



ÖKSÜRÜK

Micha (Almanya)

6 Temmuz 2006

"Biyolojik yasaların çalıştığını gözlemek müthiş"

21 Eylül 2005'te yaşadığım şehirde nihayet bir inşaat projesi başladı. Uzun bir zamandır planlanıyordu zaten. Ana çevre yolu trafiğe tamamen kapatılmıştı çünkü iki köprünün Ekim 2006'ya kadar yeniden inşa edilmesi düşünülüyordu. Bu kapatma yüzünden trafik akışında önemli değişiklikler vardı. Normal trafiği rahatlatmak ve yan yollardaki yükü azaltmak için birçok sokak tek-yön haline getirildi.

O gün öğleden sonra hala yıllardır kullanmaya alışık olduğum her zamanki trafiği takip ederek kentin eski bölgesine doğru arabayla gidiyordum.

22 Eylül'de gece vardiyasıdaydım. Her zamanki gibi 05:45 te başka bir arkadaşım benim yerimi aldı ve ben de eve doğru arabayla yola çıktım. Birkaç gün öncesinde evime giden rotada bu inşaat yüzünden tek-yön sistemine geçilmişti ve ben buna hazırlıklıydım. (Ayrıca trafik değişiklikleri yerel gazetede çok önceden yayınlanmıştı).

Böylece 23 Eylül saat 6:00 civarında her zamanki rotamı izleyerek arabayı kullandım. Hala karanlıktı ve şafak vakti ancak oluyordu.

İki yönlü sokaklardan biri 600 metre kadardı ve açık olan yolun sol tarafı yaklaşık 40 metre kadar görülebilir durumdaydı. Önceden konulmuş yönlendirme işaretlerini de izleyerek sol şeride yanaştım (şu anda tek yönlü). Hemen yanımda sağ şeritte bir başka arabanın bana yaklaştığını fark ettim. Dediğim gibi gece vardiyamı henüz bitirmiştim ve stresliydim. Bu yüzden çok yorgundum ve yatağıma girmekten başka bir şey istemiyordum. Ansızın 100 metre ötemde nereden çıktığı belli olmayan bir çift far belirdi. Işıklar gerçekten beni fotoflaş gibi çarptı. Yorgunluğuma ve şaşkınlığıma rağmen içgüdüsel olarak direksiyonu sağa kırdım. Sağımdaki arabaya çarpabileceğimin tamamen farkındaydım.

Yaklaşan araba beni birkaç santimle ıskaladı ve sağımdaki arabayla da çarpışma olmadı. Şansıma o sürücü benden birkaç saniye önce durumu fark etmiş ve acil fren yapmıştı. Böylece farklı sonuçlar doğurabilecek bir muhtemel kaza gerçekleşmedi ancak bu şok beni yorgunluğumdan sıyırdı ve uyanık hale getirdi.

Karşıdan gelen şoför hiç rahatsız olmamışçasına devam etti ve hatta beni geçerken bana parmak gösterdiğini fark ettiğimi düşündüm. Dolayısıyla kendi hatasının farkında bile değildi! Diğer şoförün de iyi olduğundan emin olduktan sonra eve seğirmelerle döndüm. Karımı ve kızımı endişelendirmemek için onlara bu olayla ilgili hiçbir şey anlatmadım. Uykuya dalmam epey zamanımı aldı.

O hafta sonu gece vardiyası yapmak zorunda kaldım ve uykularımın her zamankinden kötü olduğunu fark ettim. İki gün sonra Pazar günü karımın anne ve babası ziyaretimize geldiler. Babamın doğum

günüydü. Kahve içilirken konu trafik düzenlemelerine, yollardaki kabadayılıklara geldi. Bu, doğrudan yaşadığım o olay hakkında benim ilk kez konuşmamdı.

Pazar gününden Pazartesi'ye kadar **öksürük** (iyileşme fazı) başladı. 26 Eylül'de öğleden sonra son iki yıldır German New Medicine ile ilgilenen bir terapist arkadaşım ile randevum vardı. Onu bu konu hakkında daha fazla bilgi almak için ziyaret etmiştim. O sırada öksürüğümü fark etti ve ne zamandır sürdüğünü ve nefesimi kesen stresli bir durumu yaşayıp yaşamadığımı sordu. O sırada aklıma hiçbir şey gelmedi.

Israr etti: **"Alanda korku çatışması olmalı"**.

Alanda korku çatışması? İşyerimden ve buna dair korkumdan söz ettim. "Hayır, bu değil. Eğer bu durumla yıllardır karşı karşıyaysan ve bu sürede durum yavaş yavaş kötüleşmişse bunu dikkate almayabiliriz. Eğer patronun bunu ansızın söylemişse, belki o zaman." diye cevapladı. Temel taşın ne olabileceğini düşünmeye devam ettim.

Bu durumda önemli olan, benim alan olarak anlamlandırdığım şeydi.

İlk aklıma gelenler evim, yaşadığım çevre, sıklıkla ziyaret ettiğim yerlerdi. Bu çatışma bu alanda derinden hissedilmiş korku veya tehdidi kapsıyordu. İyice düşündüm ama bir sonuca varamadım.

Neredeyse öylesine Cuma sabahı yaşadıklarımın söz ettim ve detayları ona anlattım. Terapist sözümü kesti ve "İşte bu!" dedi. "Pardon?" dedim.

"O sokağı ve o sol şeridi kendi alanın olarak düşünmüşsün" diye cevap verdi. "O şoför senin alanını işgal etmiş. En azından sen bu durumu böyle algılamışsın ve DHS oluşmuş"

Çok şaşırmıştım. Gerçekten de buydu! Çatışma çözümü de Pazar günü kahve içerken herkese bunu detaylıca anlatmamdı ve ben de bedenimde güçlü tepkiler verdiğimi fark etmiştim.

Sonraki birkaç gün boyunca öksürüğüm daha da şiddetlendi. Birkaç günlüğüne zatürre bile geçirdim. Üç gün sonrasında öksürük bitmişti.

Biyolojik yasaların çalıştığını gözlemek müthiş.

Saygılarımla,

Micha

Orijinal Almanca belgenin İngilizce çevirisinden çevrilmiştir

Çeviren: Nermin Uyar

Kaynak: www.LearningGNM.com