

Ömrün Sonbaharı, Yaşlılık Üzerine

Yaşam ilk nefesle başlayan ve son nefese kadar uzanan ve bu nefeslerin sayısı önceden bilinemeyen muhteşem bir deneyim. Bu muhteşem deneyimin farklı yaşlar için isimleri var. Ömrün ilkbaharı, yazı, sonbaharı ve kışı...

Genellikle insanoğlu kendi bulunduğu yaş ile ilgili düşünür. Çocuğu olduğunda çocuklara yoğunlaşır ve yaşı ilerledikçe de yaşı ilerlemiş insanlara yoğunlaşır. Yaş almak, yaşlılık çok özel bir süreçtir.

Eğer çevrenizde bir yaşlı yoksa, sorumluluğu sizde değilse çoğunlukla da size çok uzaktır. Oysaki araba kullanırken aklınıza geliyor mu 65 yaşından sonra nasıl araba kullanacağımız? Ya da yolda yürürken oynamış bir kaldırımın yaşlıyı nasıl düşürebileceği, evladı olmayan bir yaşlının huzurevindeki yaşamı, tatile çıkarken bir yaşlının neler düşünebileceği, ya da yaşlandıkça evde kullanılan eşyaların yerleri, çeşitleri ve tutunabileceği yerlerin önemi. Unutmamak için alınacak ilaçların evde nasıl konumlandırılacağı. Yaşlının yaşadığı ortamın ısısı, havalandırılması, beslenmesi, unutulmayacak küçük notların onlar için hazırlanması, acil durumlarda yapılacakların önceden düşünülüp, aranacak hastane ve acil numaraların bir yerlerde not edilmiş olması. Bunlar hiç aklınıza geldi mi? Hiç düşündünüz mü? Ya da düşünecek yaşa geldiniz mi? Yoksa daha sizden çok ama çok uzakta mı?

Yaşlılık sadece bir sosyal sorumluluk değil, yaşamın vazgeçilmez, kaçınılmaz, düşünülmesi ve kurgulanması gereken muhteşem bir deneyimi. Hatta yazılması gereken bir dönemi. Hâlâ kalem tutabiliyorsak tarafımızdan, tutamıyorsak yakınlarımızla hatta kameralara konuşup kaydedilerek çocuklarımız, torunlarımız ve gelecek kuşaklar için. Bu güzel deneyimi acısıyla tatlısıyla paylaşmak için. İlkbaharı da sonbaharı da sizin gözlerinizle görebilmek için.

İçime en sinmeyen de sanıyorum yaşlıları evin bir odasında yaşamaya mahkûm edilmesi. Ne kadar iyi bakarsak bakalım herkesin dışları da yürümeye, insanlarla sohbet etmeye, manevi isteklerini yaşamaya ve ailesini ve sevdiklerini sıklıkla görmeye ihtiyacı var. Yaşlıların bakımevleri dışında sosyalleşmeye ve bir arada olmaya, birbirleri ile paylaşım yapmaya, gerektiğinde düşüncelerini diğer toplumun farklı kesimleri ile paylaşmaya hakları var. Bizim ülkemizde yaşlılar ya bakımevlerinde ya da evlerin bir odalarında ölümü bekliyor. Aktif yaşlanan ve ömrünün sonbaharını yaşamadan kopmadan yaşayan yaşlı sayımız çok az.

Yaşama çocukların gözleri ile bakarken, yaşlıların zihni ile analiz ederken, gençlerin ayakları ile yürümek, bu eşsiz deneyimi daha heyecanlı hâle getiriyor.

Bugün ömrünüzün sonbaharı için ne düşündünüz? Çevrenizde bu muhteşem deneyimi yaşayan yaşlılar için ne yapıyorsunuz?

Ankara Life Dergisi

Şubat 2016