

KÖŞE

4 OCAK 2021 • SAYI 13

İSTANBUL



HOŞ GELDİNİZ

Bizim için sadece bir dergiden öte, kendi düşüncelerimizin tüm sadeliği ile yaşam bulduğu köşemize hoş geldiniz. Hepimizin aklının bir köşesindeki düşüncelerin farklı gözlerle ele alındığı Köşe, hem kendi içinde, hem de bir bütün olarak özel. Farklı, bazen birbirine zıt bakış açılarıyla oluşan bu dergi, her ne kadar hiçbirimiz birbirimize benzemesek de, bizi bir bütün haline getirdi. Aklımızın kuytu köşelerinde duran düşüncelere ışık tuttuğumuz ve tutmaya devam edeceğimiz Köşe, dileriz ki size sunduğumuz farklı bakış açıları ile, bizde kendinize ait bir şeyler bulmanızı sağlar. Umarız ki köşeden köşeye atlarken, sizin de aklınızdaki fikirler uyanır ve bizim köşemizde yeniden hayat bulur. Peki neden “Köşe”? Şüphesiz medya, günümüzün en güçlü araçlarından biri. Silahların yerini “tweet”lerin aldığı, sinemanın yerini Netflix’in aldığı, modanın podyumlardan Instagram’a taşındığı, 21. yüzyıl dünyasında, bir tuşla aradığımıza ulaşabiliyoruz. Peki bu bilgi kalabalığında biz nereye düşüyoruz? Büyüyen ve gelişen, raflardan ekranlara taşınan dergiler ve gazeteler tüm bu gelişmelere rağmen hala bize okumak istediğimiz bilgiyi sunmuyor. En korkunç filmin haberler olduğu bu dünyada “Peki gençler ne düşünüyor?” diyen herkes için bizim köşemizi yaratmak, sansürsüz bir şekilde istediğimizi yazmak, okumak, çizmek ve yapmak için yarattığımız “Köşe”nin adı da kendi kadar özel bizim için. Artık gençlere ve ruhu genç kalanlara da okumak düşer.



İÇİNDEKİLER

- 16 Yaşında Pandemi
- 2020 Yılına Son Bir Bakış
- 2020 ve Bize Kattıkları
- 2020'de Dinlediklerimiz: Spotify Wrapped
- Yeni Yıl, Yeni Yaş
- Hazal ve Çağla'yla Röportaj
- 2020'de Öğrendiklerimiz
- Romeo ve Juliet'i Öldürmek
- Şükretmek
- Yeni Yıl, Yeni Ben!

16 YAŞINDA PANDEMİ DOĞA ŞEN

Eve hapsolmamızın, sosyal hayattan uzak kalmamızın, akademik hayatta zorlanmamızın sebebi olan COVID-19'un psikolojimize nasıl bir etkisi olabilir?

Ben Doğa Şen, 16 yaşında, lise 3. sınıf öğrencisiyim. 2020'nin ilk karantinasından önce (11 Mart) tamamen farklı bir insandım ve birçok insan gibi karantina sürecinde psikolojik problemler yaşadım. Ne kadar zor zamanlar geçirsem de kaygı, stres, öfke gibi duygular yüzünden, hepsinin kişiliğim üstünde bir farklılık sergilediğinin farkına vardım. Yaşadığımız zor zamanlar aynı anda bizim birçok şeyin farkına varmamızı sağlıyor. Evde hapis olunca elinizde yapacak hiçbir aktivite kalmıyor ve bu boş zamanlar insanı sonu olmayan bir düşünce karadeliğine sürüklüyor. Bu karadelikte insanlar her şeyi sorguluyor. Nasıl duruma geldiklerini, bu durumun ne kadar süreceğini, bu süreçte nasıl zihinsel sağlıklarını koruyabileceklerini, işlerinin ne duruma geleceğini... Ardından bu düşünceler daha kişiselleşiyor. "Neden suratım böyle, çok sivilcem var, saçlarımı mı boyatsam?" gibi veya "Çok kısayım, burnum çok büyük, çok kiloluyum, kilo verirsem daha güzel olurum, kimse beni beğenmiyor, yalnızım, kimse beni umursamıyor." Böyle dönemlerde insan sıkıntıdan yavaş yavaş kendine problem yaratmaya başlıyor. En azından bana böyle olmuştu. Hayatımın bu dönemine kadar saçımda hiçbir değişiklik yapmamıştım ama karantina döneminde sıkıntıdan kendime kahkül kestim sonra saçımı kızıla boyadım, ardından saçımı pembeye boyadım, son olarak saçımı sarıya boyadım. Neden? Yapacak bir şey yoktu. Boşluktaydım. Tüm dünya gibi.

Anlayacağınız üzere bu etkiler herkes üzerinde geçerli. 16 yaşında olsun, 50 yaşında olsun, 70 yaşında olsun herkesin psikolojisi pandemi zamanında aynı çalışıyor. Sıkıntıdan hep bir aktivite yarattık ülke olarak. Mutfaklardan çıkmadık ilk ay. Ardından spora başvurduk, zaman ilerledikçe internet üstündeki her türlü filmi, diziyi izledik. Zamanı geldi internet üstünden aklınıza gelebilecek her markadan alışveriş yaptık. Durum eğitime geldiğinde işler daha çok karıştı. Bazı öğrenciler okulun stresli ortamından kurtuldukları için mutluydu, rekabet olmayacağı için, bazılarıysa okula fiziksel olarak gitmeyecekleri için sevinçlilerdi fakat aynı anda bir grup öğrenci üniversite kaygısı, sınav kaygısı, online ortamda dersleri anlayamama kaygısı yaşıyordu.

Ben iki psikolojiyi de yaşadım. İlk zamanlar, okula gitmeyeceğim için çok mutluydum, stresli bir ortam olmayacağı için, sabah saat 6'da kalkmayacağım için mutluydum. Tatile girdiğimizde aynı rahatlıktaydım, fakat okul açıldığında online dersleri anlamayacağıma dair kaygılanıyordum, zira online eğitimi yüz yüze eğitimden daha zor buluyordum. Çalışmak istemiyordum, evden çıkmak istemiyordum, depresif bir dönemdeydim. Ailemin, arkadaşlarımın, yakınlarımin yardımı ile yeniden ayağa kalktım ve derslerime odaklandım, sürece ayak uydurmak zorundaydım, aynı annem gibi, babam gibi, sizler gibi.

İnsan kendine belli bir program yarattınca hiç boşluğa düşmüyor. 'Yarın sabah saat 8:30'ta online derse girerim, sonra spora giderim, akşam üstü de ders çalışırım' derken düşünmeye vaktimiz olmuyor, kendi üstünüzde yoğunlaşmaya, beyninizin sizinle oyun oynamasına zaman kalmıyor. Bu nedenden dolayı artık sürekli günümü dolduruyorum doldurabileceğim kadar, nerede boş yerim var ise mümkün olduğunca verimli kullanmaya çalışıyorum çünkü tüm günüm boş iken sürekli kendi moralimi bozacak bir şey bulabiliyorum.

Hayatınızın boş olduğunu bir düşünsenize. Küçükken hiçbirimiz okula gitmek istemezdik, evde yatıp film izlemek isterdik tüm gün. Bu eylemsizlik durumu bize hiç boş gelmezdi küçükken oysaki. Belki de bu boşlukta hissetme duygusu küçüklüğümüzde yoktur aslında. Yağmurlu bir okul sabahı okula gitmiyorsun, istediğin kadar uyuyorsun uyandığında kahvaltı ediyorsun ve yatıp film izliyorsun. Bu tarz bir gün rahatlatmıştır hep beni çünkü okul gibi bir yükten bir günlük de olsa kurtuluyordum. Ertesi gün nasılsa yine gidecektim ve bunun bilinci altındaydım her zaman, bu yüzden de zamanın değerini bilirdim. Aslında insanın zamanın değerini bilmesi gerekir. Belki de daha kötü günler bekliyor bizi fakat biz o kadar meşgulüz ki bu zamanı kötülemekle, elimizde olan zamanı iyi bir şekilde değerlendirmek aklımızdan ucundan bile geçmiyor. İlk karantina sürecinde istesem de istemesem de yapacak bir şeyim olmadığından yatıp film izliyordum tüm gün. Bu tarz bir boşluk insanı dertlendirir aslında. Belli bir zamandan sonra film den sıkılırsınız, yapacak bir aktivite ararsınız, bulamazsınız, daha çok kendi üstünüze yoğunlaşırsınız, bu durum da sizi yazının başında dile getirdiğim karadeliğin içine çeker yavaş yavaş. Böyle durumlardan kurtulmanın yolunun ilgilendiğiniz herhangi bir aktiviteyi yapmak olduğunu anladım. Şarkı söylemek, dans etmek, satranç oynamak, alışveriş yapmak, yemek yapmak, ders çalışmak gibi aktiviteler böyle zamanlarda kafanızı dağıtır ve bu sayede negatif düşünceleri bilinç altınızdan atabilirsiniz.

İnsanın en büyük aldatıcısı aslında beynidir. Sürekli kötünün üstüne odaklanır. Bizim hedefimiz düşüncelerimizi ve duygularımızı kontrol altına almak olmalı. Bunun gibi bizi eve hapseden, sosyal izolasyona mahkûm eden durumlarda hiçbir zaman kendi üstümüze gitmemeliyiz, "ben yapamam" demek yerine "ben yapabilirim" demeliyiz. Beynimizin bizi aldatmasına izin vermemeliyiz, kontrolü elimize alıp bir farkındalık, farklılık yaratmalıyız. İyi hissetmemiz için iyi düşünmemiz gerekiyor. Bu zor zamanlarda asla kendinizden umudu kesmeyin, kendinize iyi davranın, ancak kendinize iyi davranırsanız iyi hissedeceksiniz.



2020 YILINA SON BİR BAKIŞ

CANBERK BATMAN

2020 yılının bitişi ve 2021 yılına girişimiz şerefine, geçtiğimiz sene hayatlarımızın belki de en hareketli ama bir yandan da en durgun senesinde dünyaca yaşadığımız çeşitli olayları bu sayımızda sizin için derledim.

- 1- Avustralya yangınları
- 2- ABD'nin Bağdat Uluslararası Havalimanı'na saldırısı ve İranlı tümgeneralin öldürülmesi
- 3- Covid-19 salgınının patlak vermesi ve tüm dünyanın karantinaya girmesi
- 4- Kobe Bryant ve kızının helikopter kazası sonucu hayatını kaybetmesi
- 5- İran'da düşen bir uçaktaki 176 kişinin hayatını kaybetmesi
- 6- Prens Harry ve Düşes Meghan Markle'ın kraliyet haklarından feragat etmesi
- 7- İngiltere'nin Avrupa Birliği'nden ayrılması
- 8- George Floyd'un zalimce öldürülmesi ve bunun sonucu olarak 'Black Lives Matter' hareketinin büyük kitlelere ulaşması
- 9- Biden ve Trump'ın başkanlık yarışı
- 10- Puerto Rico depremleri
- 11- Çekirge sürülerinin Afrika ve Asya'da yaygınlaşması
- 12- Sahra'dan gelen toz fırtınasının Güney Amerika'yı kaplaması
- 13- Michigan'daki bir baraj patlamasının birkaç bölgede sele neden olması
- 14- Ebola Salgınının yeniden Afrika'da patlak vermesi
- 15- Batı Nil Ateşi hastalığına sahip sivrisineklerin Güneyde yayılması
- 16- İskandinav sensörlerinin Rusya'da bir radyasyon sızıntısı belirlemesi
- 17- Rusya devletinin Amerikan Askerleri için ödüller koyması
- 18- Beyrut'da nükleer patlama gerçekleşmesi
- 19- Covid-19 salgınının birçok ülkede ikinci dalgasına geçiş yapması ve ikinci karantina döneminin başlaması
- 20- Yahudilerin Hanuka Bayramları süresince dünya genelinde yaşadıkları çeşitli ırkçı hareketlerin büyük bir artış göstermesi

Bu 20 olay, yaşadıklarımızdan ve medyaya yansıyanlardan sadece birkaçı. Bunların yanında uzun süredir yaşanmakta olan geniş çaplı sorunlar, diğerlerine nazaran daha küçük çaplı olaylar da mevcut. Yani anlayacağınız, çeşitli olaylarla dolu bir seneyi atlatmış bulunmaktayız. 2021'in ilk sayımızdaki yazımı yeni yılın hepimize güzel haberlerle gelmesini dileyerek sonlandırıyorum. Umudumuzu yitirmeyeceğimiz ve yaşananların ağırlığını bir nebze hafifletecek bir yıl yaşamamız dileğiyle...



2020 VE BİZLERE KATTIKLARI

ZEHRA TOPLUSOY

2020 gibi kaotik ve sınırlarımızı zorlayan bir yılın sonunda geriye dönüp bakabileceğimiz çok şey var. Her yıl birbirinden farklıdır, fakat 2020 eminim ki herkesin hatırlayacağı ve her birimizde iz bırakan bir yıl olmuştur. Her ne kadar yeni bir yıla umutla girmeyi planlasak bile, son derece distopik geçen bu yılın bizlere kattığı şeyleri anmadan ilerleyemeyeceğimizi düşünüyorum. Belki de bunu okurken 2020'nin başımıza açtığı onca sorundan sonra hayatlarımıza kattıklarını ve alışkanlıklarımızı ne kadar değiştirdiğini de fark ederiz.

1. Zoom

En belirgin olandan başlamak gerekirse, çoğumuzun uzaktan eğitim sürecinde tanıştığı, her sabah uyandığımızda ilk karşılaştığımız platform olan "Zoom" hayatlarımıza girdi. Kısa bir süre içerisinde ise okul saatlerinden sonra bile kullandığımız, akşam saatlerine kadar arkadaşlarımızla konuştuğumuz, 40 dakikada bir yenisini açmamız gereken ve "linki kim atıyor?" sohbetlerini başlatan bir paralel evrene dönüştü. Sanırım pandemi süreci bitse bile kullanmaya devam edeceğimiz uygulamalardan biri haline geldi. Ayrıca diğer konuşma platformlarından farkı olarak sunduğu filtreler, "breakout room" ve "screen share" gibi özellikleri ile öne çıkıyor.

2. Houseparty

Tıpkı "Zoom" gibi fakat daha çok "Facetime" uygulamasını hatırlatan bu platform, karantina dönemine kadar en son 2016 yılında, yani ilk çıktığı yılda, patlama yaşamıştı. Sonra ise popüleritesi azalan "Houseparty", mart ayından itibaren tekrar yükseldi ve muhtemelen bu yıl en iyi geri dönüşü yapan uygulama diyebilirim. En fazla 8 kişi ile diğer platformlara göre daha rahat bir ortamda buluşabileceğiniz, ders araları ve akşam saatlerinde arkadaşlarınızla sohbet edebileceğiniz bir uygulamadır.

3. Trendyol

Eğer aranızdan "Trendyol" uygulaması üzerinden boyama seti, hırka, kitap, aksesuar, LED ışık, spor malzemesi (özellikle mart ayı boyunca) gibi siparişler vermediyseniz bu karantina sürecinde çok büyük bir kayıp yaşadığınızı belirtmek isterim. Aslında 2009 yılından beri hizmet vermekte olan bu site, özellikle karantina şartları altında bizlere çok fayda sağladı. Öyle ki, çoğumuz illa Trendyol'a harcadığımız paraları düşündüğümüz bir süreçten geçmiştizdir.

4. Twitter

Şahsen, "Twitter" her zaman en fazla kullandığım uygulamalardan biriydi. Fakat çoğu insanın bu uygulamaya kendini kaptırması Fahrettin Koca'nın akşam üstü günlük vaka sayısını açıklamasıyla gelişti. Sonrasında ise Türkiye gündemi olayı devraldı. Bu bekleme ve gerilme nedense bana önceki senelerde Twitter'dan açıklanması beklenen kar tatili gelişmelerini hatırlattı. Tabii ki o zamanlar beklediğimiz haberler bu kadar etkileyici ve çoğu zaman da can sıkıcı değildi. Ayrıca o zamanlar okula gitmeyeceğimiz haberini duymak için yerimizde duramıyorduk. Şimdi içinde olduğumuz durumla karşılaştırsak, hayatlarımızın ne kadar değiştiğini anlamak biraz korkutucu geliyor.

5. Netflix

Netflix ise karantina olsun olmasın hepimizin en çok kullandığı, elimizin altında olan sitelerden birisidir. Özellikle bu listede var olmasının sebebi ise sıkıntıdan başladığımız dizileri temsil etmesi. "The Queen's Gambit", "Tiger King", "The Good Place", "Unorthodox", "Love 101", "Grand Army" gibi birçok diziyi bizlere sunan bu platform, evlerinde tıkalı kalmış insanları eğlendirmekte büyük bir rol oynadı. Ayrıca tekrar ve tekrar izlediğimiz eski dizilere ve filmlere geri dönüşümüzden bahsetmeye gerek bile yoktur. Kısaca, kendimizi dönüp dolaşıp bulduğumuz platformlardan biri listesinde birinci sıraya gelebilir. Özetle, yaşadığımız onca sarsıcı olaydan sonra bu gibi platformlar ve yenilikleri keşfetmiş, belki de yıllardır açmadığımız uygulamaları açmışızdır. Sanırım bu listedeki uygulamaların hepsinin bizlerde artık ayrı bir yere sahip olduklarını ve bu distopik dönemi hatırlattıklarını kabul edebiliriz. 2021'de bizleri bekleyen yeniliklere de açık olmak dileğiyle...Yeni yılınız kutlu olsun!



2020'DE DİNLEDİKLERİMİZ: SPOTIFY WRAPPED SU YEŞİLDERE

Yılın sonuna gelirken Spotify kullanıcılarının akıllarında tek soru: "Spotify Wrapped ne zaman çıkacak?". Spotify, Aralık ayının başlarında bizleri bu senenin özetiyle buluşturdu. Sizleri bilmiyorum ama ben her sene heyecanla beklediğim Spotify Wrapped'i, bu sene ayrı bir heyecanla bekledim. Neredeyse bütün yılı karantinada geçirdiğimizi düşününce, günün büyük bir çoğunluğunu müzik dinleyerek geçirdik diyebiliriz. Bunun yanında, müziğin kişinin ruh hâlini anlamak için oldukça önemli bir araç olması açısından da bu senenin Spotify Wrapped'inin bizler için olan değeri bir başka.

Spotify Wrapped'e aşina olmayanlar için biraz ne olduğundan bahsedeyim. Bir müzik platformu olan Spotify, her sene kullanıcılarına özgün bir şekilde "özet" çıkarıyor ve buna da "Spotify Wrapped" ismini veriyor. Bir nevi bir "toparlama" olarak bakabiliriz bu özelliğe. Özetin içinde o sene kaç dakika müzik ve podcast dinlediğinizden, en çok dinlediğiniz sanatçılara, en çok dinlediğiniz şarkılardan, en çok dinlediğiniz müzik türlerine kadar birçok farklı veri bulunuyor. Bütün bu verileri 1 Ocak'tan 31 Ekim'e kadar topluyor. Ardından düzenlenen verileri, genelde Aralık ayının ilk haftasında kullanıcılarla buluşturuyor. Kullanıcılar bu verilere erişim sağlarken aynı zamanda o yıl en çok dinledikleri 100 şarkıdan oluşan bir çalma listesine de ulaşabiliyor. Bir de, bütün bunların yanında dinlediğiniz şarkıların türlerine göre o sene çıkmış olan, sizlerin dinlemediği ama beğenebileceği şarkılardan oluşan bir çalma listesine de ulaşabiliyorsunuz. Sonuç olarak, bu senenin nasıl geçtiğini daha iyi kavramamıza yönelik bizlere kendi verilerimizi sunduğunu söylesem doğru olur.

Biraz kendiminkinden bahsedecek olursam, geçen sene de en çok dinlediğim sanatçı olan Büyük Ev Ablukada yerini kimseye bırakmamış. Bu veriyi bizlere sunarken Spotify, bu sene daha interaktif bir yöntem kullanmayı tercih etmiş. Sizlere en çok dinlediğiniz sanatçılardan bazılarını barındıran bir çoktan seçmeli soru formatında bunu soruyor. Ardından da doğru cevabı sizinle paylaşıyor. Bu senenin Wrapped'inde ilgimi çeken bir başka şey de en çok dinlediğiniz sanatçının yüzde kaçlık kitlesinde olduğunuzu da size söylüyor olmasıydı. Mesela ben, Büyük Ev Ablukada'nın %0.1'lik dinleyici kitlesindeymişim. Bunun verilerini de o sanatçıyı ne kadar çok dinlediğinize bağlı olarak çıkarıyorlar. Büyük Ev Ablukada'nın hemen ardından Joji, Sezen Aksu, Billie Eilish ve Tyler, The Creator geliyor. Oldukça geniş bir müzik zevkim olduğunu söyleyebilirim. Benim açımdan şaşırtıcı bir liste olmadığını da belirtmem gerekiyor. Yakın çevremdeki insanların bazıları ise kendi Wrapped'lerinde özellikle en çok dinledikleri şarkı ve sanatçılar açısından şaşkınlığa uğradı. Bu verilerin doğru olmadığını iddia edenlerden, nasıl böyle bir durum olmuş olabileceği üzerinde teorilere üretenlere kadar birçok farklı tipte insanla karşılaşmak mümkün. Aslında Spotify'nın her sene bizlerle buluşturduğu bu özetin bizlerde olan değerini buradan da görebiliriz.



Biraz da en çok dinlediğim şarkılardan bahsedeyim. Aslında, sanatçılardan çok şarkılarda oldukça şaşırdığımı belirtmem gerekiyor. Bunun sebebi birçok insan gibi benim de dönemsel olarak sevdiğim şarkıların değişiyor olması. Benim için şaşırtıcı olan şey, en çok dinlediğim şarkının daha çok senenin başında, spesifik olmak gerekirse Şubat ayında, dinlediğim bir şarkı olmasıydı. Bu sene en çok dinlediğim şarkı, Ashe'in "Moral of the Story"si idi. Eğer benden en çok dinlediğim şarkıyı söylememi isteseydiniz, asla aklıma gelmeyecek bir şarkı aslında. Bu şarkıyı sene boyunca 207 kere dinlediğim bu şarkı en çok dinlediğim şarkılar listesinin başında yer alıyor. Listenin kalanında birbirinden farklı türlerden, sanatçılardan birbirinden farklı şarkılar yer alıyor. Hepsini bir listede kolayca görebilmek de bana senenin kısa bir özetini yaşıyor diyebilirim. Dinlediğimiz şarkıları o an yaşanan olaylarla bağdaştırdığımız için, listede yer alan şarkıların bazılarının beni o anlara götürdüğünü söyleyebilirim. Hem farklı hisleri beraberinde getirdi, hem de bu seneyi bir bütünlük olarak gözden geçirmemi sağladı.

Son olarak da, bahsettiklerimin haricinde, kaç dakika podcast dinlediğiniz ve en çok dinlediğiniz podcast'i de sizlere sunuyor. Bunun yanında kaç farklı müzik türü dinlediğinizle beraber en çok dinlediğiniz 5 türü de öğrenmenizi sağlıyor. Diğer Spotify kullanıcılarına göre en çok hangi dönemden müzik dinlediğinizi ve o dönemden en çok dinlediğiniz şarkı da sundukları veriler arasında yer alıyor. Benim için belki de en ilgi çekici olan özelliklerinden biri, bu seneki Wrapped'de hangi şarkıyı elli bin (50000) dinlemeye ulaşmadan keşfetmiş olduğunuzu göstermesi. Yani aslında, hangi şarkıyı ilk keşfedenlerden olup potansiyelini gördüğünüzü gösteriyor. Farklı müzikleri keşfetmeye ilgili olan biri olarak, böyle bir şeyle karşılaşmak benim oldukça ilgimi çekti. Benim için bu şarkı, Hannah Stater'ın "A Moment Apart" parçası oldu.

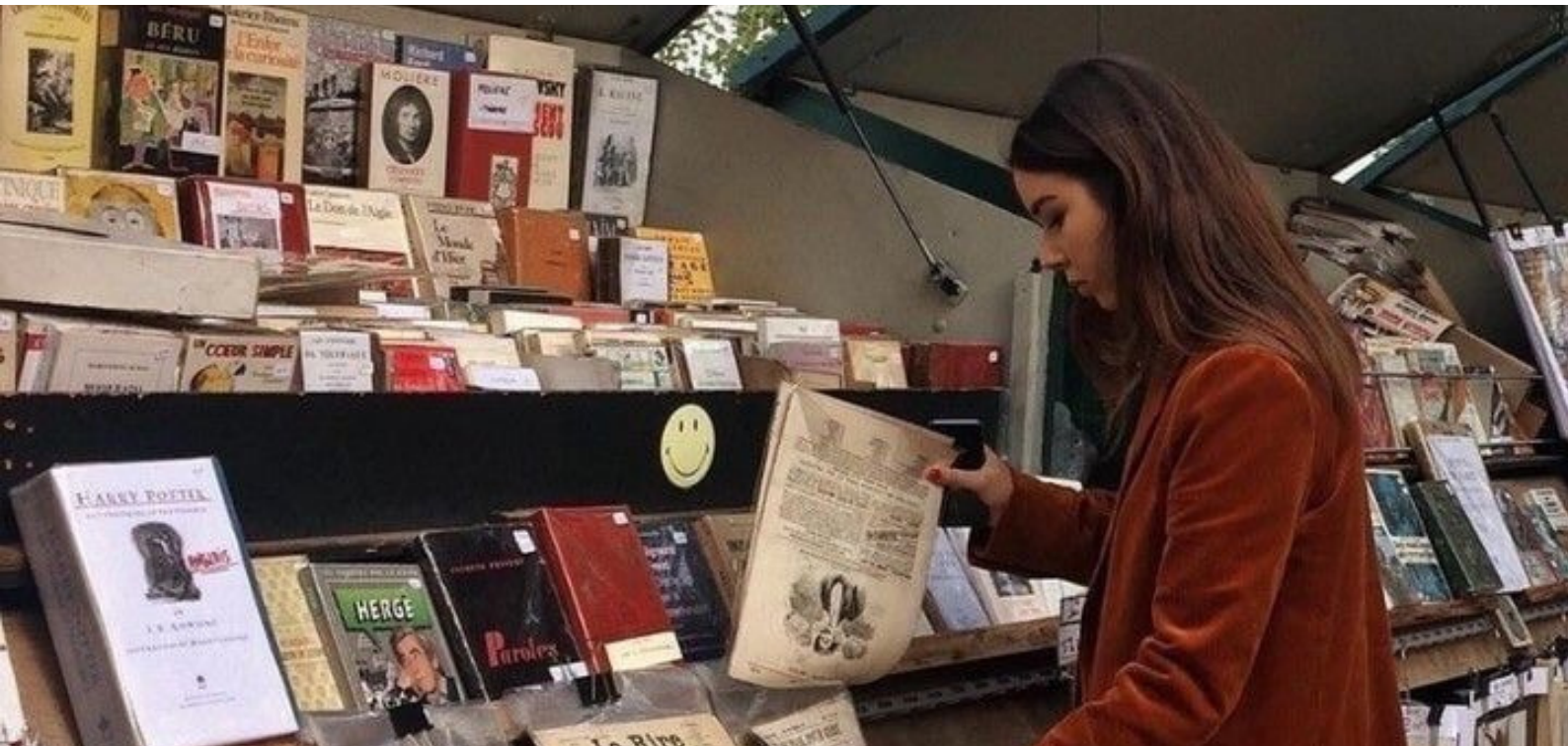
Toparlamak gerekirse, her sene olduğu gibi bu sene de Spotify yaptığı "Wrapped" özetiyle bizlere geçirdiğimiz bu kendi içinde hatırlamak istemeyeceğimiz yılın da içyüzünü sundu. Bu sene birçok farklı açıdan herkes için oldukça zorluydu. Bütün alışkanlıklarımızdan vazgeçmek zorunda kaldık, çok sevdiğimiz insanlardan ayrı kaldık. Bunlar yetmiyormuş gibi ne zaman bu durumdan çıkacağımızı da bilmiyor olmamız hiçbirimize iyi gelmedi. İşte böyle bir senede, kendimizi müziğe adadığımızı söyleyebilirim. Bir kaçış olarak müziği seçtik, kendimizi müziğe bıraktık. Spotify'ın bu açıdan her sene yaptığı Spotify Wrapped bizim için daha değerli bir hâle geldi. Seneyenin Wrapped'ine baktığımızda umuyorum ki daha olumlu duygulara sahip oluruz, olayların daha iyi gittiği bir yıl geçiririz. 2021'in çok güzel, mutlu ve bol müzikli geçmesi dileğiyle herkese çok iyi seneler!



YENİ YIL, YENİ YAŞ

ZEYNEP EREN

Herkes umutla yeni yılı beklerken, hepimizin ortak dileği, yeni yılın 2020'den çok daha güzel geçmesi tabii ki. Herkes için çok zor bir yıldır. Hayatlarımızı alt üst eden bir virüsün ortaya çıkışı dünyanın her yerinden, her yaş grubundan insanı çok etkiledi. Bizim için konuşacak olursak: hayatımızın neredeyse tamamı sürekli baktığımız ve bakmak zorunda olduğumuz ekranlara taşındı. Ben de bir yaşıma tamamen evden okul yaparak ve çoğunlukla arkadaşlarım ve bazı akrabalarımın bilgisayar veya telefon üzerinden iletişim kurarak geçirmiş oldum. 16. yaşıma sadece 2 ayını eski normalimizde geçirebilmişken mart ayında eve kapanmak zorunda kaldık. Benim için yeni yıla girmek, yeni bir yaşa girmekle aynı sayılır. Ocak doğumlu biri olarak yeni yıla girdikten hemen sonra hayatımın yeni bir yaşına girmiş oluyorum. Bu yüzden hep 31 Aralığı beklemek yerine 21 Ocak'ı, yani doğum günümü beklerim. Bu yıl da yeni yıla girdikten sonra 17. yaşıma gireceğim. Yılın en sevdiğim zamanları olan kış aylarını sevmemin nedenlerinin tabii ki soğuk hava, sıcak içecekler, kalın kıyafetler ve kar yağışı olmasının yanında tamamen yeni bir başlangıcımın olabilmesi de bu sebeplerden biri. Herkes gibi ben de bu yıl çok şey öğrendim. Ailemle ve kendimle çok daha fazla vakit geçirdim, etrafa ve etrafımdakilere pozitif enerji vermeyi ve kötü durumlara dahi iyimser bakmayı, rutinin benim için önemini ve küçük şeylerden mutlu olmayı öğrendim. Kendimi geliştirdim ve bu kötü yılın bile en iyisini yaşamaya çalıştım. 16 çok normal bir yaş gibi duyulurken, 17 gerçekten büyük bir yaş gibi geliyor kulağıma. Ne ara 17 yaşına geldiğimi hala anlamamışken neredeyse 1 yıl sonra 18'ime girmiş olacağım. 16. yaşıma yaşayamamış olmamın da etkisi olabilir tabi bunda. Büyümekten korkmayan yoktur diye düşünüyorum ama dedikleri gibi her yaşın ayrı bir güzelliği var. Her yeni yılıma ve yeni yaşıma bir öncekinden güzel ve mutlu olmasını dileyerek giriyorum. Bu yıl da doğum günümünden sonra, yepyeni bir yıl ve yaş beni bekliyor olacak. Yeni anılar, yeni insanlar ve belki de yeni yerler. Doğum günlerimi kalabalık partilerle kutlamayı sevmesem de büyük ihtimalle bu yıl evde, arkadaşlarım bile olmadan geçireceğim. Ama dediğim gibi, her şeye iyi tarafından bakmanın önemini görmüşken bu yeni yılda yaşadığımız problemlerin ve sorunların geçmesini dileyerek yeni yaşıma giriyorum. Neredeyse hayatımın bir yılını evde geçirmiş olduğumu düşününce gerçekten garip geliyor ancak sıradaki yaşımdan daha umutluyum. Çok daha mutlu, güzel haberler alacağımız ve eski hayatımıza yavaş da olsa dönebileceğimiz bir yıl olur umarım. 17. yaşıma 16'dan iyi geçeceğini ve 2021'in, 2020'den sonra, hepimiz için çok daha güzel bir yıl olacağını umarak: mutlu yıllar!



HAZAL VE ÇAĞLA'YLA RÖPORTAJ

ZEYNEP ŞENER

Bu röportajda pandemi döneminde yurt dışında üniversiteye başlayan Hazal Bulut ve Çağla Karslıoğlu'nun deneyimlerini okuyabilirsiniz. İkisine de katıldıkları için çok teşekkür ediyorum.

1. Öncelikle ikiniz de hangi üniversitede hangi bölümü okuduğunuzu söyleyebilir misiniz?

Çağla

"Bu sene New York University (NYU) Tisch sanat okulunda drama okumaya başladım ve direktörlük öğrencisiyim."

Hazal

"Bu sene Oxford Üniversitesi St. Johns College'de felsefe, politika ve ekonomi (PPE) bölümüne başladım."

2. Geçtiğimiz dönemde hangi dersleri aldınız, gidişatından ve online olmasından bahsedebilir misiniz?

Çağla

"Birinci senemiz olduğu için okul bizi her yerden beslemeye çalışıyor ve bu nedenle ben bu sene oyun yazma, tasarım, yönetmenlik, oyunculuk, hareket gibi birçok farklı alanlardan derslerim var. Okulun amacı çok yönlü sanatçılar yetiştirmek olduğu için de bu derslerin çok faydasını görüyorum fakat ikinci senede daha spesifik olacak. Online eğitime gelirsek ben bu kadar iyi olacağını düşünmemiştim, okul o kadar güzel tasarlamış ki şimdiden çok fazla şey öğrendim ve online olmasından şu an memnunum. Mesela derslerimizde senaryo veya oyuncu üzerine çalışmaktansa daha çok bir kareden anlam yaratma şeklinde oluyor, bu nedenle biz hep bu kareleri tasarlamak üzerine çalıştık. Bu yaklaşımın daha deneysel tiyatro olduğunu da söyleyebiliriz. Tabi tiyatro dalı olduğu için sanatın evrilmesi gibi şeyler de düşünülüyor ve hocalar sürekli olarak bu yenilikçi bakış açısını dersin içine dahil ediyor, bu sayede yüz yüze öğrenemeyeceğim çoğu şeyi de öğrenmiş oldum aslında."

Hazal

"Benim ilk dönem mikroekonomi, ahlaki felsefe ve mantık felsefesi derslerim vardı, politika ise ikinci dönem başlıyor olacak. Benim online olmayan derslerim de oldu. "Tutorial" adı altında bir profesör ve iki üç öğrenci olarak aldığımız dersler var, onları çoğunlukla yüz yüze yaptık ama yüz veya iki yüz kişilik derslerin online olmasının kesinlikle bir gelişme olduğunu düşünüyorum. Bu kadar kalabalık ortamlarda dinlediğimiz dersleri video olarak izlemek, istediğim zamanlarda durdurmak ve not almak büyük bir lüks oldu. Ancak bahsettiğim küçük gruplarda gerçekleşen dersler online gerçekleştiğinde ben odaklanmakta zorlandığımı fark ettim. O yüzden büyük gruplarda olan derslerin online ve küçük grupların olduğu derslerin yüz yüze olmasının en sağlıklı yöntem olduğunu düşünüyorum."

3. İkiniz de Üsküdar Amerikan mezunusunuz, kendinize bu kadar farklı yollar çizmenizde neler etkili oldu?

Çağla

"Aslında ben liseye başlamadan önce de bu alanda okumak istediğimi biliyordum. Dürüst olmak gerekirse de Üsküdar Amerikan benim şu an okuduğum bölümle çok bire bir ilgili değildi bu nedenle üniversite konusunda yardımı genelde okul dışından aldım. Ayrıca lise boyunca tiyatroya olan ilgimi çoğunlukla okul dışında geliştirdim diyebiliriz."

Hazal

"Benim ilgi alanlarım lisenin ilk yıllarında şekillendi. Hem Amerika'ya hem de İngiltere'ye başvurdum ve sonunda Oxford oldu. Bu süreçte bazı okullara kabul almamış olsam da başvuru süreçlerinde herkesin yerini bulduğunu söyleyebilirim. Onun dışında IB öğrencisiydim ve akademik olarak da istediğim bölüme yönelik dersler alma şansım oldu, ekonomi gibi daha çok tercih edilen dersler olduğu için. Tabi Çağla'nın böyle bir şansı okulda olmasa da o da dışardan yürüttü ve dediğim gibi bence ikimiz de gitmemiz gereken yerleri ilgi alanlarımızı takip ederek bulmuş olduk."

4. İkiniz de fazla öğrencinin tercih etmediği tiyatro ve felsefe bölümlerde okuyorsunuz, sizin gibi az talep olan bölümlere başvuran insanlara ne tavsiyelerde bulunursunuz?

Çağla

“Bu konuda kesinlikle kendi araştırmalarını kendi yapmalarını ve çok fazla araştırma yapmalarını tavsiye ederim. Aynı zamanda en çok kendi düşüncelerine güvenerek hareket etmeleri gerektiğini savunuyorum çünkü özellikle az tercih edilen bir bölüm olduğu için çok fazla kişi bilgi sahibi değil ve sizi yönlendiremiyor. Ancak bu konuda güvendiğiniz bir insan varsa belki de onlardan destek alabilirsiniz, benim direktörlük koçum vardı ve sadece ona güvenerek ve başka kimseden bilgi istemeyerek yolumu çizdim. Çünkü eğer Hazal ve birçok farklı insanın gittiği gibi bir danışmana gitseydim benden daha farklı bir yol izlememi isterlerdi ve bu da beni bölümümden uzaklaştırabilirdi. Aynı zamanda başvuru sürecinde başka insanlardan gördüğüm bir şey var, daha akademik olarak girmesi zor üniversitelere, herkes aynı profili oluşturmaya çalışıyordu ve kendilerini aynı gösteriyorlardı. Bense kendi başvurumda tamamen dürüst kalarak kendimi nasıl en otantik şekilde yansıtabileceğimi düşündüm ve bence en değerlisi de bu oldu.”

Hazal

“Genellikle en akademik olarak zor dersleri seçip onlarda başarılı olmaya iten bir algı var, hem öğrencilerde hem de onları yönlendiren kişilerde. Özellikle daha az tercih edilen alanlar ve yaratıcı bölümler için bu yaygın algıya uymamak zor olabilir ama insanların kendi ilgi alanlarına güvenmesi ve çoğunluğun tercihinden farklı olduğu için istedikleri bölümlerden vazgeçmemeleri gerektiğini söyleyebilirim, bunları Çağla’nın sürecini gördüğüm için söylüyorum. Bana gelirsek, benim ilgi alanım ekonomiydi ve politikaya ne kadar bağlı olduğunu gördüğümde ikisini beraber okumak isteğimi fark ettim, felsefe ise onlardan bağımsız bir ilgi alanımdı. Dolayısıyla muhtemelen İngiltere’de okuyabileceğim en iyi bölümlerden birindeyim.” Hazal ve Çağla “Kısaca eklemek gerekirse, üniversiteye başladığımızdan beri ne kadar çok farklı bölümler olduğunu fark ettik ve gitmek istediğiniz okulların internet sitelerine girip bütün bölümleri gözden geçirmenizi tavsiye ederiz çünkü bilmediğiniz ve okumaktan çok keyif alacağınız bir bölüm karşınıza çıkabilir.”

5. Aynı bölümü (Çağla) şehrin dışında bir kampüste, (Hazal) şehirde okumayı tercih eder miydiniz?

Çağla

“Ben kesinlikle istemezdim çünkü ben okullara başvururken aslında şehirleri önceliklendirdim. Bunun sebebi benim üniversite sonrasında da burada yaşamak istemem ve New York’taki sanat sektörünün ne kadar değerli olmasıydı. Buradaki sanat camiası çok ön planda ve birçok kişi NYU mezunu bu nedenle okuduğum yerde sürekli olarak sanatla çevrili olmam benim için çok önemliydi. Aynı zamanda İstanbul’da büyüüp sonrasında küçük bir şehirde yaşamak istemediğimi biliyordum.”

Hazal

“Aslında ben de İstanbul’da yaşamış olarak şehirden uzak bir kampüs hayatında mutlu olamayacağımı düşünüyordum ama Oxford’un kampüs ve şehir hayatının çok ideal bir karışımı olduğunu fark ettim. Oxford tam bir öğrenci şehri ve bu nedenle beraberinde getirdiği birlik, öğrencilerle yaşama ve ortak alanlar var ama bir yandan da tüm ihtiyacın olan şeyler beş dakika yürüme mesafesinde ve şehir olanaklarını kapsıyor. Büyük şehirde okur muydum diye düşünürsek kampüs hayatını kaçırmak istemezdim ve ikisini de kapsayan bir yerde okuduğum için çok mutluyum, bu nedenle benim de cevabım hayır olurdu. Kısa bir anekdottan bahsetmek gerekirse, bir keresinde bir kafede arkadaşımın siyasi bir konuşmaya girmişti ve uzun bir süre derinlemesine konuyu tartışmıştı sonrasında öğrendik ki yan masamızdaki teyzeler bizim hesabımızı ödemiş. Sonrasında teşekkür etmek için yanlarına gittiğimizde ‘sizin gibi öğrencilerin bizim şehrimizde olması bizi çok mutlu ediyor, burayı güzelleştiriyorsunuz’ gibi bir cevap almıştık ve ikimizi de çok mutlu etmişti.”

6. Okulunuza gitmeden önceki beklentileriniz nelerdi? Bunlardan hangileri beklentilerinizin altında veya üstünde kaldı?

Çağla

“Ben şehri daha çok gezeceğimi zannediyordum fakat ne kadar şehrin içerisinde olsak da burada belirli bir alan NYU kampüsü gibi o yüzden hep orada oluyorsun. Diğer yandan okul bana bambaşka bir sanat anlayışı kazandırdı ve ben bu kadar yenilikçi ve deneysel olacağını beklemiyordum, beni alışılmış tiyatro anlayışının dışına çıkardılar ve bir bakıma gözlerim açıldı diyebilirim. Eğitimi de tam beklediğim ve istediğim gibi oldu, kesinlikle çok besleyici bir eğitim ortamı ve ne kadar yoğun olsak da ben bunun zorluğunu hissetmedim çünkü zaten yıllardır aradığım etiyimi bulmuş oldum.”

Hazal

“Benim pandemi sebebiyle çok izole bir deneyim olacağı beklentim vardı ama hiç öyle olmadı, her şeye rağmen sosyalleşmeye çok müsait bir ortamla karşılaştım. Akademik olarak zor olmasını ve çok çalışmayı bekliyordum ve nitekim zor ve çok çalışıyorum. Ancak nihayet çok çalışmak benim seçtiğim alanlarda ve Çağla’nın dediği beni besleyen ve tatmin eden bir yönde. Lisede yıllarca fiziğe harcadığım zamanı şimdi başka türlü değerlendirebiliyorum. Son olarak da lise hayatında hepimiz bir fanusun içerisinde yaşıyorduk çünkü aslında hep kendimiz gibi insanlarla çevriliydik ancak şimdi çok farklı kültürlerden ve sosyo-ekonomik arka planlardan insanlarla olmak kesinlikle bambaşka bir deneyim.”

7. Gelmeden önce duyduğunuz ve gerçek olan bir stereotype var mı?

Çağla

"Buraya özel bir stereotype herkesin çok liberal olmasıydı ve gerçekten de öyleler, herkes birbirine karşı çok destekçi ve anlayışlı. Bir de NYU Tisch'de herkesin ünlü çocuğu olduğu söylemi var ve bu da doğru."

Hazal

"Buraya gelirken de herkesten öğrenci profilinin üst sınıf İngilizlerden oluştuğunu duymuştum ancak bunun gerçek olmadığını gördüm. Doğru olan bir şey ise okulda çok fazla kendi alanında başarı kazanmış insanların olduğu ve bunun beraberinde getirdiği "imposter sendromu" var. Bu kişinin kendi başarısını ve yeteneklerini sorgulamasına verilen ad ve Oxford'da karşılaştığım bir durum." Çağla "Buna katılıyorum çünkü "imposter sendromu" burada da var, gerçekten sektörde tanınan ve isim kazanmış insanlarla okuyorsun ve bunu yaşatmaya müsait bir ortam oluşuyor."

8. Farklı bir okula gitmiş olsaydınız en çok neyi özlerdiniz?

Çağla

"En çok NYU'nun yarı akademik yarı konservatuar eğitimi olmasını, bize sundukları değişim programlarını ve hocaların sektörden insanlar olmasını özlerdim. Mesela seneye Paris'te deneysel film programına gideceğim ve bu olanağı başka bir yerde bulamazdım."

Hazal

"Ben de en çok kolej sistemini özlerdim çünkü buraya özel bir sistem ve kişiye bir topluluğun parçası olma olanağını sunuyor. Büyük bir okulda samimi ortamlar yaratmayı sağlıyor ve bu çok hoşuma gidiyor."

9. Son olarak en çok hangi yemeği özlediniz?

Çağla ve Hazal

"Yaprak sarma, mantı ve anne yemeklerini özledik."



2020'DEN ÖĞRENDİKLERİMİZ

ESMA ERDEM

Hepimiz için beklenmedik olaylarla dolu ve zorlayıcı bir yıl oldu 2020. Aslında tüm bu zorluklar 2020'nin bize getirdiği şeyler değil de bizim ortaya çıkardığımız sorunlardı. Her birimize ayrı ayrı çok fazla şey öğrettiğine inandığım bu yılda, birçok olumsuz olay yaşandı. Doğa yangınlarıyla senemiz başlayan, ani ölümler, depremler ve pandemi ile devam eden bu yıl olumsuzluklar silsilesi gibiydi. Olağandışı ve hiç istenmeyen şeyler arka arkaya gelirken yılın çoğunu evde, kendi kendimize geçirdik. Ne zaman haberleri açıp dinlesek kötü bir olay yaşanmış oluyordu. Times'ın gelmiş geçmiş en kötü yıl olarak ilan ettiği 2020 yılında yaşanan toplumsal olayların ve televizyonu açınca duyup içimizin acıdığı haberlerin bir değişime ve farkındalığa yol açmasını ve 2021'in bu şekilde olmamasını umuyorum.

Aslında bu yıl yaşanan hangi kötü durumdan başlayacağımı bilemedim ama ilk bahsetmek istediğim konu hayvan hakları. Bu konuda bu kadar hassas olmamın sebebi ise hayvanların seslerini duyurabilmek için bizlere ihtiyaç duyuyor olmaları. Yardım istedikleri herhangi bir durumda, birinin onlara ulaşabilmesinin tek yolu biziz. Sessiz kalınan her kötü olay aslında bir başka kötü olayın gerçekleşmesine sebep oluyor. Bu yıl boyunca, büyü yapmak için patileri kesilen kedilerden, havlayarak ses çıkardığı için ses telleri kesilip normalden daha pahalıya satılan köpeklerle; içine bomba koyulup öldürülen filden, tecavüze uğrayan çiftlik hayvanlarına kadar korkunç ve benim dile getirirken bile tüylerimi diken diken eden olaylar yaşandı. Yeni yılda umarım dünyanın her yerinde, bu olaylara karşı çıkılıp tepki gösterip yaptırımlar uygulandıkça bu gibi korkunç olayların önüne geçilir. Önce kendi ülkemizde hayvan hakları yasalarının çıkarılmasını sağlayıp yaptırımlar getirerek medyada üzücü haberlerle karşılaşmak yerine bütün hayvanların seslerini duyurabildikleri ve rahatça yaşayabildikleri günler bizi bekliyordur umarım.

Bu yıl yaşananlar arasında üstüne konuşmamız gereken bir başka konu ise kadın cinayetleri ve toplumsal cinsiyet eşitsizliği. Bu sene boyunca 269 kadın öldürüldü ve bu neredeyse her gün bir kadının öldürüldüğünü gösteriyor. Farkındalığı yüksek bir nesil olmamıza rağmen, kendi çevremde gözlemlediğim bazı düşüncelerden bahsetmek istiyorum. Pınar Gültekin'in ölü bedeninin varile konulup odunlarla yakıldığı ortaya çıktığında, bu vahşetin korkunçluğunu konuşurken fark ettim ki hepimizin tepki verdiği durum varilde yakılmasıydı. Hemen hemen her gün karşılaştığımız ortadan kaybolan veya ölü bulunmuş bir kadın haberi artık kafamızda normalleşti. Üstüne konuştuğumuz şey bir kadının öldürülmesi değil de bir varilde yakılması haline geldi. Belki silahla öldürülse, sosyal medyada insanların görüp geçeceği kadar normalleşen bu durumun değişmesi gerekiyor. Boşanmak veya ayrılmak istemesi gibi sebeplerle bir sürü kadın birçok farklı yerde öldürüldü. Çocuklarının önünde, تنها bir yerde, sokak ortasında veya evinin önünde...

Bunlar dışında pandemi sebebiyle evde kaldığımız sürede ev içi kadına şiddet kat ve kat arttı. Bunların önüne geçip, konuşamayan kadınların sesi olmamız, kadınların her alanda güvenliklerinin sağlayıp kendilerini geliştirmelerine izin vermemiz gerekiyor. Geçen hafta Santa Cruz Üniversitesi'nden aldığım online "Feminizm ve Toplumsal Eşitsizlik" dersinde kadınların tarih boyunca hep bastırıldıkları ve erkekler kadar güçlü görülmedikleri için yok sayılmalarından bahsediliyordu. Toplum içinde bu gibi kalıplaşmış veya çok sayıda yaşandığı için normal hale gelmiş kadın cinayetlerinin önüne geçmenin tek yolu ise bunların değişmesi için mücadele etmek olduğu anlatılıyordu. Umuyorum ki 2021 bu anlamda köklü bir değişimin yaşanacağı bir yıl olur. "Sen bağır ki, şiddet sussun."

Kendi ülkemizde de dünyanın bir ucundaki Amerika'da da toplumsal ayrışma ve ırkçılık gibi olayların çokça gündemde olduğu bir yıldır. Sokak ortasında öldürülen George Floyd'dan, evine girilip öldürülen Breonna Taylor'a kadar haksız yere öldürülen ve sanki 21. Yüzyılda yaşamıyormuşçasına hala ten rengi sebebiyle haksızlığa uğrayan insanların haberleri duyuluyor. Kendi aramızda bu gibi konularda farkındalık yaratarak, kendimizi eğitip önyargılarımızı yıkarak, bir bütün halinde, ayrılmadan yaşayabileceğimizi düşünüyorum. Farklı dinler, ırklar veya düşüncelere sahip birçok insan bu sene saygısızlık ve haksızlığa maruz kaldı. Bunların aksine, 2021'in herkesin kendini ait hissettiği bir yıl olmasını umuyorum.

Toplumsal olayların dışında bu yıl yaşanan kötü olayların biraz da herkeste olan olumsuz düşünce yapısından kaynaklandığını düşünüyorum. Tüm dünyanın her olaya "Daha kötü ne olabilir?" veya "Bu yıl daha ne kadar kötüleşebilir?" şeklinde yaklaşmasıyla kötü olaylar birbirinin arkasından geldi. Bence bu yıl ne olursa olsun ne kadar şanslı olduğumuzu birbirimize hep hatırlatalım. Güzel olaylarla karşılaştıkça, daha güzel olayların da arkalarından geleceklerine eminim. Umarım bu yazıyı okuduğunuz yeni yılın ilk günleri çok güzel geçiyordur ve önümüzdeki günlerde de toplumsal olaylarla ilgili yüzümüzü güldüren haberlerle de karşılaşırız.



ROMEO VE JULIET'İ ÖLDÜRMEK GÖKTUĞ ERÇEK

"Ah, Romeo, Romeo! Neden Romeo'sun sen?
İnkâr et babanı, adını yadsı!
Yapamazsan, yemin et sevdiğine,
Vazgeçeyim Capulet olmaktan ben."
-Juliet

İnsanın ekolojik nişinin ne olduğunu bulma çabası varoluşsal arayışlardan biridir. Filozoflar, biyologlar, bilim insanları... İnsanın yaşam amacını sorgulamışlardır fakat bu soruya ozanlar ve şairlerin aksine cevap bulamamışlardır. Çünkü ozanlar ve şairler, dünyaya gönderilme amaçları aşık olmakmışçasına yaşamlarını aşklarına adanmışlardır. Kimi gerçek aşkı tanrıda bulmuştur kimi ise tek görüşte tutulduğu kişiye. Yazmışlardır da yazmışlardır aşkı olabileceği tüm halleriyle. Fakat bize kendi hayatımızda yazacağımız bir aşk bırakmamışlardır. Aşkı için dağları delen mi dersin? YAPILDI... Aşkı için ana babasına sırtını dönen mi dersin? YAPILDI... Aşkı için kendini öldüren mi dersin? YAPILDI...

"Aşkı için yapan mı dersin?"

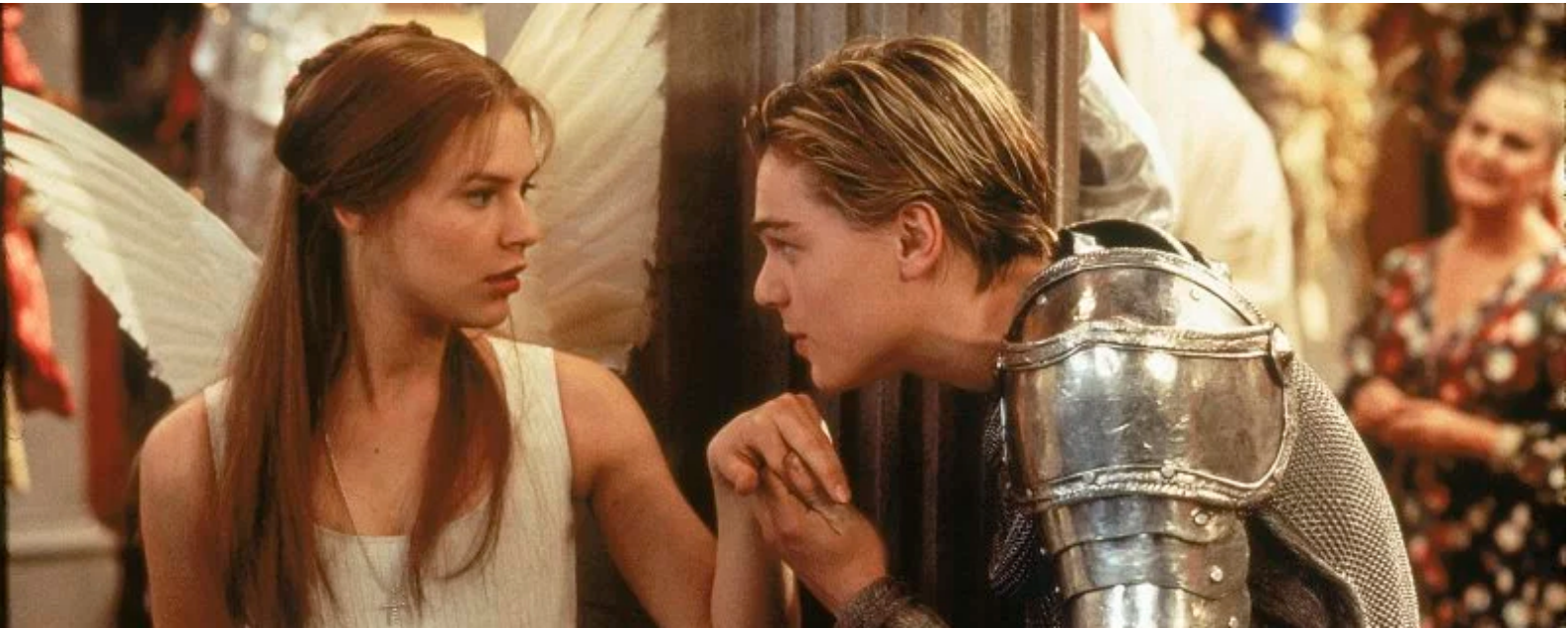
Aklınıza gelecek her şeyle o boşluğu doldurabilirsiniz çünkü eminim onlar da yapılmıştır. Şiir ruhun gıdasıdır elbette fakat şiirdeki aşkı için kendini öldüren Romeo ne yazık ki yaşamıyor... En fazla uzaktan akrabası olan sevdiklerini öldürenler var gerçek dünyada. Acaba şairler sevdikleri için kendini öldürme mottosunu edinince geriye de aşk için sevdiğini öldürmek mi kaldı? Yoksa ölü sevgilisini ölümün elçisiyle uğurlamadan önce

"Ey gözler son kez bakın! Kucaklayın son kez ey kollar!
nefes kapıları, yasal bir öpüşle mühürleyin
yaptığım bu süresiz anlaşılmayı!"

Ve ey siz
Doyumsuz ölüm ile

Sözlerini söyleyen Romeo'dan buralara nasıl gelmiş olabiliriz? Yoksa Ferhat'ın Şirin'i için deldiği o mağarada sevdiğine taciz edenlere nasıl gelmiş olabiliriz? Yoksa aşkının acısı ile ölen Leyla'dan karnına bıçak saplanan Yedigöller'a nasıl gelmiş olabiliriz?

Belki de öfkem şairlerin bize yazacak türden aşkı bırakmamaları değil de, Romeo ve Juliet'in aşkının sadece metaforik anlamda kalıp gerçek dünyada tamamen öldürülmesidir. Belki de öfkem gerçek dünyadaki Romeo ve Julietler'i öldürmektir. Üzülerek şunu söylemeliyim ki gerçek dünyada olmayan iki şey var; Çocuklarının ölümüne neden olduğu için hüznü duyan Capulet ve Montague aileleri ve ölen Romeo ve Juliet'in hakkını arayan rahipler...



ŞÜKRETMEK

MAYA ASHABOĞLU

Kelime anlamı 'minnet duygusunu sunmak' olan şükretmek, aslında anlamını ve önemini bilmemize rağmen sıklıkla göz ardı ettiğimiz bir eylem. Her 'Bundan daha kötü ne olabilir' sorusunu yönelttiğimizde bizi sorduğumuza pişman eden bir seneyi geride bırakırken ben daha iyi hissetmek için en faydalı bulduğum şeylerden bir tanesini sizlerle paylaşmak istiyorum. Uygulamaya geçirmesi de çok kolay olan şükretmenin moralimi de fazlasıyla etkileyebildiğini keşfettim. Hayata olumlu tarafından bakmakta hep çok zorlanmışımdır. Hatta anda olabilmek benim için her zaman bir çeşit mücadele olmuştur. Bu dönemde hepimizin kendimizi ayakta tutacak şeyler bulmakta zorlandığını biliyorum. Ben kendimi son birkaç aydır şükredecek şeylere odaklanmaya zorluyorum ve size de tavsiye ediyorum.

Hayatımızda şanslı olduğumuz pek çok konu var. Anlık ve basit şeyleri ele alacak olursam şu anda bu yazıyı okuyabiliyor olduğumuz için bile şükredebiliriz. Başımızın üstünde bir çatıya, karnımızı doyuracak yemeğe sahip olduğumuz için şanslı olduğumuzu biliyoruz zaten. Ama bazı şeylerin var olmasına belki de biraz fazla alışmışızdır. Bunları saymak anlamsız duyulsa da en basit şeylerin varlığının değerini de kendimize sürekli olarak hatırlatıyor olmamız lazım. İçtiğiniz bir bardak kahve, sohbet ettiğiniz bir arkadaşınız, okuduğunuz bir kitap, aldığınız bir ders, yattığınız bir yatak, camdan dışarı baktığınızda gördüğünüz herhangi bir manzara... Mutlu olmamızı sağlayacak çok şey var. İyi ki buna sahibim diye düşünebileceğiniz sayısız durum bulabilirsiniz. Şükretmek için düşündüğünüz durumun çok büyük olmasına gerek de yok. Gördüğünüz, tattığınız, duyduğunuz, yapabildiğiniz her türlü şeyin size ne kattığını düşünün. Ben son zamanlarda içinde bulunduğum stresli durumlara bile bu bakış açısıyla bakmaya çalışıyorum. Dinleyecek bir dersim olduğu için, yapmam gereken işlerim olduğu için de çok şanslıyım. Hatta bence eğitim şükredilecek şeyler listesinin başında geliyor. Maddi manevi her türlü durumun hayatınızdaki yararlarına odaklanın. Buna da sahip olmayan insanlar olduğunu, sizin ne kadar sayılı bir kesimin parçası olduğunuzu düşünün. Sizde olmayan ama başkasında olan şeylerle de karşılaşacaksınız. Hayatta her şey göreceli ne de olsa. Ancak yine de sizi bu bahsettiğim iç huzuruna ulaştıracak temel şey eksiklerinizi değil, elinizdekileri görebilmeniz. Size içtenlikle söyleyebilirim ki şükretmek işe yarıyor. Yapılan araştırmalar da bol bol teşekkür etmenin ve değer bilmenin psikolojik sağlığınıza faydalı olacağını gösteriyor. Evet tek bir düşünceyle daha mutlu olmayacaksınız ama doğru şeylere odaklanabilmeniz için atacağınız büyük bir adım olacak sonuçta.

Peki bunu hayatımıza nasıl katabiliriz? Sadece düşünmek ve aklınızdan geçirmek bile bir adım aslında. Ama ben daha somut yöntemlerle uygulamaya geçirmeye çalışıyorum. Basit birkaç tanesinden bahsedeceğim. Saçma duyulduğunu düşünecek olabilirsiniz ama aralarından istediğinizi seçip hayatınıza katmaya çalıştıkça faydası olduğunu siz de göreceksiniz.

En kolay yöntem herhalde bir defter kullanmak. Her sabah uyandığınızda bir deftere şanslı olduğunuzu düşündüğünüz 5 şey yazın. Bir ajanda, günlüğünüz, hatta telefonunuzda notlar bölümü bile bu işe yarayacaktır. Her gün farklı şeyler düşünmeye çalışın. Bir süre sonra şükretmenin aslında ne kadar basit olduğunu ve pek çok küçük şeyi ne kadar göz ardı ettiğimizi fark edeceksiniz. Ben şanslı olduğumu düşündüğüm şeylerle ilgili bir pano da yapmışım. Bu gerçek bir pano olabilir: kendi resimlerinizi, aldığınız kartları, yazdığınız notları, bastığınız resimleri oraya ekleyebilirsiniz. Veya benim yaptığım gibi online bir platformda (Pinterest gibi) oluşturacağınız bir panoya aklınıza gelen ve üstüne şükredebileceğiniz her türlü şeyi eklemeyi deneyin. Buna izlediğim diziler, okuduğum kitaplar, dinlediğim şarkılar, yediğim yemekler, gittiğim yerler, yatağım, ailem gibi pek çok şey benim eklediklerime dahil. Her günün sonunda aklınızdan o gün başınıza gelen ve gülümsemenize sebep olan 3 olayı düşünmenizi de tavsiye ederim. Hiçbir şey yolunda gitmiyor gibi hissederken bile mutlu olabileceğiniz çok fazla şey olduğunu görmenize yardım edecektir. Hayatınızda olduğu için şanslı olduğunuz insanlara bunu söyleyin. Etrafınızdakilere teşekkür edin. Elinizdekilerin değerini bilmek için gerçekten çaba gösterin. Söz veriyorum, işe yaradığını göreceksiniz.

Akl sağlığımızın ne kadar önemli olduğunu bu sene bir kez daha fark ettik. Yeni bir yıla girerken doğru şeylere odaklanmaya gayret etmemiz gerektiğini düşünüyorum. Evet her şey her zaman toz pembe olmayacak ama doğru zamanlarda üzüldükten sonra günün sonunda yine de mutlu olabileceğimizi hatırlamamız gerekiyor. Ben kendimi 2021'de bu alanlarda geliştirmeye zorlayacağım. Umarım anlattıklarım sizin için de faydalı olmuştur ve bu yeni yılda şükretmeye dikkat edersiniz. Hepimizin şükredebileceği daha onlarca şeyle karşılaşacağı bir yıl olur inşallah. Herkese tekrardan iyi seneler!!



YENİ YIL, YENİ BEN!

İPEK ERSANLI

İnsan doğası gereği değişime ve adaptasyona her zaman yatkın olmuştur. Değişimleri ne kadar istemese ne kadar aynı kalmak istese de belki bulunduğu zaman, belki bulunduğu yer belki de beraberinde bulunduğu insanlar gereği, kimi zaman farkında olmadan kimi zaman da değişimi kabullenerek şekil değiştirmiştir. Şimdi ise biz her yılın sonunda, yılbaşının gelmesiyle “yeni yıl, yeni ben” anlayışının tekrardan gündeme getirip, kendimizi yeni bir değişime hazırlıyoruz ama gerçekten yeni yıllar bize yeni bir benlik, normal halimizden farklı bir kişilik getiriyor mi?

Normalde istisnasız her yıl aralık ayının gelmesi ile yeni yıl için aldığım kararların ve dileklerimin listesini yaparım. Bu yıl kendimde ne eksik görmüşsem, neyi değiştirmek ya da geliştirmek istiyorsam hepsini bir yere yazar ve yılın sonunda yeniden bakmak üzere saklarım. Bu listeyi hazırlamak, yılın üzerinden attığım adımların bıraktığı izleri takip ederek bir daha geçmek hissettirdiği nostaljinin ötesinde bana değiştiğimi ve ‘yeni bir ben’ olduğumu hissettirir. Şu an yılın bitmesine 10 gün kalsa da ben ne listemi hazırladım ne de dileklerimi bir kenara yazdım. Bu tabii bu yıla tepkili olmam, artık yeni yılın bana iyilik getireceğine inanmamam gibi saçma nedenlerden değil, aksine bu yılın bana değişimler hakkında öğrettikleri yüzünden. 2020 de yaşadığımız bin bir türlü olay bir yana bizler de bu yılda yaşanan olaylarla beraber değiştik. Karantinada kalmanız sizi ne kadar etkiledi ya da değiştirdi bilmiyorum ama bu yıl kendi kendime geçirdiğim süre içerisinde kendime 2019’un sonunda ne yazmışsam kat ve kat fazla ve farklı bir şekilde buldum kendimi. Değişimim benden habersiz bir şekilde zamanla olmuştu; ne bir yıl geçmişti ne de beni değişmeye zorlayacak bir durumun içindeydim. Böyle bir durumun içindeyken kendime değişimi sordum. Sahi, neydi değişim? Niye insanlarda “değişmenden/ değişmekten korkuyorum” diye bir korku vardı? Ya da madem böyle bir korku vardı, neden her yeni yılda değişimlerimizi madde madde ele aldığımız listeler yazıyorduk? İnsanların değişimleri başta da dediğim gibi bir sürü sebepten dolayı olabiliyor ama ben korkacak ya da değişimi engellememize sebep olacak bir sebep bulamadım. İnsanlar bence kendilerini daha iyi tanıdıkça değişiyor, değişim sadece bizim daha ‘biz’ olabilmemiz için gerçekleşen bir durum. İnsanlar belki değiştiklerinde bu değişimleri çevreleri tarafından fark edilecek ve eskiden sahip oldukları düzen bozulacak diye korkuyordur. Ya da değişim fark edilince denilecek “ben seni tanıyamamışım” cümlesinden ama zaten değiştüğümüzde kendimize de “kendimi daha tanıyamamışım” demiyor muyuz? Değişim inanın korkulacak, engellenecek ya da kaçılacak bir şey değil. Tabii ki değişiminiz insanlar tarafından fark edilecek ama siz kendinizi daha iyi tanıdıkça onlar da sizin bu halinizi tanıyacak ve kabullenecek. Değişimler bazen gözümüze korkutucu gelebiliyor, sonuçta konfor alanının dışına çıkmak her zaman yapılması çok güç bir şey ama inanın değişim kapınızı konfor alanınızı alt üst etmek için ya da sizi bambaşka biri yapıp sizi sevdiklerinizden ve çevrenizden uzaklaştırmak için çalmıyor. Sizi daha rahat olabileceğiniz, belki de beraberken daha mutlu olacağınız kişiler ve yerlere götürebilmek için sizin hayatınıza geliyor.

Listeyi henüz yazmamış olsam da yazacağımı belirterek sizden değişmek için tarihte bir rakamın değişmesini beklememenizi rica ediyorum. Hayat ilerliyor, değişim ise bizim bir listeye yazdığımız maddeleri beklemeden kendi kendine gerçekleşiyor. ‘Yeni bir ben’ olmak için motivasyonu zamanda değil kendinizde bulun ve değişimden korkmayın. Yeni yılınız umarım kendinizi daha iyi tanıdığınız, değişimlere ise hep açık olduğunuz bir yıl olur. “Düzenim bozulur, hayatım alt üst olur diye endişe etme. Nereden biliyorsun hayatın altının üstünden daha iyi olmayacağını?”

