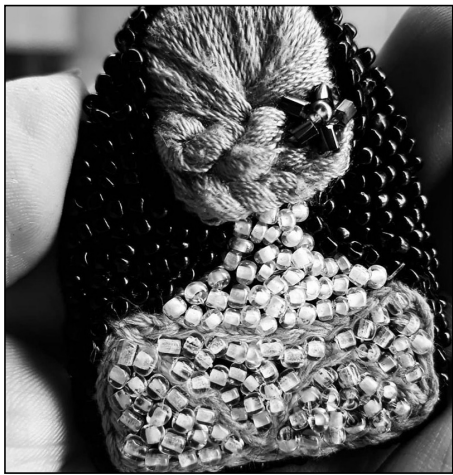


Yaşadığı hadisədən sonra psixoloji sarsıntı keçirib. 2 ilini xəstəliyə sərf edib. Deyir ki, bu dövəmdə özünəinamını, həvəsini, həyat eşqini, maraqlarını itirib. Bomboş, əlindən heç nə gəlməyən, gününü yatmaqla və ağlamaqla keçirən birinə çevrilib. Ta ki qaranlıqdan sizə o işığı tutana qədər... Boyunbağısının, qırılıb masaya dağılan muncuqları həyatının dönüş nöqtəsi olub. O gündən də nizama salmağı, səbir etməyi, nəticəni gözləməyi öyrənib. Özü də oymaqsız, əllərini dəşə-deşə...

Müsaibimiz "Oymaqsız" əl işlərinin yaradıcısı Nərin Dadaşovadır. Nərin 1992-ci ildə anadan olub. Əvvəllər Nərin Hüseynzadə imzası ilə dövrü mətbuatda məqalələri, esse və hekayələri ilə görünən Nərin Dadaşova, daha sonra köşə yazıları ilə mətbuatda çıxış etməyə başlayıb. Həmsöhbətimiz Yazıçılar birliyinin üzvü, Prezident təqaüddəsidir.

- Nərin xanım, "Oymaqsız" necə ərsəyə gəldi? Belə bir istedadınızın olmasını necə kəşf etdiniz?



- İcimdə həmişə bir şeylər yaratmaq, düzüb-qoşmaq, nəyisə-nəyəsə calamaq eşqi olub. Uşaqlıqdan piano dərslərinə getdim, idmanla məşğul oldum, şahmat oynadım, toxumaq öyrəndim, rəsm çəkməyə cəhd etdim. Ancaq heç birində özümü tapa, tam olaraq ifadə edə bilmirdim. Daimi bir axtarış içində idim, nə isə var idi ki, mən orada özümü tapacağam, ifadə edəcəkdim, amma nə idi, bilmirdim. İnşa müsabiqələrinə qatılır, şeir oxumağı sevirdim. Ədəbiyyat müəllimlərimlə mənimlə bağlı ümidləri böyük idi. Bilmirəm nəyə görədir, bu qədər məşğuliyyət arasından "yazmaq"da ilişib qaldım və kiçik esselər, hekayələr, sonra köşə yazıları ilə mətbuatda göründüm. Bu günə qədər özümü ən uğursuz gördüyüm sahə, məhz tikiş tikmək idi (gülür). "Düymə belə tikə bilməmək" nümunəsi var. Eynən də bu mövzudakı bacarığım belə idi. Hər şeyin öz axarında getdiyi bir dönmə idi. İşləyirdim, yazılar yazırdım. Yaşadığım ağır bir dost itkisinin təsirindən psixoloji sarsıntı keçirdim. Əvvəlcə sıradan bir depressiya kimi görünən əhval dəyişikliyi, uzun sürən müayinələrdən sonra "Bipolar" pozumluq diaqnozu ilə həyatımı dəyişdi. Diaqnozla tanışlıqdan sonra uzun zaman özümdə olmadım. Geri-geri yaşadım sanki. Özünü tapa bilməmək, qəfil gələn enerji partlaması ilə bacarmadığım işlərə girişmək (gülür), bəzən gərəksiz özünəinam, "hər şeyi bacararam, edərdəm" ədaləri və s. Sonra bütün bunları izləyən, özünəinam itkisi, zəiflik, durğunluq, bacarıqsızlıq, göydən yerə çırpılma ağrısı - hamısını analiz etdim. Hər şeyi buraxdım - işləməyi, yazmağı, oxumağı. Axtardığım bunlar deyildi, bunun fərqi



idim. Həmin durğun zamanlardan birində, evdə əlimin altında olan parça qalıqlarından qızlarım üçün kuklalar hazırlamağa başlamışdım. Bir dəfə hazırladığım gəlinciyə baxan doğmam, yaxamdakı sevimli aksesuarımı göstərərək, "bunu da özün hazırlayıbsan" soruşub gülümsədi. "Bircə o qalmışdı" dediyimi xatırlayıram (gülür). Ancaq elə bil bu fikir beynimin bir küncündə ilişib



oldu. İş prosesi xeyli zamanımı alır. Məsələn, bir broş hazırlamaq üçün 5-6 saat çalışdığım olur. Bir də baxırsan, işin sonuna yaxın bir səhv ucbatından yarısını sökməli olursan. Burası fəlakətdir (gülür). Ancaq ən sonda ürəyimcə olan bir nəticəni əlimə almaq, çox möhtəşəm hissidir. Çox maraqlıdır, əlinin altında rənglər və sənin fantaziyən var. Zövqünlə, maraqlarınla, əhval-ruhiyyənlə, hövsələnlə və özünlə baş-baş qalırsan.

- Bir paylaşımınıza başlıq olaraq, Salam Sarvanın "Tutdum yıxılmağa qorxduğum yerdən" misrasını yazıbsınız. Yıxılmağa qorxduğun yerdən tuta bilmək mümkündürmü?

- Mənim o dövrlərdə ən çox qorxduğum özümə tək qalmaq idi. Çünki özümü sorğusuala tuturdum. "Niyə belədir, niyə bu mənim başıma gəlir, mən nə edəcəyəm, bu yolun sonu məni hara aparacaq, necə toplanacağam" deyər düşünürdüm. Düşüncələrin çoxluğu o qədər ağır gəlirdi ki, mənə. Bəzən suyun altından çıxıb, bir neçə dəqiqə nəfəs alıb, sonra yenə dalmıya razı kimi hiss edirdim. Bu iş mənim üçün o nəfəs oldu. Yeni başlayanda, ən durğun dövrlərdə işləyə-işləyə muncuqları sayırdım.



Tutdu yıxılmağa qorxduğu yerdən və...

Nərin Dadaşova: "Zövqünlə, maraqlarınla, əhval-ruhiyyənlə, hövsələnlə və özünlə baş-baş qalırsan"



qalmışdı. Bir gün, sevimli boyunbağım qırıldı və mən o dağılmış muncuqları tullamaq əvəzinə, balaca bir parçada bir araya gətirib tikməyə başladım. Qızımın filə oxşadığı bu fiqur mənim ilk işim oldu. Tikişdə çox təcrübəsiz olduğum üçün əvvəllər əllərimi çox zədələyirdim. Oymaqdan da istifadə edə bilmirdim, hövsələm daralır, əlimdəki əşyadan. Ona görə də "Oymaqsız" adı ilə davam etdim.

- "Gözünüzün işığı" adlandırdığınız əl işlərinizin hazırlanma prosesi ilə bağlı məlumat verərdiniz. Çətinlikləri və sizə qazandırdıqları nədir?

- Xarakter etibarilə özümü həmişə səbirsiz biri kimi tanıyıram. Heç vaxt ağılıma gəlməzdi ki, bu qədər xırda, diqqət tələb edən, zaman alan bir işlə məşğul ola bilərəm. Təbii olaraq, əvvəlcə yaxşı alınmırdı. Ancaq maraqlısı o idi ki, həvəsdən düşmürdüm. Söküb, dəfələrlə yenidən başladığım

Sayı itirməyim deyər, başqa heç nə düşünmürdüm, ancaq şaya fokuslanırdım. Bu, həmin o nəfəs idi. Özümə zaman tanıdım. Qəbul etdim. Həm də çox gözəl, incə bir peşəyə sahibləndim. Bir də kiminsə yaxasında, üzərində öz işini görəndə, insan çox yaxşı bir hiss keçirir. Gözüm həmişə nəşə axtarır, yeni bir fikir, yeni bir rəng, ideya axtarışında olmaq yaxşı hiss etdirir. Çox arzulanıram ki, "Oymaqsız"ı brendə çevirə bilim.

- Xəstəliyin gətirdiyi depressiya, ağır ilə yaşamaq insan necə güclü insana çevrildi?

- Təəssüf ki, hələ də bununla bağlı ağır hekayəmi paylaşa biləcək yerə gəlib çata



bilməmişəm. Xəstəliyi yenməyin ilkin mərhələsi doğru təyin olunmuş dərman müalicəsi və psixoterapiyadır. Və sonra da təbii ki, ətrafdakıların dəstəyi. Bu iki faktor birlikdə vəsə və üstəlik, ora sən sağalmağa istəyin əlavə olunursa, düşünürəm, o zaman qalib olan tərəf sən olacaqsan. Uzun yorucu bir yol olsa da, bir gün bitir, buna da inanıram.

- Depressiyada, çətinlikdə, hansısa xəstəliklə mübarizədə olan insanlara nə demək istəyirdiniz?

- Mən ümitsizliyin, çarəsiz, dəyersiz hiss etmənin nə demək olduğunu o qədər

Aygün ƏZİZ

yaxşı bilirəm ki... Bu halları yaşamış insanlara ilk sözüm "Səni başa düşürəm" olur. Depressiya elə bir ağırdır ki, sən onu ifadə edə, ağrıyan yerini kiməsə göstərə bilmir-sən. Nə ovmaqla, nə ovutmaqla keçmir. Sanki beyninə, düşüncələrinə dəmir bir zireh çəkilir, heç nə ora batmır, bata bilmir. Düşdünə o qaranlığa, gözünü dörd açsan da, yumsan da qaranlıq yaşayacaqsan. Əsas məsələ bir gün kiçik bir delikdən içəri sızacaq işığı gözləyə bilmək, onun üçün yol açma bilməkdir. Belə hallarla üzləşən insanlara ilk olaraq həkimlə dost olmaqdan çəkinməməyi tövsiyə edirəm. Kömək istəmək, yardıma səsləyə bilmək, yardıma uzanan əldən tuta bilmək, sənə uzanan o işığın otağa dolması üçün çaba göstərmək - bu artıq yolun yarısını qət etməkdir, deyər düşünürəm. Təəssüf ki, bəzən bunları etmək mümkünsüz kimi görünə bilər. Həmin mümkünsüzlüyə qurban verdiyimiz dostlarımız az olmayıb. İnsanları bir-birinə qarşı duyğulu olmağa, hisslərinə, yaşantılarına hörmətlə yanaşmağa, ittiham etmədən dinləməyə çağırıram. Bizim bizdən başqa kimmimiz var ki?..

