEVDİĞİ
DENİZDEN ASLA
VAZGEÇMEZLER.**

**BEN İÇERİM,
EFKARIMLA
BİRLİKTE.**

**BU KALBİ SANA
EMANET ETSEM,
TUTAR MISIN?**

**DEMOKRASİ
ŞART ABİ!**

**BELKİ
BELKİLERİN
İÇİNDE BİR
GÜN?**

TALİHSİZLİK

DERGİSİ

DERGİDE YAZMAK İSTER MİSİNİZ?

EĞER YAZMAK İSTİYORSANIZ,

SANART TV INSTAGRAM HESABINI

TAKİP EDİP, MESAJ ATABİLİRSİNİZ.

BİR TALİHSİZLİK OLMAZSA

3. SAYI 22.05.2023 TARİHİNDE SİZLERLE

BİZE KATILIN.

INSTAGRAM

@SANARTTV

MAİL

SANARTTV@GMAIL.COM



HEPİMİZ İÇ

Size umuttan bahsetmek isterim sevgili okurlar. Hepimizde bir parça da olsa barınmayı başarabilen, her şeye rağmen yaşamımıza sebebiyet veren ve şu sıralar çoğu zaman kendini gizlediğini düşündüğümüz yegâne değerimiz umuttan. Ondan bahsederken öyle süslü cümleler kurmama ve çiçekli böcekli kelimeler seçmeme gerek yok aslında. Ama yine de umut bu, hiç belli olmaz, başlı başına süs püs içerisinde ve ışıltılar arasında da çıkabilir karşımıza. Yıkıntılar, molozlar arasında ve kirin pasın içinden de gülümseyebilir bize. Dedim ya, umut bu, sağı solu belli olmaz. Gözyaşları içerisinde kimsenin olup olmadığını sorgularken, etrafa seslenirken, ufacık bir fısıltının kulaklarımıza ulaşip yeşerttiği ses olur umut. Yüreklere dağlayan onca acıyı hafifleten küçücük bir hıçkırık olur kimi zaman da. Bazen yaşı on iki, bazen ise dünyada barındığı süre sayısı sadece birkaç aydan ibarettir. Küçücük elleri, parmakları vardır bazen, bazen de kısacık kesilmiş küt saçları... “Buradayım! Hayattayım!” diye seslenir bize bazen. Kısıktır belki, çatallıdır hatta ama duyurur bir şekilde. Aralardan derelerden bir şekilde yol bulur, yol olur, yoldaş olur, yüreklerimize merhem olur, akar gider umut...

Felaketler arasında savrulurken hayatlarımız, en çok sarılma gereği duyduğumuz şeyin adıdır umut. Evet, biliyorum, hem de çok iyi biliyorum. İnsan umutlanmaya utanıyor böyle zamanlarda. Umuttan bahsedilirken beraberinde süregelen ve önlenemeyen bir çaresizlik havası dolduruyor avuçlarımızı.



İN UMUT

Öyle çok şey yitirilmiş, öyle derin kayıplar verilmiş oluyor ki; nefes alışverişler anlamsızlaşıyor. Ama hayır! İşte tam da bu noktada hayata karışıyor umut! Tam da bu anlarda anlamlanıyor bir kez daha! Saatlerin yıllar kadar sürdüğü, kimi zaman da saatlerin saliseler kadar hızlı geçtiği anlarda yeşeriyor umut. Yeşermeli de! Asla pes etmemeli, umudun kötü ikizi olan umutsuzluğa yenilmemeli. Ne olursa olsun direnmeli, en donuk anda bile o buz gibi havasını eritip sıcacık filizlenmeli...

Hiç detay verip boğmak istemiyorum sizleri değerli dostlar. Az çok biliyorsunuz aslında son zamanlarda yaşadığımız hangi felaketin izlerinden bahsettiğimi... Ne yazık ki... Fakat yine baharlar geldi, gelmeye de devam edecek. Yine hüznün gayretin üstesinden gelemedi, hiçbir zaman da gelemeyecek! Tek başına her birimizin yeşerttiği o umut var ya, bir araya gelip kocaman bir yuva oldu herkese! Sevgimiz, umudumuzun gücünü bir kez daha kanıtlamış oldu tüm dünyaya. Sizleri bilemiyorum ama benim inancım tam. Aslında hadi sizleri de bileyim, yardım edin isteyen ve ihtiyacı olan tüm canlarımıza! Unutmayın, insanlığımız var oldukça umutta hep var olmaya devam edecektir.

İyi ki varız!

KEŞKE

“Keşke...”

O ilk ses, ilk buruk çaresizlik, ilk kırgınlık, ilk öfke, ilk gözyaşı, ilk mutluluk, evrene yayılan ilk umutsuz enerji...

Keşke derken hiç olmadığı kadar hayatın en derinlerinde, karanlık bir kuytuda çaresiz, kimsesiz kalmış ve nefret dolu hissederiz kendimizi. Bazen de bu hissiyatlar arasına hiç olmadığı kadar dört duvarla çevrelenmiş kalabalıkların tam ortasında buluveririz yolumuzu. Dört duvarların üzerimize yıkıldığı şu günlerde bu biraz daha derin anlama hapsolmuş durumda olsa da bir tarafta yalnızlığın ve çaresizliğin doruklarında iken diğer tarafta da kalabalık bir insan kitlesinde kaybolmuş ruhlarımızın şahitliğinde öylece güçlü durmaya yüz tutarken...

İşte hayat da tam bu noktalardayken bizlere acı bir “Merhaba!” Der. O keşke ile başlayan, duyulan, görülen ve hissedilen ilk temasa karşılık derinden bir samimiyet! ile söylenen bir “Merhaba!”

Başlarda sessizce anlam vermeye çalışırız. Genelde biz bunu yaparken geç kalmışçasına daha ne olduğunu anlayamadan tuhaf bir karmaşaya doğru koşar adımlarla yetismeye çalışıyoruz. Nereye gittiğimizi bilmeden bu döngüye bilinçli, kimi zaman da bilinçdışı bir şekilde, istemsizce geliştiğini görürüz. Kimilerinin dediği gibi; “Doğamızda var yahu! Kaderde var ki oluyor. Ya kaçacaksın ya da saklanacaksın çaresi yok. Takdir-i ilahi!”

Gerçekten öyle miydi? Çaresi yok muydu yoksa vardı da biz mi istemiyor ve görmezden geliyorduk? Hadi öyle ise bu varsayımı bir genelleme dışın itmeye çalışalım kaldığımız yerden devam ederek.

Evet başlarda o ilk temas sonrası tökezleyerek ilerlemeye devam ederiz. Ve Ta ki bir “Dur!” Diyen çıkana dek...



Bazen hiç olmadığı kadar erken, bazen de alamadığımız dersler yüzünden hiç olmadığı kadar geç gelir bu durduruluş. Geldiği zaman da mutluluğun, huzurun ve esenliğin serinliğini ruhumuza üflemeğe başlar. Çünkü kurtarıcı olarak gördüğümüz o kişiler ya da tecrübeler bizi psikoloji olarak fazlası ile rahatlatmaya başlar. Kurtuluş ile birlikte beklenen, bekleyen ve bekleyişte olanların ortak nidası yükselir.

“Kurtuldum!” Biraz komik gelir bu söz genelde bana. Nedenini tarif etmek gerekirse;

“Celladına âşık olan bir varlığı kurtarmak için nice mucizeler göndersek de o varlık prangalarını kırmadan kurtuluşa eremez!” Sözü ile özet bir tarif yapmak isterim. Zira insan kendine şifa olamadığı sürece ne yaparsak yapalım her şey fayda sağlamanın dışına sıkışacaktır. Toparlamak gerekirse, hayatımıza sıkışan keşkeler hayatımızın koparılamaz önemli birer parçalarıdır. Tecrübe deriz biz onlara. Hiçbir zenginlik ile değiştirilemez olan türden...

Bu nedenle keşke demeden önce “iyi ki!” Demeyi öğrenmemiz gerekiyor. Zira keşke sözcüğü hayatımızı negatif yönde etkiler. Çekim yasasını iyi yöne çekmenin en etkili yöntemi hayatımızdaki keşkeleri iyi kiler ile değiştirmek olacaktır. Yaşadığımız bir pişmanlık, üzüntü, karamsarlık vb. bir olayda ah... İyi ki yaşamışım diyebilmeyi öğrenmeliyiz. Öğrenmeliyiz ki hayatımızı keşkelere sıkışarak yaşamayalım. İşte tam da bu noktada evrene yönlendirdiğiniz mesajlar ile pozitif bir çapaya sıkışıp, anlamlı şeyleri yaşayabiliriz.

“Siz hayata tohum vermeye başlayın yeter. O yaşam vermeyi bilir. Bu tohum yorgun ruhların, çaresizliklerin ve keşkelerde kalmışların hayat bulmasını sağlayacaktır.” Keşke derken bir daha düşünmek istemez misiniz?

ORHAN VELİ KANIK

Türk şiirinin hececi şairlerinden Orhan Veli Kanık, 1914 yılında İstanbul'da doğdu. Ortaöğrenimini Ankara Gazi Lisesi'nde yapan Orhan Veli, daha sonra İstanbul Üniversitesi Felsefe Bölümü'ne girdi. Ancak üniversite eğitimini yarıda bırakmak zorunda kaldı. Çeşitli resmi görevlerde memur olarak çalıştı. Orhan Veli Kanık'ın ilk şiirleri 1936 yılında Varlık Dergisi'nde yayımlandı. Şiirlerinde yerleşik kalıp ve klişeleri yıkan basit ve sade halk dili ile sıradan insanın güncel yaşamına eğilen Orhan Veli, arkadaşları Melih Cevdet Anday ve Oktay Rıfat ile "Garip" akımını kurdu. 1947 yılında "Yaprak Dergisi"ni çıkardı. 1947-1950 yılları arasında 28 sayı yayımlanan dergi, Orhan Veli'nin 14 Kasım 1950'de ölümü üzerine "Son Yaprak" adını taşıyan son sayısı ile yayımını durdurdu.

Birdenbire

Her şey birdenbire oldu.
Birdenbire vurdu gün ışığı yere;
Gökyüzü birdenbiler oldu;
Mavi birdenbire.
Her şey birdenbire oldu;
Birdenbire tütmeye başladı duman
topraktan;
Filiz birdenbire oldu, tomurcuk birdenbire.
Yemiş birdenbire oldu.

Birdenbire,
Birdenbire;
Her şey birdenbire oldu.
Kız birdenbire, oğlan birdenbire;
Yollar, kırlar, kediler, insanlar...
Aşk birdenbire oldu,
Sevinç birdenbire.

Sevdaya Mı Tutuldum?

Benim de mi düşüncelerim olacaktı,
Ben de mi böyle uykusuz kalacaktım.
Sessiz, sedasız mı olacaktım böyle?
Çok sevdiğim salatayı bile
Aramaz mı olacaktım?
Ben böyle mi olacaktım?

Yalnızlık Şiiri

Bilmezler yalnız yaşamayanlar,
Nasıl korku verir sessizlik insana;
İnsan nasıl konuşur kendisiyle;
Nasıl koşar aynalara,
Bir cana hasret,
Bilmezler.

Ben Orhan Veli

Ben Orhan Veli
"Yazık oldu Süleyman Efendiye"
Mısra-i meşhurunun mübdi..
Duydum ki merak ediyormuşsunuz,
Hususi hayatımı,
Anlatayım:
Evvela adamım, yani
Sirk hayvanı falan değilim.
Burnum var, kulağım var,
Pek biçimli olmamakla beraber.
Bir evde otururum,
Bir işte çalışırım.
Ne başımda bulut gezdiririm,
Ne sırtımda mühür-ü nübüvvet.
Ne İngiliz kralı kadar
Mütevaziyim,
Ne de Celâl Bayar'ın
Sabık ahır usağı gibi aristokrat.
İspanağı çok severim
Puf böreğine hele
Biterim
Malda mülkte gözüüm yoktur.
Vallahi yoktur.
Oktay Rıfat'la Melih Cevdet'tir
En yakın arkadaşlarım.
Bir de sevgilim vardır pek muteber;
İsmi söyleyemem
Edebiyat tarihçisi bulsun.
Ehemmiyetsiz şeylerle de uğraşırım,
Meşgul olmadığım ehemmiyetsiz
Sadece üdeba arasındadır.
Ne bileyim,
Belki daha bin bir huyum vardır.
Amma ne lüzum var hepsini sıralamaya?
Onlar da bunlara benzer.

Eskiler Alıyorum

*Eskiler alıyorum
Alıp yıldız yapıyorum
Musiki ruhun gıdasıdır
Musikiye bayılıyorum*

*Şiir yazıyorum
Şiir yazıp eskiler alıyorum
Eskiler verip Musikiler alıyorum.*

Bir de rakı şişesinde balık olsam

Değil

Bilmem ki nasıl anlatsam;
Nasıl, nasıl, size derdimi!
Bir dert ki yürekler acısı,
Bir dert ki düşman başına.
Gönül yarası desem...
Değil!
Ekmek parası desem...
Değil!
Bir dert ki...

Dayanılır şey değil.

Nisan

İmkansız şey
Şiir yazmak
Aşıksan eğer;
Ve yazmamak,
Aylardan Nisansa.

SanArt TV

BİR DE RAKİ ŞİŞESİNDE BALIK OLSAM

bir garip
ORHAN VELİ



TAMAMEN

TALİHSİZLİK

YOK CANIM O KADAR DA DEĞİL!

3.SAYI
ÇOK YAKINDA

UNUTMAYALIM DİYE BİR NOT BIRAKTIK
DÜNYA'YA, TALİHSİZLİK ADINDA.
ÇOCUKLAR HAYALLER KURABİLSİN
UMUTLAR TÜKENMESİN.

ZAMAN GEÇİP GİDERKEN, HAYALLER
BIRAKILIP GİDİLMESİN. YAZILSIN, ÇİZİLSİN,
KONUŞULSUN, TARTIŞILSIN, KİM NE
DERSE DESİN SORGULANSIN VE YENİ
UMUTLAR SOLMASIN.
BİRAZ DÜŞÜNELİM Mİ,
NE DERSİN?