

Keyifli Okumalar Dileriz

Binlerce kategoride milyonlarca PDF e-kitap, ders kitapları, dergiler ve romanlara platformumuz üzerinden ücretsiz ulaşabilirsiniz.

RESMİ WEB SİTEMİZ

<https://rantey.org>

Yedek ve Duyuru Kanallarımız

Sitemize erişim engeli gelmesi veya adres değişikliği durumunda aşağıdaki kanallardan güncel giriş adresine erişebilirsiniz:

- Telegram: <https://t.me/birkitapbir>
- WhatsApp Kanalımız : <https://whatsapp.com/channel/0029VbDHv8uE50Us4lvMoc0Y>

Bilinçdişı, Arketipler ve Benlik
Hakkında Kapsamlı Bir Rehber

Carl Jung

Gary Bobroff

Türkçesi
Hilal Dikmen

İLK SATIR

Düşünce

Ücretsiz PDF Kitap Arsivi - <https://rantey.org>

Gary Bobroff

Carl Jung

İLK SATIR

GARY BOBROFF

CARL JUNG

Bilinçdışı, Arketipler ve Benlik
Hakkında Kapsamlı Bir Rehber

İlksatır Yayınevi: 8

**Carl Jung: Bilinçdışı, Arketipler ve Benlik Hakkında
Kapsamlı Bir Rehber**

Knowledge in a Nutshell: Carl Jung

Gary Bobroff

Türkçesi: **Hilal Dikmen**

© Arcturus Holding Limited, 2020

www.arcturuspublishing.com

© İlksatır Yayınevi Tic. Ltd. Şti., 2020

Bu kitabın Türkçe yayın hakları, Nurcihan Kesim Telif ve Lisans Hakları
Ajansı Tic. Ltd Şti. aracılığıyla alınmıştır.

Kapak Tasarım: **Serkan Yolcu**

Grafik Tasarım: **Gelengül Erkara**

1. Baskı: Kasım 2020, İstanbul

ISBN – 978-605-06722-5-1

Baskı ve Cilt: **Pelikan Basım Matbaa ve Ambalaj Sanayi Tic. Ltd. Şti.**

Maltepe Mah. Gümüşsuyu Cad. Odin İşmerkezi No. 28/1

Zeytinburnu - İstanbul

Sertifika No: 40619

İLK SATIR YAYINEVİ

Ömer Avni Mah. Hacı Hanım Sok.

Hayribey Apt. No. 10/11

Beyoğlu - İstanbul

T. 0212 886 63 40 M. 0539 777 34 22

www.ilksatir.com.tr

selam@ilksatir.com.tr

Sertifika No: 46037

Bu kitabın tüm yayın hakları İlksatır Yayınevi'ne aittir. Tanıtım için yapılacak kısa
alıntılar dışında yayının izni olmaksızın hiçbir yolla kopya edilemez ve çoğaltılamaz.

GARY BOBROFF

CARL JUNG

Bilinçdışı, Arketipler ve Benlik
Hakkında Kapsamlı Bir Rehber

Türkçesi
HİLAL DİKMEN

İLK SATIR

İçindekiler

Giriş

9

1. Jung Psikolojisi

23

2. Gölge

53

3. İçsel Çalışma

83

4. Benlik

117

5. Kişilik Tipleri

143

6. Arketipler

165

7. Anima ve Animus

197

8. Eşzamanlılık

229

EK I: Carl Jung ve II. Dünya Savaşı

265

EK II: Jung'a Dair Güncel Bir Alan Kılavuzu
268

Jung'un Yaşamının ve Yayınlarının Kronolojisi
273

Sonnotlar
275

Dizin
281

Resimler İçin Yararlanılan Kaynaklar
290

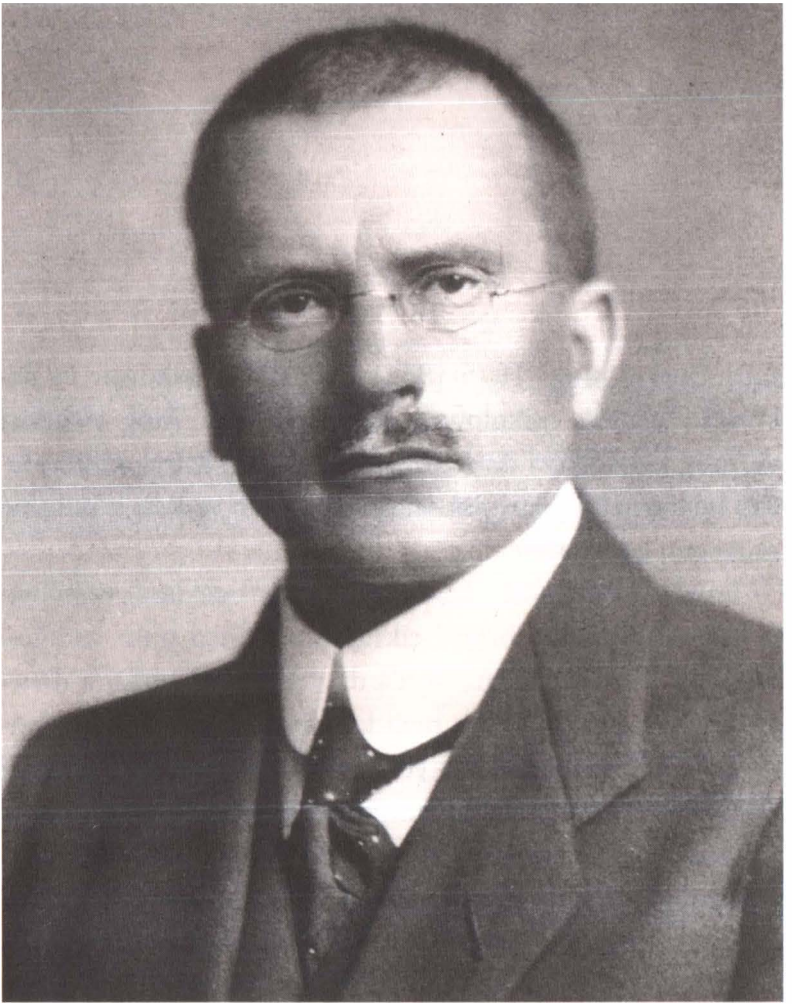
Yazar, destekleri ve yardımları için Liz Jefferson'a, David Pressault'a, Elisabeth Pomès'a, KD Farris'e, Stephen Aizenstat'a, Becca Tarnas'a, Alexis Durgee'ye, Marie-Elsa Bragg'e, Vanessa Scott'a, Hanson Shisler'a, Marigrace Lonergan Gleason ile Sam Gleason'a, Laura Ferguson'a ve Darcy Riddell'a minnetlerini sunar.

Giriş

Carl Gustav Jung (1875-1961) İsviçreli bir psikiyatr ve hekimdi. Analitik psikolojinin kurucusu olan Jung yirminci yüzyılın entelektüel devlerinden biri olarak kabul edilir. Hayatı boyunca kitapları çok satan bir yazardı ve Batı kültürüne muazzam etkisi oldu.

Jung'un psikolojisi içsel deneyimimize odaklanır ve bilinçli farkındalığımızın ortaya çıktığı bir bilinçdışının varlığını varsayar. Bu bilinçdışını rüyalarda veya başka yollarla deneyimleriz ve onu tanımak hem kendimizi hem de başkalarını daha iyi anlamanın bir yöntemini sunar. Jung, Freud'un mirasçısıydı ve Freud bilinçdışında cinselliğin rolüne vurgu yaparken Jung içimizde çok daha güçlü bir dürtü olduğunu gözlemledi: anlam arayışı. Genel anlamda Jung psikolojisi bilinç ile bilinçdışı arasındaki ilişkinin sorgulanması olarak anlaşılabilir. Bireysel olarak analizde veya başka bir yerde uygulanan bu yöntem binlerce insan için günümüze dek devam eden bir diyalogdur.

Bu kitap Carl Gustav Jung'un (bundan böyle C.G. veya Jung olarak anılacak) çalışmalarını ve bugün Jung psikolojisi olarak yaşamaya devam eden geleneğini inceliyor. Analistler



İsviçreli psikiyatr Carl Gustav Jung'un (1875-1961) fikirleri son derece etkili oldu.

ve analizanları, psikoterapistler ve onların hastaları, sanatçılar, film yapımcıları, yazarlar, dansçılar, iş insanları ve başkaları da bu incelemeyi geliştirip derinleştiriyor.

Jung'un yaklaşımı ortalama insana dair ve ona yöneliktir; günlük hayatlarımızın ve her gece gördüğümüz rüyaların psikolojisidir. Bu kitabın da buna uygun biçimde yeni başlayanlar için bir rehber olması amaçlanmıştır. Jung'un başlıca kavramlarını ne kadar faydalı olduklarına, kendi kültürlerimizde bu kavramları nerelerde görebileceğimize ve günümüzde neden hâlâ geçerli olduklarına odaklanarak birlikte keşfedeceğiz. Etrafımızda varlığını sürdüren bu fikirleri nerelerde görebiliriz?

Bugün uluslararası Jungiye topluluk organik olarak büyüyen, dünya çapında bir fenomen. İngilizce konuşulan dünyanın dışında beklenmedik bir ilgi ortaya çıktı ve serpilerek büyüdü. Jung ve Freud'un Güney Amerika'da son derece popüler olduğundan haberdar olmayabilirsiniz; her ikisi de üniversitelerde okutuluyor ve analizleri de yaygın olarak uygulanıyor. Asya kıtasında Çin, yakın zamanda üç bin kişinin katıldığı bir konferansa ev sahipliği yaptı ve Kore'de de bir Jung Enstitüsü bulunuyor. Jung'un çalışmalarının popüler K-pop grubu BTS'nin yaratıcı anlatımlarında yeniden çiçek açması belki de en dikkat çekici gelişme. BTS'nin albümü *Map of the Soul: Persona*, Jungiye analist Murray Stein tarafından yazılan bir kitaptan yola çıkıyor ve grup üyelerinin kendi kimlik mücadelelerini keşfediyor. Grubun albümü öyle uzun süre müzik listelerinin ilk sırasında yer aldı ki Stein'ın kitabı yeniden çoksatanlar listesine girdi.

Jung psikolojisinin yeni kültürlerde takipçiler kazanmaya devam etmesi Jung'un başlıca merakının, ruhun evrensel doğası olmasıyla açıklanabilir.

Jung Antik Yunanca ve Latince yazılmış eserleri okurdu;



K-pop grubu BTS bir Jungiyen analistin çalışmasından esinlenen bir albüm çıkardı.

ayrıca pek çok başka dilin yanı sıra Almanca, Fransızca ve İngilizce konuşurdu. Afrika'ya yapacağı bir yolculuk için kendi kendine Svahili öğrendi (ve bunun karşılığında ödülü de kabile üyeleri ve şamanlarla rüyaları hakkında ettiği şahane sohbetler oldu). Jung açık görüşlü bir biliminsanı ve gerçekten meraklı biriydi. Eski kitapları ve Ortaçağ'dan kalma simayla ilgili elyazmalarını toplardı. Ancak onunla ilgili belki de en dikkat çekici şey, *bir pratik olarak*, içsel yaşamı ne kadar ciddiye aldığıdır.

Jung, ruh sağılığının bir içsel çalışma veya diyalog pratiğı gerektirdiğini düşünürdü. İlk başlarda günlük bir iyileştirici uygulama olarak mandala çizmeye başladı. Ellerini kullanmanın bilinçdışının daha da derinlerinin ortaya çıkmasına olanak sağladığını keşfetti. Rüyalardan ve rüyetlerden gelen imgeleri eliyle resme ve ahşaba işlemek onun için bilinçdışıyla ilişki kurma biçimine dönüştü. Bu sesleri daha ciddiye aldığında “Bilinçdışıyla Yüzleşme” adını verdiği dönemde



Annesinin ölümünden sonra inşasına başladığı Bollingen Kulesi'nde, Jung'un oyduğı bir mandala.

sesler patlayıp taştı. *Kırmızı Kitap: Liber Novus*'un imgeleri bu deneyimin Jung için nasıl bir şey olduğunu her açıdan betimler. Onun sanat eserini yakından gören biri içdünyaya bağlılığından etkilenir. Sanat tarihçisi Jill Mellick, kitap boyunca Jung'un "sürece öncelik" verdiğini ve "doğrudan içsel deneyime" değer verdiğini gözlemlemiştir.

Onunkisi bir içsel deneyim psikolojisiydi ve ilk başlarda oldukça rahatsız edici bir şeyi keşfetmesine yol açtı: Kendi evinin efendisi olmadığını kabul etmek zorundaydı. İlkel farkındalığımızın, derinde yaşayan bilinmezin içsel ekosistemindeki merkezi ses olduğuna inanıyordu. Bilinçdışını içinden bilincin ortaya çıktığı fırtınalı bir denize benzetirdi. Orada yaşayanlarsa *komplekslerdi*; enerjinin merkezleri kimi zaman bilinçli farkındalıktan ayrılır ve bizi içlerine çekmekle tehdit ederdi. Belirli kelimelere ve dürtülere karşılık verirken yaşanan gecikme süreleri gibi gözlemlerinde ve "Bana bir hal-ler oldu, ne oldu bilmiyorum" örneklerinde bu komplekslerin delilini gördü. Birinci bölümde bu sulara yelken açacağız.

İçsel yaşamı ciddiye almak egonun sesinden fazlasını ve özellikle duymayı tercih etmeyeceğimiz sesleri dinlemek anlamına gelir. Bu seslerin başında *gölge* gelir, yani en az kabul ettiğimiz tarafımız, içimizdeki zıt kutup. Çoğu durumda gölge en vahşi benliğimizdir, en az uygarlaşmış yüzümüzdür. *Dr. Jekyll ve Mr. Hyde'in Tuhaf Vakası* içimizdeki bu ayrımın klasik edebi örneğidir. Gölgeyle bağımız içsel çatışma olarak deneyimlenir ve yaşamımız boyunca rahatsız ediciliğini koruyabilir. Ancak bu aynı zamanda bize canlılık kazandıran bir yaşam kaynağıdır. İkinci bölümde gölgeye nasıl yaklaşmak gerektiğini anlatacağız.

Bilinçdışı denen karanlık arazide gezinmenin en iyi yolu nedir? Rüyaları nasıl yorumlarız? İçdünyamızla ve ona karşı benimsememiz gereken tutumla nasıl ilişki kurarız? Kötü rüyalarımızın dehşetinden kendimizi en iyi nasıl özgür kılarız? Üçüncü bölümün konuları içsel çalışma, rüya yorumu ve uygulamaları olacak.

Jung büyüüp daha fazla genişlemenin ve berraklaşmanın DNA'mızda yerleşik olduğunu düşünüyordu.¹ Ruhun aktivitesinin merkezinde *benlik* dediğimiz şey vardı. Bu ortalanmış bir daire, kare veya mandala imgeleriyle sembolize edilir, iyileşme ve homeostaza doğru içkin itici gücümüzü ifade eder. Dördüncü bölümde her birimizi bütünlük arayışına iten özerk sistemi keşfedeceğiz.

Jung yirminci ve yirmi birinci yüzyıla nüfuz etti. Bugün kullandığımız psikolojik lisanın büyük kısmı onun eseridir. Rüyalardan, arketiplerden ve sembollerden bu şekilde bahsediyor olmamızın nedeni onun çalışmalarıdır. *Kompleks, dışadönük, içedönük, kolektif bilinçdışı* ve *eşzamanlılık* terimlerini o türetti. Beşinci bölümde Jung'un *Psikolojide Tipler* çalışmasına bakacağız. Jung'un bu çalışmasındaki ikili tanımlar, dünyanın en yaygın biçimde kullanılan kişilik sistemlerinden biri olan Myers-Briggs Tip Belirleyici'ye dönüştü.

Jung'un bilinçdışına dair bize kazandırdığı en derin fikirlerden biri, açıkçası pek de kişisel olmayan kalıpların yaygınlığıydı. Hastaları, Jung'un yalnızca simyayla ilgili metinlerde gördüğü imgeleri rüyalarında görmüştü. Televizyon ve internet çağından önce yaşadıkları için Jung, danışanlarının bu imgeleri daha önce hiç görmediklerinden emin olabilirdi. Kısa süre sonra, tüm beşeri kültürlerin paylaştığı arketipsel

motiflerden oluşan evrensel bir katman olduğunu keşfetti. Altıncı bölümde arketiplere ve Jungiye psikolojinin tanım-
layıcı keşiflerinden biri olan kolektif bilinçdışına bakacağız.

Jung içimizde yaşayan bir “öteki” olduğunu gözlemlemiştir. İçsel yaşamımızda ve ilişkilerimizde öteki olanı görürüz ve yedinci bölümde de buna bakacağız. Âşık olmak kimi zaman içimizdeki ötekiyi dışarıya, başka birine yansıtmamız olarak düşünülür ancak öteki en üst düzeyde işlev gösterdiğinde yaratıcı inşamız, hayatı sevmemiz ve bizim için en iyi olanı bilme-
miz için bize ilham verebilir ve içbenliğe köprü görevi görür.

C.G. bilinçdışına bir iniş gerçekleştirip hayatta kaldı ve çalışmaları da o yeraltı dünyasında bulduklarının bir katalogudur. Arketipleri keşfetmek, tıpkı ruhun doğal yasaları gibi, yaşlı bir fosilin üstündeki tozu fırçayla temizlemeye benzer: En başından beri orada olan, insana doğal ve güçlü gelen bir şey keşfedilir.

Jung hayatı boyunca durmaksızın yazdı ve 1920’ler ile 30’larda zamanın gazetelerinde kitapları değerlendirildi. D.H. Lawrence ve James Joyce (analiz için kızını Jung’a getirmişti) gibi zamanın büyük yazarları tarafından konuşuldu. Jung sanat eserlerini, özellikle resmi ve heykeli değerlendirmeye hevesliydi. Ayrıca sanat, din, daha geniş gizemler ve çağın krizleri üzerine yazdı.

II. Dünya Savaşı’nın zirve yaptığı sırada Jung’un Mihver Devletleri liderlerinin psikolojik profillerini çıkarması için Müttefik Devletler İstihbaratı tarafından askere alındığı 2003’te ortaya çıktı. Jung, Amerikan savaş istihbaratı kurumu Stratejik Hizmetler Bürosu (OSS) için çalışan Ajan 488’di. Analizini olan Mary Bancroft ara sıra arabuluculuk yapması

için OSS lideri Allen Dulles tarafından iŖe alındı. Jung, Hitler'in bir psikopat olduğu ve hafife alınmaması gerektiği konusunda uyarıda bulunmuŖtı ve General Eisenhower onun raporlarını okurdu. Dulles daha sonraları Ŗöyle dedi: "Profesör



II. Dünya SavaŖı'nda Jung'un oluŖturduėu psikolojik profiller General Eisenhower tarafından değerlendirildi.

Jung'un savaş esnasında Müttefiklerin ölküsüne ne kadar katkıda bulunduğundan muhtemelen hiç haberiniz olmayacak.”²

Savaştan sonraki dünyada Jung'un sanat üzerindeki etkisi muazzamdı. Avrupa'da Bergman ve Fellini gibi film yapımcıları ondan ilham aldılar. New York'ta Martha Graham modern dansa yönelik çığır açıcı yaklaşımında kolektif bilinçdişı kavramından etkilenmişti. Hollywood'da Brando onu seviyordu ve 1955'te *TIME* dergisinin kapağına çıktı.

1961'de Jung, Adsız Alkolikler'in kurucusu Bill Wilson'dan bir mektup aldı ve bunun üzerine alkolik dürtü ve ruhsal aydınlanmaya susamışlık arasında doğrudan bir bağ kurdu.

1960'lar boyunca Jung her yerdeydi, hatta The Beatles'in *Sgt. Pepper's Lonely Hearts Club Band* albümünün kapağında o vardı. The Doors da onu okuyordu ve The Rolling Stones adı kötüye çıkan “Sympathy For The Devil” şarkısında gölge kavramını keşfediyordu. Kitapları geniş çapta okundu ve hepsi en başından beri Freud'un kitaplarının iki katı sattı. Hayatı boyunca kehanet sanatını, özellikle Çin'in *I Ching* denilen üç madeni para yöntemini kullandı ve 1967'de Princeton University Press'ten çıkan bu konuya ilişkin bir kitaba önsöz yazdı. Bu birliktelik genişletilmiş zihin olgusuna, eşzamanlılığa, astrolojiye ve diğerk ezoterik konulara olan ilgisiyle birlikte onu 1960'lardaki karşıköltür hareketlerinin ve daha sonraki Yeni Çağ akımının önemli bir parçası haline getirdi.

1970'lerde James Hillman, arketipik psikolojiyle kendi aile ağacı branşını geliştirdi ve Joseph Campbell'in Jung'dan etkilennmiş mitoloji kitapları popüler oldu. Campbell ve Jung'un kahraman arketipi üzerine yazdıkları, George Lucas'ın 1977 tarihli gişe rekorları kıran ikonik filmi *Yıldız Savaşları*'nda

doğrudan etkiliydi. 1983'te The Police, *Synchronicity* isimli, listelerde bir numara olan bir hit albüm çıkardı.

O sıralarda Jungiyen ailenin en ünlü kadın yazarlarından ikisi ortaya çıktı. Marion Woodman, *Mükemmellik Tutkusunu: Daima Saf Olan Gelin* (1982) ve *The Owl Was a Baker's Daughter: Obesity, Anorexia Nervosa, and the Repressed Feminine* (1980) isimli kitaplarında Batı kültürünün feminen arketipiyle bağını koparmasının sonucunda ödediği bedel üstüne yazdı. 1989'da, Clarissa Pinkola Estés, artık bir klasik olan *Kurtlarla Koşan Kadınlar: Vahşi Kadın Arketipine Dair Mit ve Öyküler* (1989) kitabını çıkardı. 1990'larda Hillman, Jung'dan etkilenmiş diğer yazarlar Thomas Moore ve James Hollis'le birlikte çoksatar listesine girdi. Hepsi, okurlarının günlük yaşamda dönüp kendi içdünyalarına bakmalarını sağladı. Bu son derece popüler yazarlar ve onların milyonlarca okuru Jung'un nihai etkisinin bir parçasıdır.

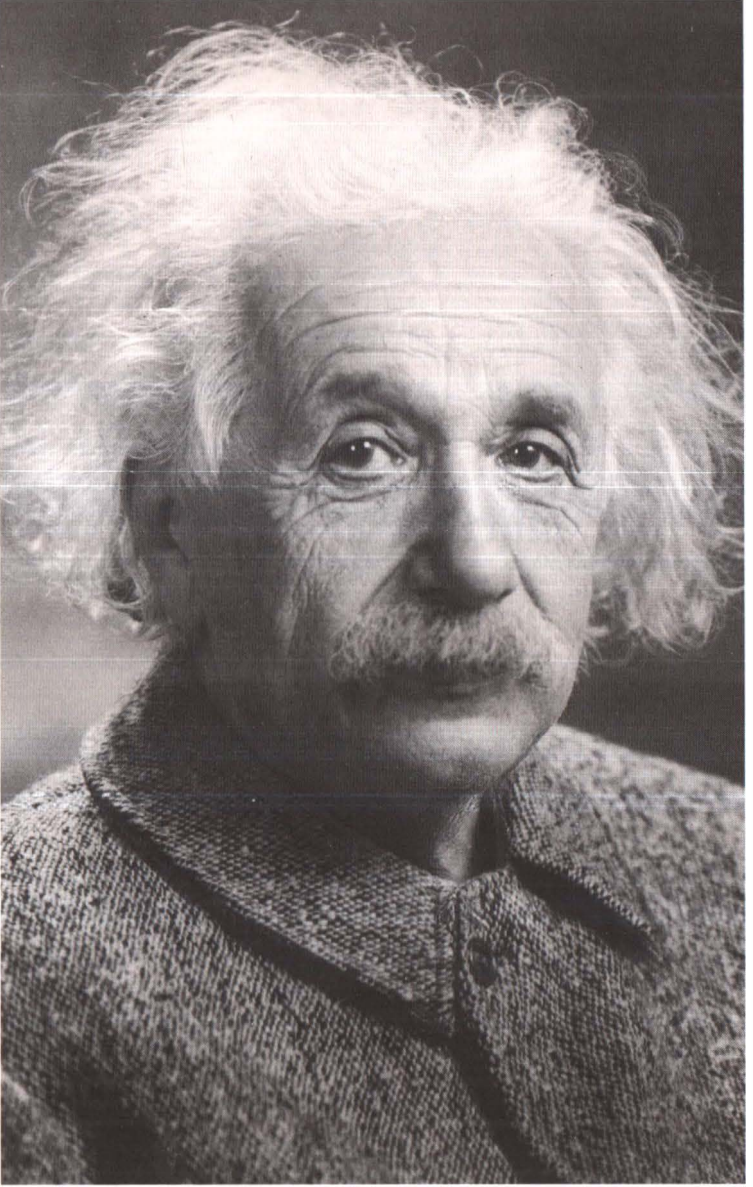
Jung, 1911 gibi erken bir tarihten başlayarak usta fizikçiler Albert Einstein ve Wolfgang Pauli'yle eşzamanlılığı ve gerçekliğin doğasını tartıştı. Eşzamanlılık olgusunda öznenin içsel durumu vasıtasıyla nesnel dünyada bir etkiye sahip olabildiğini gördü; bu hem Antik Taoizmde hem de gözlemledikleri kuantum tozunda gözlemcinin parmak izlerine rastlayıp duran modern fizikçilerde ortak olan bir görüştü. Sekizinci bölüm, gerçeklik, olayların anlamlı biçimlerde bir araya gelmesine olanak tanıdığına bunun ne anlama geldiğini soruyor.

1944'te, Jung bir kalp krizi sonrası iyileşme dönemindeyken *Eyüp'e Cevap* başlığı altında Batılı Tanrı imgesinin bir analizini yazdı. İncil boyunca ahlaki gelişimin dümeninde insan karakterlerin olduğuna işaret etti. Bunu, insanlığa ilahi

tiyatroda aktif bir rol yüklemek, yaşam mücadelesine kozmik bir saygınlık kazandırmak ve dünyada neden kötülük olduğuna dair anlamlı ve tatmin edici bir cevap sunmak olarak görüyordu. Sekizinci bölümde bu “Büyük Sorular” da incelenecek.

Jung, yirminci yüzyılın kendini görme biçimini doğrudan etkiledi. Bir psikoloji ekolü geliştirmesinin yanı sıra bazı en sevdiğimiz filmlere, müziklere ve kitaplara onun içgörülere ilham verdi. Bugün bu psikodinamik bakış açısı, sanatı değerlendirirken başvurulana anahtar ilkelerden biri ve pazarlamada, siyasette, edebiyatta ve eğlencede günlük olarak kullanılıyor. Bu kitabın sonundaki birinci ekte Jung’un II. Dünya Savaşı’na nasıl dahil olduğunu inceleyeceğiz ve “Jung’a Dair Güncel Bir Alan Kılavuzu” başlıklı ikinci ek bölümde de onun çalışmalarını yirmi birinci yüzyıla taşıyan bazı öncü isimlere bakacağız.

Belki de Jung’un çalışmalarının bugün hâlâ popüler olmasının nedeni zamanımızın en büyük sorularına yaklaşıırken bize anlamlı bir çerçeve sunmasıdır. 1997’de *Keşfedilmemiş Benlik*’le ilgili *New York Times*’ta çıkan bir yazı, kitabı “bireysel bütünlüğün tutkulu bir savunması” olarak tanımlamıştı. Jung içbenliğimizle çalışmanın bizi büyük tehlikeden –yani kendimizden– koruyacak tek şey olduğuna inanıyordu. Bugünkü zorluklar karşısında “teraziye dengeleyen o abra”³ olmak her bireyin gücü dahilindedir. Bugün hâlâ Jung’dan bahsediyor olmamızın nihai nedeni içsel yaşamı bu kadar ciddiye almasıdır. Bu kitap içdünyanızın ne kadar önemli olduğunu anlamanız için size ilham olsun.



Carl Jung eşzamanlılıkla ilgili fikirlerini, Albert Einstein gibi zamanın önde gelen biliminsanlarıyla tartıştı.

1.

Jung Psikolojisi

JUNG'UN KÖKLERİ

Carl Gustav Jung, 26 Temmuz 1875'te, İsviçre'deki Kesswil'de doğdu. İsmi, ünlü bir hekim (ve muhtemelen Goethe'nin gayrimeşru çocuğu) olan büyükbabasından aldı.

C.G.'nin babası tıpkı sekiz amcası gibi bir papazdı. Böylece Jung cenaze törenleri ve ölümle erken yaşlardan itibaren tanıştı. Henüz altı aylıkken annesinde bir sinir sistemi hastalığı çıktı ve C.G. birkaç aylığına annesinden ayrı kaldı. Annesi ve anne tarafından büyükbabası (o da saygıdeğer bir papazdı) ölmüş insanların ruhlarıyla konuşan isprizmacılar. Jung'un zamanında bu, taşradaki İsviçreliler arasında pek yaygın değildi. C.G. büyüdükçe babasının inancının ona neşe vermediğini, hayatına anlam kazandırmadığını fark etti. Bu noksanlık C.G.'yi derinden vurdu ve annesinin medyumistik tarafı ile babasının süssüz dindarlığı arasındaki ayrışma onun hayatını belirleyecekti.

C.G.'den önce doğan iki büyük çocuk ölmüştü, o yüzden dokuz yaşına kadar C.G.'nin hiç kardeşi olmadı. Tek çocuk olarak büyüdüğü için yalnız başına epey zaman geçirdi ve hayal gücüne sarıldı. Hayatının ilerleyen dönemlerinde kaleme alacağı pek çok güçlü rüya gördü; bunlardan biri semiz, ağaca

benzeyen bir stundu. Büyüdükçe hayalci genç bir oğlandan gürbüz ve alev alev kızıl saçları olan genç bir adama dönüştü.

Dört yaşındayken ailesi Avrupa'nın en büyük ve muazzam karnavalıyla meşhur İsviçre şehri Basel'e taşındı. Sabah saat dörtten itibaren üç gün boyunca binlerce maskeli eğlence düşkünü şehrin bir ucundan diğer ucuna geçit töreni yapardı ve bu ritüel bugün de devam ediyor.

C.G. 20 yaşındayken babası öldü ve çok geçmeden 15 yaşındaki kuzeninin ruhlarla iletişime geçtiği bir ruh çağırma seansına davet edildi. Yaklaşık aynı dönemde, iki paranormal olay C.G.'nin ailesinin evine damga vurdu: Görünürde bir neden yokken masanın ortadan ikiye bölünmesi ve ekmece-nin içindeki bir bıçağın paramparça olması (hayatı boyunca bu bıçağı sakladı). C.G. bu olayların bir şekilde babasının ölümüyle ilgisi olduğunu düşünüyordu.

Burs alarak Basel niversitesi'nde eğitimine başladı. Bilim, felsefe ve arkeolojiye büyük tutku besliyordu. Kant'ı; Nietzsche'yi ve Swedenborg'u okudu ve 1896'dan 1899'a kadar bir entelektüel münazara grubu olan Zofingia Kulübü'ne yeydi. 1900'de Zürih'e taşınıp tıbbi çalışmalarına başladı. 1903'te, İsviçre'nin en varlıklı ailelerinden birinin kızı olan Emma Rauschenbach (1882-1955) ile evlendi. İkisinin dört kızı ve bir oğlu oldu. Küsnacht'taki evleri hem aile yaşamının hem de psikoloji yöntemlerinin merkezi oldu ve torunları sayesinde bugün bu ev özel turlara açık hale geldi.

C.G. samimi ve hayat dolu bir insandı. Fiziksel uğraşlardan, şarap içmekten ve puro ile pipo tttrmekten hoşlanırdı. ekici, nüktedan ve cazibeliydi. Oyun oynamayı severdi ve kişilik tipi, ataerkil bir baba figüründen çok bir erkek kardeş-



Carl Jung ve eşi Emma Rauschenbach. Çift, 14 Şubat 1903'te evlendi.

ti. Sonraları bir yaşamöyküsü yazarı şöyle demişti: “Jung’la kişisel temasa geçmiş herkes onun neşeliliğinden, gözlerindeki pırıltıdan, içten, bulaşıcı kahkahasından ve olağanüstü espri anlayışından bahsederdi. İyi bir dinleyiciydi ve... hiçbir zaman telaşlı veya dalgın görünmezdi. Sohbet esnasında farklı bakış açılarına karşı hoşgörölü, sorulara yaklaşımında esnekti ve sade bir dille konuşurdu. ...İnsanlar onun yanında kendini rahat hissedirdi.”⁴

Sekreteri Aniela Jaffé’nin anlattığı hikâyeye göre C.G.’nin kahkahası öyle bulaşıcıydı ki yürüyüşe çıkan biri, İsviçre’deki araştırma merkezi Eranos’un üstündeki patikada ilerlerken

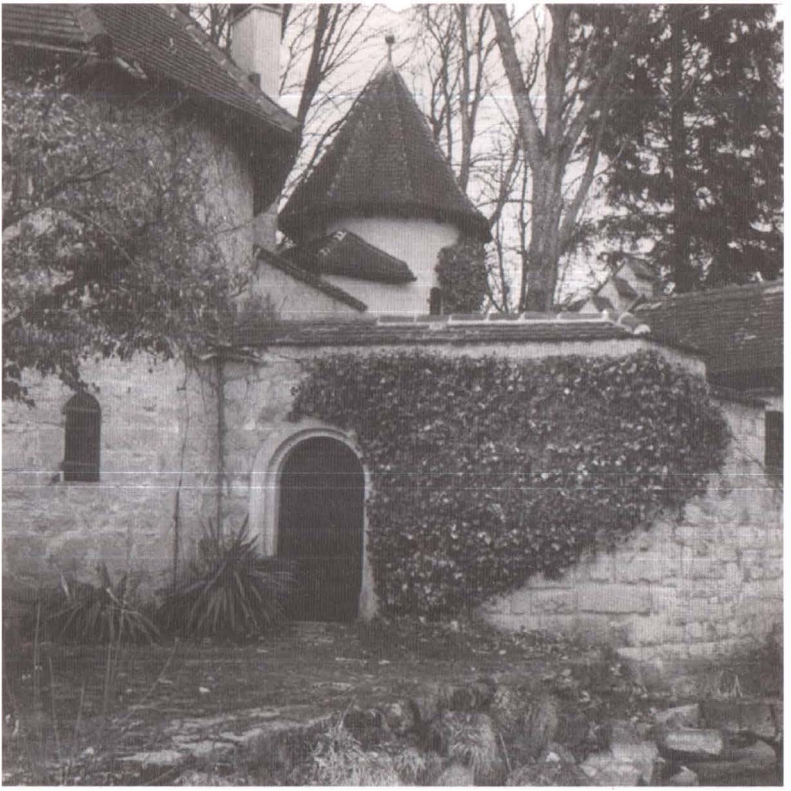


Basel Karnavalı'na ait 19. yüzyıldan bir çizim. Avrupa'nın en büyük karnavallarından biriydi.

dağların tepesinden gelen bir kahkaha duymuş, gidip bu adamın kim olduğunu araştırmıştı.⁵

1910'da, babasının ölümünün ve akabinde gelen depresyonun ardından Toni Anna Wolff (1883-1953) analizan olarak Jung'la çalışmaya başladı. C.G. depresyon konusunda ona yardım ederken Wolff da onun en büyük yardımcılarından ve en yakın sırdaşlarından biri oldu. Entelektüel ve psikolojik bakımdan kabiliyetli biriydi. Jung, I. Dünya Savaşı öncesi ve sırasında "Bilinçdışıyla Yüzleşme" döneminin içine gömüldüğünde Wolff bu dönemi atlatmasında ona destek olmayı başardı. Wolff, en zorlu zamanında onun "psişik cankurtaranı" oldu ve kendisi de büyük bir psikanaliste dönüştü; hatta kimileri onun Jung'dan da iyi olduğunu söylerdi.

Annesinin ölümünün ardından, 1922'de, C.G. Zürih Gölü'ndeki Bollingen'de bir arazi satın aldı. Sonraki sene bu arazide bir taş kule inşa etmeye başladı; bu kule onun aile hayatının getirdiği işlerden ve toplumdan kaçabildiği sığınaktı. Bu kulede yakacak odununu kesti, yemeğini pişirdi ve kendi içine bakacak, böylece içsesiyle temasa geçecek zamanı oldu. Bu sığınığın Jung için önemi çok büyüktü. Yaşamı boyunca ara sıra İsviçre üniversitelerinde konferanslar ve dersler verdi. Yazdıkları onu yirminci yüzyılın en tanınmış düşünürlerinden biri haline getirdi ve pek çok prestijli Amerika ve Avrupa üniversitesinden onursal dereceler aldı. Arkadaşlarıyla ve dünyanın dört bir yanından önde gelen figürlerle bol bol mektuplaştı. 6 Haziran 1961'de Küsnacht'taki evinde, 86 yaşındayken öldü.



Bollingen Kulesi'nin girişinin fotoğrafı. Jung yaşamı boyunca yapıyı genişletmeyi sürdürdü.

JUNG PSİKOLOJİSİ

Carl Gustav Jung'un psikolojisi içimizde yaşayan engin iç-dünyayı gözler önüne serer. Bu araziye tasvir etmeye başlamak göz korkutucudur. Samanyolu galaksimizin bir hologramını hayal edin: Hareket halindeki gök cisimlerinin yükseklikleri ve derinlikleriyle birlikte girdaplar halinde fır fır dönüyor. Bundan bahsetmeye nereden başlayabiliriz? Tüm bunları doğrusal bir biçime (a, b, c, vd.) nasıl yerleştiririz? Başlarken

siz okurların affına sığınıyorum: Jung'un çalışmalarının kavramsal kısımlarına başlamak heyecan verici olsa da basit bir başlangıç yapmalı ve ilk önce bazı temel soruları yanıtlamalıyız. Kendi deneyimimize en yakın şey olduğundan bu bölümde kişisel psikolojiyi çıkış noktamız olarak ele alacağız.

KELİME ÇAĞRIŞIM TESTİ

Jung tıbbi çalışmalarını tamamladıktan sonra 1900'de Zürih'teki Burghölzli Akıl Hastanesi'nde çalışmaya başladı. Psikiyatri alanında asistan hekim olan Jung, Avrupa psikiyatrisinin önde gelen figürü Dr. Eugen Bleuler'in asistanıydı. Jung psikolojiye ilk özgün katkısını burada yaptı: Kelime Çağrışım Testi.

Jung, hastanın rahatsızlığının altında yatan koşulları değerlendirmenin gözleme dayalı bir yolunu araştırırken bir deney geliştirdi. Bu deneyde hastalara bir dizi kelime okunuyor, daha sonra serbest çağrışım yapmaları, yani akıllarına gelen ilk şeyi söylemeleri isteniyordu. İlk başta hiç başarı elde edemedi. Bleuler'in izinden giden Jung belirli hastalıklarla ilişkilenen belirli kelimelerin çağrışmasını beklemişti fakat öyle olmadı. Testin başlangıçtaki başarısızlığını kabullendikten hemen sonra test sonuçlarında aydınlatıcı nitelikler görmeye başladı.

Jung belirli kelimelerin hastaların yanıtlarında gecikmeye neden olduğunu fark etti; karşılık vermeleri normalde 1 ila 3 saniyeyken daha uzun sürüyordu. Dikkatteki bu kırılma bir şeyler anlatıyor, yüzeyin altında bir şeylerin bulunduğu işaret ediyordu. Araştırdıkça gecikmenin genelde mimiklerdeki değişiklikler, kendiliğinden hareketler, duygusal tepki ve testin



Eugen Bleuler, Burghölzli Akıl Hastanesi'nin yöneticisiydi ve Jung üzerinde muazzam bir etkisi vardı.

yönergelerine karşı koyan diğer tepkilerle birlikte ortaya çıktığını gördü. Jung bu aksamayla ilişkili fiziksel semptomların varlığını gözlemleyecek aygıtları laboratuvar ortamında kullanabiliyordu, bunlar duygusal tepkinin kanıtlarını sunuyordu. “Nabız hızındaki değişikliklerin, nefesteki dalgalanmaların ve



Carl Jung, 1900 ile 1909 arasında çalıştığı, Zürih'teki Burghölzli Akıl Hastanesi'nin önünde.

duygusal terlemenin neden olduğu derideki elektriksel iletkenlikte yaşanan değişikliklerin ölçümlerini kelime çağrışım testiyle bir arada kullandı.”⁶

Bir örnekte “at” kelimesi bir dakikadan fazla bir gecikmeye neden oldu. Katılımcının firar etmiş bir at yüzünden kaza geçirdiği ortaya çıktı ama bunu tamamen unutmuştu. Bu, bilinçten dışarı itilmiş zorlu bir deneyim örneğiydi. Katlanması zordu ve bastırılmıştı. “Bastırma, bilinçli bir duruma, farkına varılmayan, yani bilinçdışından verilmiş bir yanıttır. Ancak çatışma yine de ortadan kalkmaz; bilinç yüzeyinin altında etkin kalmaya devam eder, bizi şaşırtarak ve bize sıkıntı vererek semptomlara neden olabilir.”⁷

Bu keşif Jung’a bilinç yüzeyinin altında işleyen bir şeyler olduğunu gösterdi. Kısa süre sonra ruhtaki bu etkiyi tanımlamak için *kompleks* (başlangıçta, *duygu tonu kompleksiydi*) terimini ortaya attı. Ortaya çıkan gecikmenin meydana gelmesinin nedeni bir kompleksin kök salmış olmasından kaynaklanıyordu.

Bugün bile yanıttaki bir gecikme, istihbaratçıların ve sınır polislerinin kişinin

THE ASSOCIATION METHOD

221

An Example of Normal Reaction Type—Cont.

Stimulus word	Reaction Time Unit (0.1 second)	Reaction	Reproduction
stem	6	flower	
to dance	9	I	like
lake	8	Zarich	
sick	8	sister	
pride	6	people	
to cook	7	woman	
ink	5	black	
angry	10	children	people
needle	9	to prick	
to swim	10	healthy	
voyage	9	England	
blue	10	pretty	like
lamp	8	light	
to sin	8	much	people
bread	10	good	like, necessary
rich	9	nice	
tree	6	green	
to prick	9	need	

An Example of an Hysterical Reaction Type

Stimulus word	Reaction Time Unit (0.1 second)	Reaction	Reproduction
needle	7	to sew	
to swim	9	water	ship
voyage	35	to ride, motion, voyager	
blue	10	color	
lamp	7	to burn	
to sin	22	this idea is totally strange to me, I do not recognize it	
bread	10	to eat	
rich	50	money, I don't know	possession
brown	6	nature	green
to prick	9	needle	
pity	12	feeling	
yellow	9	color	
mountain	8	high	
to die	8	to perish	
salt	15	sally (laughs) I don't know	NaCl as an opposite
new	15	old	barbaric
custom	10	good	
to play	12	divinity	
money	10	wealth	
foolish	12	narrow minded, restricted	
pamphlet	10	paper	?

* Denotes misunderstanding.

† Denotes repetition of the stimulus words.

Carl Jung'un, 1910'da *The American Journal of Psychology*'de yayımlanan “Çağrışım Yöntemi”nden tablolar.

yalan söyleyip söylemediğini değerlendirirken kullandığı başlıca araçlardan biridir. Kelime çağrışım testi üzerine yayımladığı yazılar, Jung’a Amerika’daki ilk tanınırlığını getirecekti.

KOMPLEKS

Carl Jung’un çağrışım testi, içimizde olağandışı bir tepki vermemize veya belli uyarıcılara karşılık dahi veremememize yol açan baskılar olduğunu açığa çıkardı. Belli başlı kelimeler dikkat akışımızı sekteye uğratabiliyor veya istediğimiz biçimde davranmamızı engelleyebiliyordu. Jung bu tıkanmaların neredeyse her zaman duygularla bağlantılı olduğunu fark etti.

Kompleks terimi modern psikolojiye özgün bir katkıydı. Bir kompleks, farkındalığımız altında özerk bir biçimde işleyen ruhsal enerjinin mahalliydi. Tıpkı bir mıknaş gibi hareket eden kompleks, dikkatimizi başka şartlarda kaymak istemeyebileceği yönere çeker. Duygusal tepkimizin yoğunluğu, kompleksin gücünün ve içimizdeki etkisinin derecesinin bir ölçütüdür. Jung’a göre bir kompleksin çekirdeği yoğun histi ve tıpkı bir psikolojik yara gibi “çektiğiniz acının anlamını ve nedenini bilmiyor dahi olsanız etkilerini”⁸ hissedersiniz.

Eylem halindeki bir kompleksi gözlemleyebilmenin yollarından biri davranışlarımızdaki bir sıkıntıdır. Günümüzde genelde konuşmacının kendisinden bile gizlenen içsel bir hakikatin ortaya çıktığı sözel gaflardan “Freud sürçmesi” diye bahsederiz. Bu eylem halindeki bir kompleks örneğidir ve 1907’de Freud da *Günlük Yaşamın Psikopatolojisi* (ilk olarak 1901’de basıldı) adlı kitabının sonraki baskılarında *düşünce çemberleri* teriminin yerine bu terimi kullanmaya başladı.

Kompleksin bu kompulsif doğası neredeyse hepimizin tec-

rübe ettiği bir şeydir. “Bana bir haller oldu, ne oldu bilmiyorum” anları neredeyse evrenseldir ancak çoğunlukla bir duygu değeri tehlikede olduğunda (o esnada bu değer bilincinde olmasak dahi) meydana gelir. Jungiye psikolojide duygu, bir şeyin bizim için –öyle olmasını istesek de istemesek de– ne kadar önemli olduğunun gerçek değerinin bir ölçüsü olarak kabul edilir. Jung kompleks için “cana gelen yabancı bir beden gibi davranır” yazmıştı ve kompleks, varoluşun dışında düşünülemez veya irade gücüyle (en azından uzun bir süreliğine) sökülüp atılamaz.

Kompleksler kimi zaman abartılı tepkilerde veya kişiden beklenmesi gereken bir tepkinin yokluğunda kendini gösterir. Bir kompleks özellikle belirli şeylere karşı olumsuz tutumlar içinde ortaya çıkabilir ve bu şeyler aslında reddedilen bir içsel arzuyu gizler. Kimi zaman bir şeyden etkilenmediğimizi göstermek için çok uğraşarak fazladan telafiye kalkışırız, oysa davranışlarımız bunun aksini açığa vurur. Shakespeare’in *Hamlet*’inden klasik bir dize –“Kadının yeminleri aşırı geldi bana”* – tam da gizli bir hakikate değinen güçlü bir tür inkâra gönderme yapar. Bizim vasıtamızla hareket eden bir kompleksin daha biz kendi içimizde farkına varmadan başkaları tarafından fark edilmesi nadir değildir.

Kompleks terimi C.G. Jung’un modern psikolojiye yaptığı özgün bir katkıdır. Günümüzde kendini farkında olmandan başkalarından daha kötü bir durumda gören birinden bahsederken *aşağılık kompleksi* veya başkaları üzerinde kontrol sahibi olmak isteyen birini anlatırken *güç kompleksi* gibi

* Türkçeleştirmede yararlanılan kaynak: William Shakespeare, *Hamlet*, çev. Sabahattin Eyüboğlu, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1974, s. 87. (ç.n.)



Shakespeare'in *Hamlet* oyunundan bir sahnenin çizimi. Meşhur "Kadın yeminleri aşırı geldi bana" repliği inkârdan kaynaklanan, tipik aşırı telafiyi anlatır.

terimlerin kullanıldığını duyuyoruz. Esasında bu tür kompleksler ekseriyetle karakterimizin bir parçası ve hatta kendi kişiliğimizin yapısal bir unsuru bile olabilir. Bir kompleks ömür boyu bastırılmış kişisel bir acıdan kaynaklanabilir ve baskı altında güçlenebilir. Bireyi terapiye götüren de genelde bu baskıdır. “Gerçeklik, benmerkezci fikirlerin barışçıl döngüsünün güçlü bir duygu tonuna sahip fikirlerle, yani duygulanımlarla sürekli kesintiye uğramasını garanti altına alır.”” Kendi benlik kavrayışımıza rağmen kompleks bize içimizde işleyen daha derin bir etkiyi işaret eder: bilinçdışının varlığı.

BİLİNÇDİŞİ

Bilinçdışı fikri yüzyıllardır tartışılıyordu ancak bilinçdışını yirminci yüzyılda yaygın kullanıma kazandıran Freud ve Jung’dur.

Jung kelime çağrışım testiyle keşfetmiş olduğu şeyin farkına vardıkdan sonra hızla Freud’un *Rüyaların Yorumu* kitabını okumaya girişti. Kitapta kendi çalışmasıyla bir benzerliğe rastladı. Freud bastırılmış içeriklerin rüyada faal olduğunu görmüştü; yani farkındalığımızın altında, içimizde güçlü etkiler iş başındaydı ve böylece iki psikologdan birinin çalışmalarının diğerini güçlendirdiği bir dönem başladı.

Jung Freud’un çalışmalarını heyecanla takip etmeye başladı ve meslektaşları arasında bir araştırma grubu kurdu. Bir süre sonra aralarında mektuplaşmalar başladı ve bir noktada Freud Jung’un kelime çağrışım testiyle ilgili çalışmasını okumak için öyle istekliydi ki Jung’un kendisine postayla göndermesini beklemektense çıkıp kitabın bir kopyasını satın aldı! Nihayet 1907’de, Freud’un evinde yüz yüze tanıştılar ve o meşhur 13 saatlik kesintisiz sohbete daldılar. Jung çok

geçmeden Viyana'daki psikanaliz hareketine katıldı ve nihayetinde Freud'un mirasçısı oldu.

Freud gerek bizim gerek toplum için kabul edilemez gizli arzuları açığa vuran rüyalar görürdü. Ona göre rüya imge-leri gerçek içgüdülerin dönüşüm geçirerek maskelenmiş bir biçime bürünmüş halleriydi. Jung ve Freud'a göre bilinçdışı bizden dış dünya kadar bağımsız bir nesnel gerçeklikti. Bilinçdışının gücü iki adam için de açık seçik ortadaydı. Kendi içlerindeki etkiler tarafından ele geçirilmiş hastalarla ilgileniyorlardı. Nevrozları (bozuk işleyiş, çaresizlik, kaygı, depresyon, obsesyon) bilinçdışına bağlanmış bir ruhsal enerji olarak görüyorlardı. Farkındalık yüzeyinin altında faaliyet gösteren bir çatışma, iradeyle kaçınılamayacak bir çatışma, içsel gerçeklik ile dışsal tutum arasında bir kopukluk vardı.

Bu etkilere tanıklık eden Jung, "kişi komplekse sahip değildir, kompleks o kişiye sahiptir"¹⁰ gözleminde bulundu. Psikotik bir hastanın duyduğu sesler işitilebilir hale gelmiş bir komplekstir. Kişinin gördüğü güçlü bir rüya bir kompleksin kişileştirmesi olarak düşünülebilir. Kompleksin kendi enerjisi vardır ve bilinçliliğin ayrı bir parçasıdır. İçimizdeki kısmi bir kişilik olarak bile düşünebilir ve nevrotik çöküşlerin ardında yatan da bu tür bir parçalanmadır.

Hem Jung hem de Freud rüyaları ve semptomları ruhun içerisindeki bir iyileşme girişiminin dışavurumu olarak görüyordu. Kaynaşamayan bir şey ayrılıyor ve kendini sembolik formda ifade ediyordu. Psikolojik rahatsızlık içimizdeki bu sesleri tanıyarak ve onlarla ilişki kurarak anlaşılabilir ve tedavi edilebilirdi. Psikanaliz (Freud'un çalışmalarına verilen ad) veya analitik psikoloji (daha sonra Jung'un çalışmalarına ve-

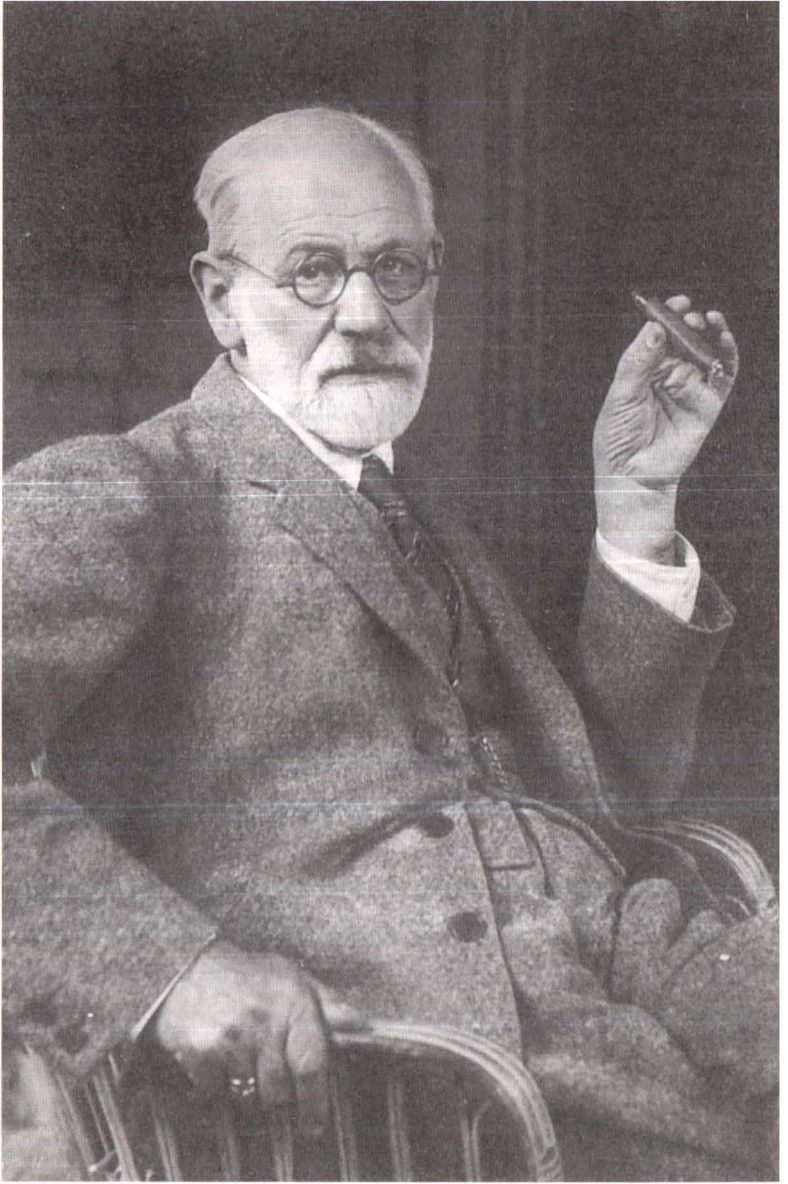
rilen ad) bilinç ile bilinçdışının birbiriyle sağlıklı ilişkisini kolaylaştırdı. Jung ve Freud dikkatimizi içimizdeki unutulmuş içsel yaşama yöneltti ve kendimizi görme biçimimizi değiştirdi. İki adam bilinçli zihnin faaliyeti altında işleyen etkileri tartışmamız için bize yeni bir dil sundu.

RUHUN SEMBOLİK DOĞASI

Hem Freud hem de Jung bilinçdışının sembol, imge, analogi ve metafor diliyle konuştuğunu gözlemledi.

Freud'a göre rüyalarındaki sembolik imgeler bilinçdışından gelen fark edilebilir içerikleri yansıtıyordu. Tüm silindir biçimli imgeleri fallusla kıyaslamak bugün artık bir tür klişedir ancak bu örnek Freud'un aklındaki imge ile nesne arasında var olan bir nevi doğrudan mekanizmayı yansıtır. Freud'a göre rüya imgeleri tanımlanabilir gizli nesneyi yalnızca belli belirsiz maskeleyebiliyordu. Bilinçdışını bastırılmış içerikleri bize gerisingeri yansıtan bir tür karanlık ayna gibi görüyordu; tüm yapmamız gereken içerikleri düzgünce deşifre etmekti, böylece iyileşme sağlanabilirdi. Jung bu görüşün, sembollerin anlamlarının yanlış yorumlanması riskinin yanı sıra içsel yaşamımızın doğasıyla ilgili çok önemli bir şeyi görmekten kaçınma riskini de taşıdığına inanmaya başladı.

Jung, Freud'un yaklaşımını bir sembolü bir işarete indirgemek olarak görüyordu: Puroyu penis olarak görmek buna bir örnekti. İmge kayıp bir nesneyi doğrudan işaret ediyordu ve ortaya çıkışının nedeni de bu kayıptı; rüya içerikleri yalnızca yeraltına gömülmüş, geçmişteki bir arzunun temsiliydi ve asla "gerçek şeyin ikamesinden"¹¹ fazlası değildi. Jung bilinçdışının ürettiği imgelere günlük yaşamlarımızın bastırılmış



Yükselen psikanaliz hareketinin başlarda coşkulu bir üyesi olan Jung'un üstünde Sigmund Freud'un muazzam bir etkisi oldu.

deneyimlerinin bir telafi edicisi olarak yaklaşmak konusunda Freud'un izinden giderken aynı zamanda bu imgelerin bundan daha fazlası olduğunu düşünüyordu. Ruhun faaliyeti, içimizde yaşayan çok daha derin, daha dinamik ve daha amaçlı bir şeyi açığa çıkarıyordu.

Freud'un imgenin amacına geçmişe dönük bakışına ek olarak Jung burada ileriye dönük, ileriye kapsayan bir işlev de görüyordu. Bilinçdışının imgeleri bilincin gelecekteki kazanımlarını öngörebilir ve çatışmalar için çözümlerin ana hatlarını çizebilirdi.¹² "Sembol herkesin tanıdığı bir işaret değildir. Önemi burada yatmaz; aksine, bilinmeyenin alanına hâlâ tümüyle ait olan veya henüz olmamış bir şeyi analogi yoluyla açıklamaya çalışır."¹³ Bu tür imgeler içimizdeki gerçek psikolojik gelişmenin faal sürecine işaret eder, bilinçli zihnin henüz kavrayamadığı bir gelişmedir bu. Semboller bilinçli zihin ile bilinçdışının ortasında oturur ve ikisi de bizim hem çelişkimiz hem de çözümümüzdür; mevcut varoluş durumumuzu aşan gelecekteki büyümeye işaret ederler.

Jung'un ruhun ürettiği imgeleri kelimenin en doğru anlamıyla semboller olarak görme biçimlerinden biri budur: Semboller tekil, harfi harfine bir yorumun ötesindeki olasılıklar silsilesini işaret eder. Örneğin Freud'un, enstest içeren rüyaları bastırılmış bir kendi annelerimize sahip olma arzusu olarak açıklayan Oidipal teorisi, kendi içimizdeki annelik etme nitelikleriyle kurulan daha derin bir bağa duyulan arzu olarak da anlaşılabilir. Jung, bu tür rüyaların birebir enstest arzusunu işaret ettiğine inanmıyordu, daha ziyade bu rüyalar içsel bir bütünleşme sürecini ve hatta içimizdeki bilinçdışı alanıyla kurduğumuz bağlantıdan doğan ruhsal bir yeniden doğuşu temsil

ediyordu. (Jung, anneyi doğrudan bilinçdışının kökeniyle ilişkilendiriyordu.) İmgeleri safi işaretler olarak görmenin ötesine geçmekle bu sonuca varmak mümkündür. Bir sembolün tutarlılığını anlamak için bu çeşitli anlamlardaki birliğin sezgisel bir değerlendirmesi gerekir. Bu değerlendirme de birebir anlamının ötesinde bir düşünme biçimini gerektirir.

En güçlü semboller bizden yoğun tepkiler alır. Muhteşem sanat eserlerindeki sembolik imgeler bizi cezbeder ve büyüler; ruhlarımızda kısırtılar yaratır ve bizi kolayca ifade edilebilecek şeyin ötesine taşır: “Onların gebe dili bize söylediklerinden daha fazlasını kastettiklerini haykırır.”¹⁴

Bilinçdışı içimizdeki doğal işleyişin bir parçası olarak semboller üretir. Bu imgeler kendi yaşanmışlıklarımızın bağlamından ortaya çıkar. At imgesi, her gün at binen biri için daha önce sözü edilen, tek deneyimi attan düşüp incinmek olan rüya sahibi için olduğundan çok farklı bir anlam taşır. Dolayısıyla imgeleri herkes için belirli bir anlama eşitleyen sistemlerin içimizde derin bir iyileşme yaratması olası değildir. Jung anlam yaratma sürecini, kendi hususi yaşamlarımızın ve tarihimizin gerçek bağlamıyla ilgilenmeyi gerektirmekle kalmayıp derin bir içsel dinlemeyi de içeren bir süreç olarak görüyordu. Bu süreç bizden akli ve aynı zamanda hissi ve imgesel kapasitelerimizi kullanmamızı ister.

Sembolik imgeler, bilinç ve bilinçdışı materyalleri bir araya getirip çatışmanın hafiflemesini sağlayarak ruhsal enerjimizi yeniden yönlendirir. Böylece aşkın bir işlevi ruhun içinde etkin hale getirir. Bunu kişisel anlamın ve iyileşmenin keşfi olarak deneyimleriz. Bu dönüşüm kalıplaşmış işleyişlerin bir sonucu değildir, daha ziyade özgün ve kırılğan katılımımızı

gerektiren dinamik bir süreçtir. Bu süreç olduğumuz kişiye bütünüyle meydan okur ve derin bir ahlaki çaba gerektirir. Bilinçdışının içimizde hareketli, güçlü, telafi edici semboller üretiyor olması, kültürümüzün, içimizde var olan ve hepimizi iyileştirici bir büyümeye ve daha büyük bir bilince iten gücü hâlâ tam olarak kavrayamamış olabileceğine işaret eder.

Sembollere yaklaşımlarındaki bu farklılıklar Jung'un Freud'dan kopmasında etkili oldu ve ikisinin ruhla ilgili ayrışan görüşlerine de ayna tuttu. Freud'a göre bilinç birincil öneme sahipti ve bilinçdışı, kayıp içeriklerin bir nevi bodrum katıydı. Öte yandan Jung bilinçdışını bilincin açığa çıktığı bir matris gibi görüyordu: Bilinç bir buzdağının tepesi, bilinçdışı okyanusunun üstünde batıp çıkan bir mantar tıpaydı.

Jung'un *ruh (psişe)* dediği şey hem bilinç hem de bilinçdışydı. Bu daha geniş bütünü, telafi edici, kendi kendini düzenleyen ve amaçlı bir şey olarak görmeye başladı. Bilinci ve içimizde yaşayan bilinçdışını birleştirmeye yönelik canlı bir dürtü gördü: Bizler o bütünün daha fazlasını çevrelemeye sürükleniriz. Jung bu dürtüye *bireyleşme* ve dürtünün yan ürününe de *bütünleşme* adını verecekti. Çektiğimiz acıya rağmen ruh daima en nihayetinde hem sağlıklı homeostatik bir denge hem de daima gelişen büyümemizin ve kendimize özgü gelişimimizin arayışı içindedir.

WELTANSCHAUUNG: KİŞİNİN HAYATA BAKIŞI

Jung psikolojik sağlığımızın hayata karşı tutumumuzla doğrudan ilişkisi olduğuna inanırdı. Sahip olduğumuz *Weltanschauung*, veya yaşam felsefesi, sıhhatimizi veya yaşadığımız zorlukları meydana getirir ve hem bilincimizde hem



Sophokles'in *Oidipus Kolonos*'ta oyunundan bir sahne. Oidipus'un hikayesi
Freud'un en meşhur teorilerinden biri, Oidipus kompleksinin kalbiydi.

de bilinçdışımızda kök salmıştır. Dünyayı anlama biçimimiz veya yaşama karşı tutumumuz hem dışsal uyumumuzun hem de içsel yatkınlığımızın bir niteliğidir. Bir şeye karşı hislerimiz o şeyin ne olduğundan daha önemlidir. Varlık sebebimiz (*raison d'être*) bizi derinden etkiler. “Hayatın sorularına yetersiz veya yanlış cevaplar vermekle yetindiklerinde nevrotik hale gelen insanlarla sık sık karşılaşmışımdır.”¹⁵ Jung’un psikolojik çalışmaya yaklaşımı, bu içsel tutumu geliştirmeye odaklanıyordu. Bunun bizim için anlamı, kendi hususi *Weltanschauung*’umuzun ne olduğunun farkında olmamız gerektiğidir.

Bu bakımdan Jungiye psikoloji bir teknik değil, bir yöntemdir. Hepimizin uyması gereken tek bir gelişim haritası yoktur. Aslında durum tam aksidir. İleri taşınması gereken bizim tekil gelişimimizdir, herhangi bir dış modelin veya dışarıdaki bir kişilik idealinin icra edilmesi değildir. Bu pek çok diğer psikoloji ekolünden farklıdır; o zaman da öyleydi, şimdi de öyle. Jung yaşam felsefelerimizin çoğunlukla tek boyutlu olduğunu ve bizi dengesiz kıldığını düşünüyordu. “Eğer para kazanmak başlı başına bir hedefse hem bilim hem de sanat sessizce kepenk indirebilir. Hiç kimse modern bilincimizin bu birbirini dışlayan hedeflerin peşinden giderken korkunç bir biçimde parçalara ayrılacağını inkâr edemez. ...Tek bir niteliği geliştirmek için eğitilince kendileri bir araca dönüşür.”¹⁶ Modern psikolojinin pek çok ekolü belirli bir tür gelişimi pekiştirmenin peşinde koşarken Jung’un yaklaşımı, bireyin kendi eşsiz serpişine karşı meraklı bir açıklık üzerine kuruludur. Jung’a göre ideal bir normallik biçimi, var olmanın tek bir doğru yolu yoktur. Böylelikle Jung’un insan doğasına bakışı, geleneksel doğru bireylik anlayışlarına (Freud’unki gibi)



Carl Jung dünya görüşümüzün veya *Weltanschauung*'umuzun akıl sağlığı-mız için önemini vurguladı.

meydan okudu. Kendi yaralanmışlığımızla, içsel yaşamımızla ve gelişme kapasitemizle kurduğumuz ilişkiye odaklanan Jung kendi biricikliğimizin de altını çizdi.

Bilinçdışının keşfi kendimize yönelik yeni bir bakış açısı gerektiriyordu. Artık kendi evimizin efendisi değildik. Bu radikal yeni anlayış bugün içinde yaşadığımız kültür tarafından kolaylıkla görüleceği üzere hâlâ tam olarak kavranamamıştır. “Hepimiz farkında olduğu ‘ben’den çok daha fazlasıyız.”¹⁷ Bilinçdışı kim olduğumuzun taslağını elinde tutar ve bu şablonu açarak ortaya çıkarma görevi içsel enerjilerimizle ilişki kurmayı gerektirir. Jung ve Freud kendi erken dönem öncü çalışmalarını yaparken dünyanın aynı bölgesindeki fizikçiler de o esnada iç ve dış arasında bir bağlantı keşfediyordu. Tarihi bir paralelde, fizikçiler kuantum evreninde gözlemci ile gözlenen arasında bir ilişki buluyordu. Bu alanların ikisi de bizi salt nesnellik yanılsamasını sorgulamaya itecek ve dünyamıza bakış biçimimizi değiştirecekti.

Hem Jung hem de Freud bugün bizi hasta eden şeylerin çoğunun kendi içsel yaşamımızdan kopuşun bir ürünü olduğunu gözlemledi. Bu içsel bölünmeyi iyileştirmek için sembollerin dilini konuşmaya ihtiyacımız vardır ve bu da çoğumuz için kolay olmayan bir düşünme biçimini gerektirir. Bilinçli zihnin pırıl pırıl, gün ışığı gibi parlak bir farkındalığı olduğuna peşin hüküm veren, düz anlamlı düşünceyi ve dünyayı anlamının mekanik biçimlerini ayrıcalıklı kılan kültürümüzde bu tür bir yaklaşım özellikle zorludur.

Önemli Noktalar

- **Kellme Çağrışım Testi** – Jung'un geliştirdiği, ruh içerisindeki özerk komplekslerin varlığını ortaya çıkaran bir test.
- **Kompleks** – Farkındalığımızın altında özerk biçimde işleyen ruhsal enerjinin duygu tonu merkezi.
- **Bilinçdışı** – Bilinç eşiğinin altında işleyen ruhsal bir katman ve ego öz farkındalığının ortaya çıktığı matris. Kompleksler ve diğer enerji merkezleri bilinçdışında bulunur.
- **Ruhun Sembolik Doğası** – Bilinçdışı ruhsal enerjimizi yeniden yönlendiren, bilinç ve bilinçdışı materyalleri bir araya getiren ve çatışmayı hafifleten sembolik imgeler üretir. Böylelikle ruhun içinde aşkın bir işlev yürütürler.
- **Weltanschauung** – Hayata karşı tutumumuz psikolojik sağlığınıza katkıda bulunur ve hem bilinçte hem de bilinçdışında kök salar.

2.

Gölge

“TANIŞTIĞIMIZA MEMNUN OLDUM”

Jung, Freud’un psikolojik ıstırabın “insanların içgüdüsel doğası ile içinde yaşadıkları toplumun onlara dayattığı talepler arasındaki”¹⁸ çatışmadan kaynaklandığına yönelik keşfini kendine başlıca ilke edinmişti. Semptomların en sık insan doğası ile toplumsal kaide arasındaki uyumsuzlıktan kaynaklandığı görülür.

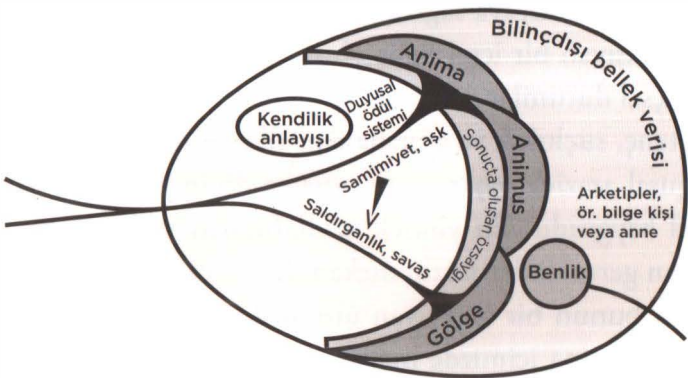
Ailelerimiz ve kültürlerimiz hangi davranışların, düşüncelerin ve hislerin kabul gördüğüne ilişkin parametreler belirler. Hem aileler hem de okullar aracılığıyla kim olduğumuzu kordon altına alan mesajlar gönderilir. Gelişimin doğal bir parçası olarak her birimizin içinde, yaşamlarımızın erken döneminde dünyaya sağladığımız tatsız uyumun utancını ve acısını taşıyan bir içsel figür oluşur. Bu figür, daha sonra acı dolu içsel durumlar deneyimlediğimizde kendini açığa vurur.

Utanç, suçluluk ve günaha dair fikirlerimiz içimizdeki bu duygusal arazide yaşar. Aynı çatışma dinin ve edebiyatın da temel kaygısıdır. En yüksek arzularımızın ve hayal kırıklığı yaratan gerçekliklerimizin mekânıdır. Ancak semptomlara ek olarak, bunun bir diğer yan ürünü de ahlaki gelişimdir. Bu keskin çatışma içimizde meydana gelirken her gün dünyada da yaşanır.

Bir çatışmanın olduğu yerde savaş halinde olan iki karakter, rekabet halinde olan iki etki vardır ve bu reddedilmiş figür içindeki muhalif, içimizdeki düşmandır. Kâbil ve Habil'den Dr. Jekyll ve Mr. Hyde'a kadar birbirine düşman kardeşlerin hikâyeleri bizde güçlü bir hayranlık uyandırır.

Bilinçli farkındalığımız içimizdeki kahramansa bu etki de içimizdeki kötü karakterdir. Eğer "Hepsi bu kadar mı?" diye sorar ve "Ben onu yenerim!" diye ısrar ederseniz bu karakterin doğasına hakkını vermiyor olabilirsiniz. O bizim en kötü parçamız, içimizdeki haindir ve irade gücüne başvurmak yeterli olmayabilir.

Bu parçamızdan gözlerimizi kaçırmaya çok istekliyizdir: Onu bizzat görmeden önce başkalarının üstüne yıkarak işe başlarız hep. Ancak bu parçamızla iletişim kurmamız, onu sonuna kadar dinlememiz gerekir. O, unutmuş olduğumuz acımızdır. Taşıdığımız travmaların enerjik mevcudiyetidir. Fakat aynı zamanda herkesin ruhunda bulunan evrensel bir kurucu unsurdur; egonun öz kimliğini dengeleyen güçtür, derinde



Carl Jung'un ruh modelinin şeması.



Habil'in kardeşi Kâbil tarafından öldürölüşü. Çatışma hikâyeleri yüzyıllardır bizi büyülemiştir.

gömülü içsel bir karşıttır ve kişiliğimize bir denge ağırlığı sağlar. Ancak bu parçamızın bir kısmı kişisel deneyimimizden daha büyüktür; o, zamansız bir gücün giriş kapısıdır. Kolektif bir dışavurum ve hatta erişkinlik döneminde yüzleşilmesi gereken bir arketipsel hakikattir.

Jung'un bakış açısı masallarda sıkça gördüğümüz bir şeyi keşfetti: Kötü karakterin adını koyabilecek hale gelince kendimizi onun gücünden bir nebze özgür kularız. Rumpelstiltskin (Kurugürültü) hikâyesinde olduğu gibi canavarın arazisini keşfederek ve onunla temas kurarak durumu dönüştüren içgörüyü geliştiririz. Canavar, sembolik olarak çözülecek bir bulmacadır fakat onunla ilişki kurmayı da öğrenmemiz gerekir; onun ismini öğrenmeliyizdir, çünkü onun ismi bizim de ismimizdir.

Canavar yalnızca hayal gücümüzün bir ürünü olabilirken elinde tuttuğu güç oldukça gerçektir. Yeniden bağlantıya geçmek çoğu zaman artan bir enerji akışını beraberinde getirir.

Bizi biçimlendiren erken dönem deneyimler yalnızca iyi ve kötüye bakışımızı etkilemekle kalmaz, aynı zamanda dünyanın doğasına, tinsel, dini ve felsefi tercihlerimize ilişkin duygularımızı da bilinçdışında tanımlar. Karanlığı nereye koyarsınız? Karanlık, hakikatin doğası ve Tanrı'ya ilişkin bilinçdışı inançlarımız da dahil, hayal gücümüzün en korkutucu canavarlarına sarılarak tırmanan, en çok reddettiğimiz parçalarımızdan ortaya çıkar.

PERSONA

Latineden gelen bir kelime olan *persona* aslen antik klasik tiyatrodan oyuncuların taktığı maskeler için kullanılırdı. Jun-

giyen psikolojide bu terim dünyaya göstermek için kullandığımız içsel karaktere gönderme yapar. Toplumsal beklentilerle, kültürel normlarla ve doğal niteliklerle belirlenen persona, hem olmamız gerektiğini düşündüğümüz kişidir hem de diğerlerinin gerçekten olduğumuzu düşünmesini istediğimiz kişi. Personamız cesur yüzümüz, göstermelik paravanımızdır. Süregiden ideal benliğimizi inşa etme projesidir.

Ebeveynlerimizden, kardeşlerimizden ve okullardan tutun da pazarlama ve medyaya kadar, hayatımız boyunca bize nasıl ve kim olmamız gerektiğini durmaksızın söyleyen sayısız baskı vardır. Persona bu baskıya başarıyla uyumlanışımızdır.

Egomuz (bilinçli benliğimiz, gün içindeki öz farkındalığımız) personayla eşdeğer olmasa da onunla yakından ilişkilidir. “Egonun işleyişi, belirli bir noktaya kadar, daima belirli bir miktar personayla örtülüdür.”¹⁹

Sağlıklı bir persona dünyada daha kolay hareket etmemize olanak tanır. İlişkileri, toplum ve iş hayatını idare etmemizi mümkün kılar. Erken yetişkin yaşamın pek çok aşaması boyunca büyüme, sağlam bir persona başarısına bağlıdır:

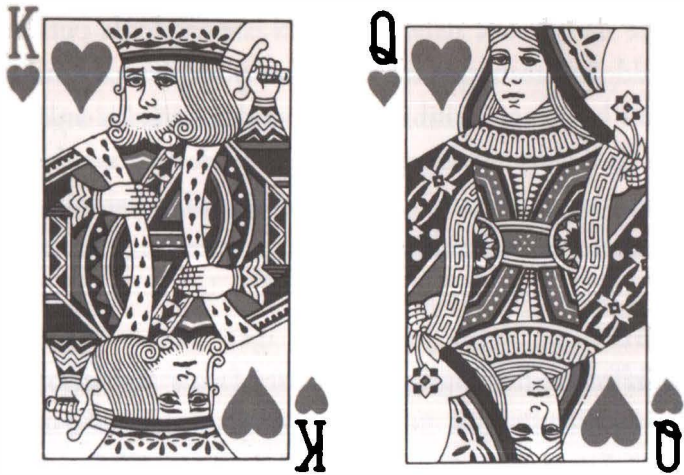
Persona gereklidir; olağan bir gözlemcinin, o kişinin neye benzediğine dair uygun bir fikre ulaşmasına yardımcı olacak biçimde bireyin üstünü örter. Şöyle diyeyim, bir elmas yüzük hediye edecek olsanız yüzüğü kese kâğıdına koymazsınız ve eğer birine bir litre süt verecek olsanız muhtemelen sütü kristal bir şişenin içinde vermeyi seçmezsiniz. Personanın amacı kişinin nasıl biri olduğuna dair bir şeyleri işaret etmektir; tıpkı maskenin, oyuncunun rolünü

*veya duygularını göstermesi gibi. Toplumun gereksinimlerine uyum sağlamayı kolaylaştırmada personanın kendi başına bir rolü vardır.*²⁰

Persona kültürel adaptasyonun dışavurumuyken karşıkültürel bir biçim alabilir. Bugün, bizi farklı yönlerde zorlayan ve kendimizi ifade etmenin çeşitli yollarını sunan çok sayıda kültürel norma maruz kalıyoruz. Ancak bazı kültürler bu sürece çok daha büyük önem verir ve katı yaklaşırlar. Örneğin, Japonya'nın saygınlığı korumak ve herkesin önünde mahcubiyet yaşamamak üzerine kurulu çapraşık bir kültürü vardır. Bu kültürün büyük kısmı başkalarına düzgünce saygı göstermeyi ve onların statülerine uygun biçimde yaklaşmayı gerektirir. Buna benzer tüm ritüeller personanın ve statünün yapısına hizmet için üretilir.

Toplumda nasıl görüldüğünüz yerinizi belirler mi? Statü arayışında, statü sembolleri genelde işe yarar. Personamız kendimizi dünyaya sunma biçimimizdir fakat aynı zamanda içsel değerimizi dışarıdaki görünüşümüzle karıştırabilen parçamızdır. Jung, kişinin görüldüğü gibi olmasının cazibesinin muhteşem olduğunu yazmıştı, “çünkü persona genelde parayla ödüllendirilir”.²¹ Kültürler bunun için kendilerine özgü yapılara sahiptir. Örneğin, Los Angeles'ta, arabanızın ne kadar güzel olduğuyla yargılanacağınıza dair bir şaka vardır. Tasarımcı giysileri, büyük evler ve “komşularla aşık atmak”*

* Orijinal metinde “keeping up with Joneses” olarak geçen deyim, dünyanın İngilizce konuşan kısımlarında kişilerin, toplumsal bakımdan önemsiz görülmemek için komşularıyla veya arkadaşlarıyla sahip oldukları mal mülk ve katıldıkları etkinlikler bakımından kıyas ve yarış halinde olmaları anlamında kullanılan bir deyimdir. (ç.n.)



Persona, dışarıdaki imgemizi sürdürmemizi talep eden, baskıcı bir kral ya da kraliçe olabilir.

persona dışavurumları olabilir. Personayla tanımlanıyor olmanın tehlikelerinden biri, olduğunuz kişiden fazlası gibi davranarak kendini beğenmişliğe kayabilmektir.

Persona güçlü bir şekilde egomuzla bağlantılıyken özünde bir komplekstir. Bir kompleks olarak bizi tuzağa düşürebilecek bir şeydir. Personamıza fazla bağımlı hale gelebiliriz ve bu yüzden olduğumuz kişinin diğer taraflarını göremeyebiliriz. “Persona ne kadar güçlü ve sabit olursa onunla o kadar çok özdeşleşiriz, kişiliğimizin diğer önemli taraflarını o kadar çok inkâr etmemiz gerekir.”²²

Persona, bizi vitrine odaklayan çok baskın bir içsel *kral* veya *kraliçe*, içsel bir *hükümdar* olabilir. Eğer kendimizin ve başkalarının bizi *iyi insan* olarak görmesine psikolojik olarak yatırım yaparsak başkalarının bize öyle olmadığını söylemesine

alınganlık edebiliriz. Örneğin, gurularda veya tarikat liderlerinde ya da katı aile sistemlerindeki ebeveynlerde personanın bu şekilde korunmasına rastlarız. Genelde lider hakkında kötü konuşan herhangi birini susturmaya dair gizli bir anlaşma ve lideri kendi gölgesiyle karşılaşmaktan uzak tutmaya dair ortak bir çaba vardır. Elbette bu tür sosyal koşullar karanlık tarafın dışavurumunu güçlendirir.

GÖLGE

1880'lerin başında bir gece, Robert Louis Stevenson rüyasında, kendisinin çok farklı bir versiyonunun canlanmasını sağlayan bir iksir keşfeden iyi bir doktor gördü. Bu rüya *Dr. Jekyll ve Mr. Hyde'in Tuhaf Vakası*'na dönüştü; bölünmüş bir benliğe sahip baş karakterin bu hikâyesi bugüne dek okurların kolayca özdeşleşebildiği bir hikâyeye oldu.

Dr. Jekyll bir hayırseverdir, bir idealisttir, diğer karakterlerin inanamayacağı kadar iyi biridir. İksiri içer, dönüşüm geçirir ve doktorun uygarlaşmamış versiyonu olan Mr. Hyde ortaya çıkar. Hyde arsızın tekidir ve canı ne isterse onu alır, sınır nedir bilmez, yapılmaması gerekenleri yapar.

Bu büyüleyici hikâyenin bir rüyadan çıkması anlaşılır bir şeydir, çünkü içsel komplekslerimizin en mükemmel örneklerinden biridir: *persona* ve *gölge*. *Persona* kendimizin bir miktar süslenmiş görünümüdür, dünyanın görmesini istediğimiz parlak yüzümüzdür. Onu zıddına, kendimizle ilgili reddettiğimiz her şeye ise *gölge* denir.

Dr. Jekyll'da *personamız* vardır: kim olabileceğimize ve olmayı umut ettiğimize dair en iyi düşüncemiz, kim olduğumuza dair idealize edilmiş bakışımız. Hastalarını ücretsiz te-

davi eder, kadınlara karşı çok ileri gitmekten kaçınır ve aydın ahlaki bir ilericiliğin tasavvurudur. Mr. Hyde'da, tüm bastırılmış davranışlar açığa çıkar ve karşıt değerler de dışavurulur, yani *gölgenin* mükemmel bir örneğidir.

Uygar bir personanın gelişimi, egonun parlak tarafı, içimizdeki saldırgan, içgüdüsel benliği arkada bırakır ancak genelde kendiliğindenlik, güçlü duygular ve içsel yaşamla bağlantılar da geride kalır. Gölge, reddedilen her şeyi ve özellikle egonun katlanamayacağı şeyleri bünyesinde toplar: Toplum ve ebeveynler tarafından inanmanız öğretilen şeyler kötüdür.

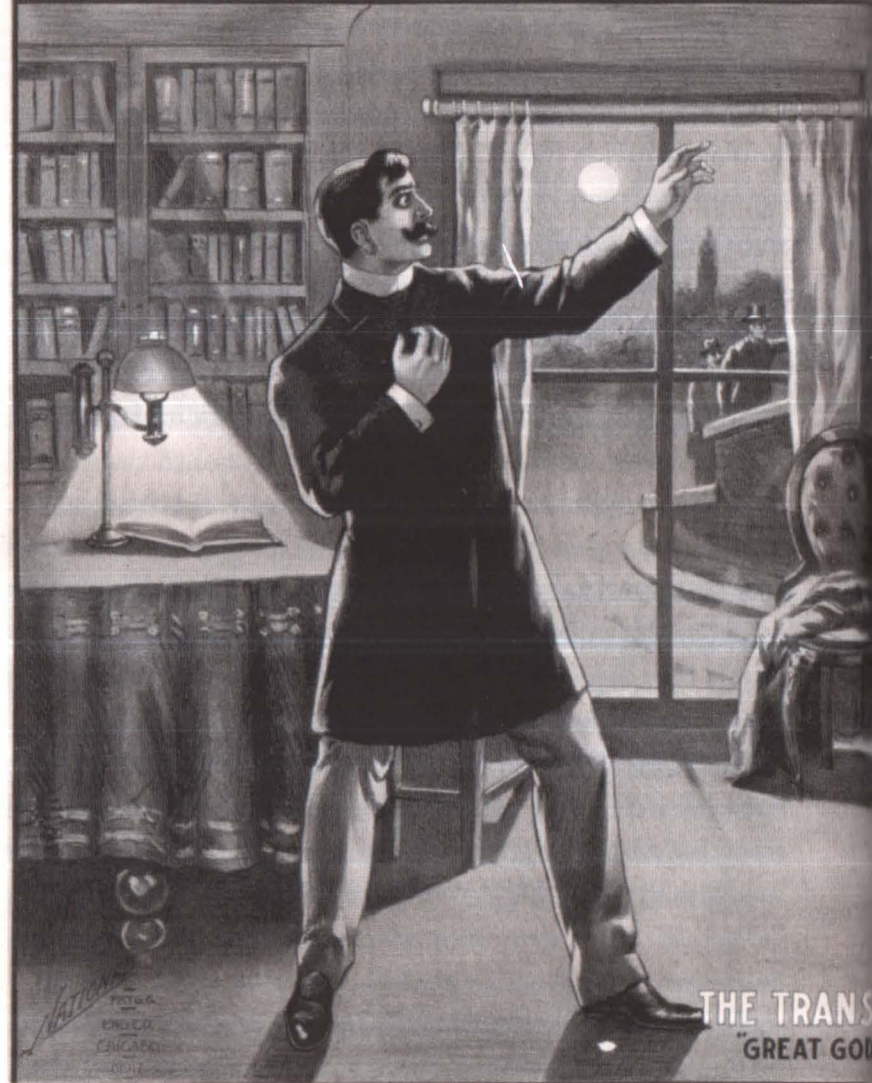
Bugün konuşurken *gölge* kavramını bilinçdışıyla neredeyse eşanlamlı kullanıyoruz. Gölgede bir şey olduğunu söylerken kastedilmek istenen bilinçdışı oluyor. Ancak Jungiyen kullanımda, gölge hepimizin içinde yaşayan spesifik bir kompleksdir: İçimizdeki reddedilmiş ötekidir.

Gölge, kendimizle ilgili reddettiğimiz her şeyi kişileştiren, hemcinsimiz olan bir içsel figürdür. Gölge, personayı telafi eder ve egomuzun zıddıdır. Ego, gölge ve persona, çocukluk ve ilkgençlik yıllarımız boyunca dinamik biçimde bir araya gelmiş bir oluşum olarak anlaşılabilir. Hayatlarımız boyunca benzer şekilde birbirleriyle ilişkili olmaya devam ederler.

Gölgemiz unutmuş olduğumuz acımızdır. İçimizdeki bir kompleks, duygusal ağırlıkla dolu bilincimizin bölünüp ayrılmış bir parçasıdır. Personamız dışarıdan görülmesini en çok istediğimiz şeydir, gölgeyse en az görülmesini isteyeceğimiz şey. Gölgemizle, yani egomuzun tekinsiz kısmıyla temas kurduğumuzda personanın parlak kendilik imgesine kuşku düşürür.

Gölge yalnızca egonun zıddı değildir, “daha ziyade her bilinçli kişiliğin eksikliğidir”²³ ve böylelikle diğerlerine bakışı-

DR. JEKYLL and MR. HYDE



THE TRANSFORMATION
"GREAT GOD, WHAT IT BE !!"



Tıpkı Dr. Jekyll ve Mr. Hyde gibi persona ve gölge kişiliğimizin iki zıt parçasını temsil eder.



Gölge, kendimizle ilgili reddettiğimiz her şeyi temsil eder ve dünyayı görme biçimimizi etkiler.

mızı da etkiler. Her birimizin doğuştan getirdiği pek çok olası kabiliyet vardır ve her birimizin sınırları ve yeterlikleri farklıdır. Jekyll ve Hyde'da olduğu gibi gölge, içimizdeki hasmane kardeşimizdir ve eksik olduğumuz şeyi temsil eder, böylelikle doğal olarak kendi cinsiyetimizle olan ilişkimizi etkiler. Diğer erkeklerde veya kadınlarda hayranlık duyduğumuz veya hoşlanmadığımız şeyler genelde kendi gizli yüzümüzü yansıtır. Kendimizin bu reddedilmiş tarafıyla çoğu zaman ilk kez karşılaşmamız onu başkalarına *yansıtmamız* aracılığıyla olur.

GÖLGE YANSITMASI

Yansıtma, içimizdeki içeriklerin dış figürlere bağlandığı psikolojik mekanizmadır. Yansıtma yaptığımız zaman içimizdeki bir enerjiyi veya figürü yerinden çıkarıp onun görüntüsüne bir şekilde uyan birinin üstüne yerleştiririz. İster ilk görüşte aşk olsun ister aniden gelişen bir hoşlanmama, sizi sahiden tetikleyen biriyle karşılaştığınızda muhtemelen altta yatan şey yansıtmadır. Bazen içsel komplekslerimizin doğasıyla veya karakteriyle eşleşen insanlarla tanışırız ve bilinçdışında aniden onları kendi içsel imgemize uyacak şekle büründürürüz. Böyle bir şey meydana geldiğinde *kümeleniriz*, yani bir içsel figürle dinamik hizalanma içine gireriz. (Fakat bunu bilmiyoruz, tek bildiğimiz nasıl hissettiğimizdir.)

Örneğin, gölgeyi, bizim için ifade etmesi en zor nitelikleri mutlulukla ifade eden insanlara yansıtırız. Böyle bir insandan hoşlanmadığımızı fark edebiliriz fakat o esnada bunun nedenini göremeyebiliriz. “Başkalarıyla ilgili bizi huzursuz eden her şey kendimizi anlamamızın önünü açabilir.”²⁴ Örneğin, zorbalardan ineklerden nefret eder, çünkü onların zekâsı kendi zayıflık alanları olabilir. Bir kişiyi günah keçisi ilan etmenin dinamiği budur: Kabahatliyi korumak için masum olan suçlanır; bizim yerimizi alması için bir başkası seçilir. Yansıtma yaptığımızda psikolojik ve duygusal olarak kendimizden bir şeyi o niteliği bizim için taşıyacak olan dışarıdaki bir insana yükleriz.

Başkalarına yansıtma yapmak muazzam bir rahatlama getirebilir. Kahramanla özdeşleştiğimizde ve kendimizi *iyi karakter* olarak gördüğümüzde, *kötü karaktere* karşı mücadelemiz haklı bir eyleme dönüşür. Unutmayın, yüzyıllar boyunca ahlaki doğruluğa savaş alanında karar verildi. Böyle duygusal atamalar,



Jung'un temel kaygısı, içimizdeki şeytanı -gölgeyi- nasıl barındırdığımız ve özellikle kolektif gölgemizle bütün bir toplum olarak bunu nasıl yaptığımızdı.

dolaylı olarak mücadeleye katılmamızı ve iyi hissetmemizi mümkün kılar. İyi karakterin iyiliği bizim iyiliğimizdir, bizim iyiliğimiz de onların iyiliği haline gelir ve mükemmelin altında kalan gerçek benliklerimizi artık hatırlamaz oluruz. Eğer kötü karakter buna cuk diye oturursa içsel rahatsızlığımızın ağırlığını bir anlığına yüklenir, böylece rahatlamış hissederiz. “Kötü şeyler yapan O,” deriz kendimize, “ben değilim.”

Gölge yansıtması, bizi, düzgün öz imgemizin karşısında duran, içimizdeki şeyi keşfetmeye davet eden doğal bir sürecin başlangıcıdır. Fakat oraya ulaşma yolumuz karmakarışıktır. Duyulan bu tür rahatsızlıkları içgörüyeye dönüştürmek açık görüşlü ve zorlu bir özdüşünüm süreci gerektirir.

Jung’un, keyfimizi kaçırın kişilerde kendi gölgemizi görmenin ortada sahiden kötü edimler olmadığı anlamına gelmediği konusundaki vurgusunu da belirtmek gerekir. Jung, tüm kötülüğün yalnızca bizim öznel kanaatimiz veya ahlaki göreliliğin bir örneği olduğuna inanmıyordu. Tıpkı yirminci yüzyılda Avrupa’nın tamamı ve dünyanın büyük kısmı gibi Jung da dünyadaki kötülüğü ilk elden görmüştü. İçimizde bir hain, bizi tüm yolların en kötüsüne yönlendiren bir tarafımız olduğunu biliyordu. Kişisel gölgemiz, kolektif ve arketipsel karanlığın büyüüne kapıldığımız güzergâhtır.

KOLEKTİF GÖLGE

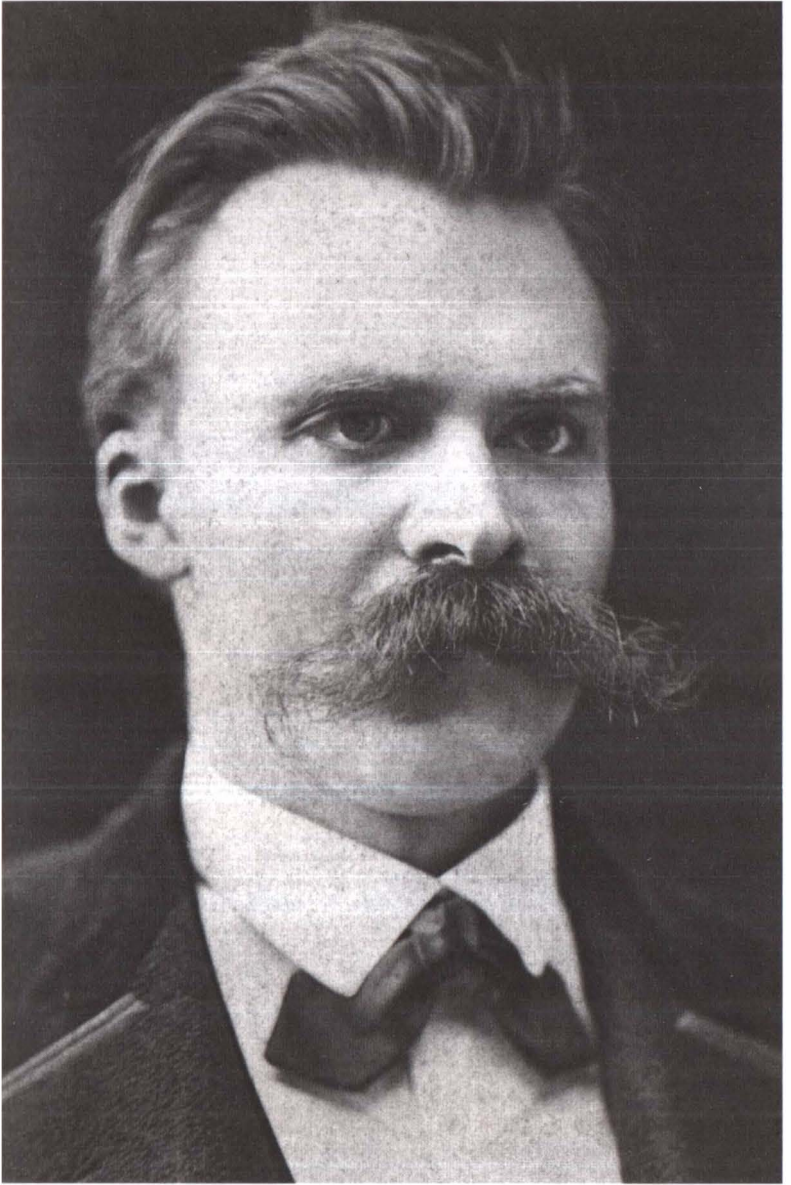
Jung, komplekslerin insan gruplarını *toplu halde* etkileyebildiğini gözlemledi. Belirli anların; kolektif gölgenin dışavurumu, kitlesel bir psikozun birden taşıp patlaması, koca bir grubun bastırılmış tarafının canlanması, kabile halinde bir Mr. Hyde gibi görüldüğünü fark etti. 1930’ların Almanya’sında

bu çılgınlığı ilk elden gördü ve üstüne yazdı. Ancak her çağ bir miktar kolektif gölge taşır.

İnsanın karanlık tarafının gerçekliğinin, tarihin hiçbir döneminde bizimkinden daha fazla görülmediği iddia edilebilir. Yirminci yüzyılda Holokost'a tanıklık ettik ve nükleer savaş tehdidiyle karşı karşıya kaldık; yirmi birinci yüzyılda fosil yakıtların ve plastiklerin çevresel etkileriyle yüzleşiyoruz, şüphe-siz insanlığın yıkım potansiyelinin hiçbir atamızın daha önce olmadığı kadar farkındayız. Böyle bir manzara ahlaki duruş-tan ileri gelmez, psikolojik bir hakikattir. "Çağımız hepimizi mecburi tanıklığa mahkûm etti."²⁵

Gölge şeytanı nereye koyduğumuzla ilgilidir: Karanlığın nereye yerleşmesine izin veriyoruz? Irkçılık ve bağınazlık kendi gruplarımızın gölgesini daha aşağıda gördüğümüz bir başka gruba yüklemenin rahatlığını sunar. Böyle yapmak kendi gölgemize bakmamayı veya onu hissetmemeyi, benliğimizin en kötü tarafını görmemeyi mümkün kılar. Ancak modern kültürümüzün kolektif gölgesi bir gruptan diğer gruba yansıtılardan çok daha büyük ve geniş çaplıdır. Kolektif gölgenin kültürel çapta veya uygarlıkla ilişkili dışavurumları vardır.

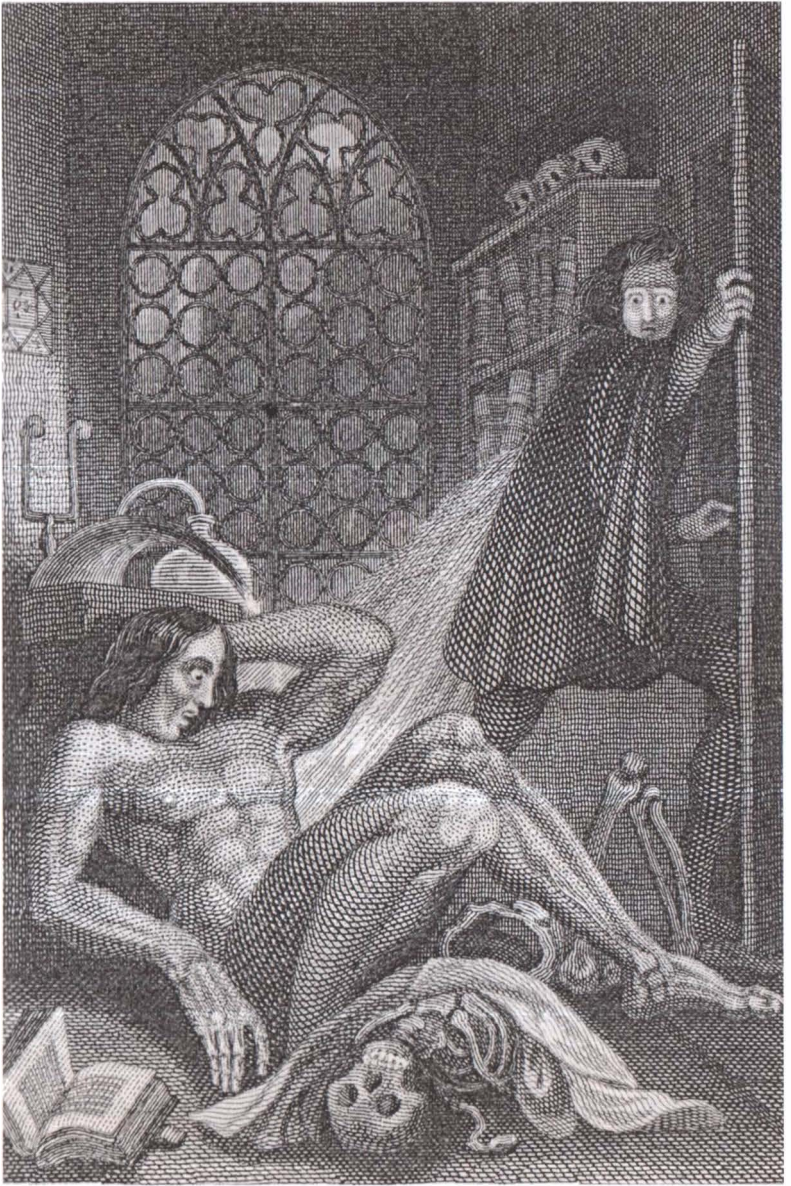
Jung, içsel yaşamla ve yaşam dolu bir tinsellikte olan iletişim kaybını zamanımızın başlıca hastalıklarından biri olarak görüyordu. İnsanların artık geleneksel dinlerle canlılık kazanmadığını gözlemledi. Yüzyıldan uzun bir süredir, Nietzsche'den F. Scott Fitzgerald'a, düşünürler ve yazarlar Tanrı'yı ölü olarak betimledi. Batı'da kiliseye katılım her geçen yıl daha da azalıyor. Jung'a göre bunun anlamı, eski yöntemi kaybettiğimiz fakat henüz yeni bir yöntem bulamadığımız ve tinsel bir boşluğun içinde oturduğumuzdu.



Filozof Friedrich Nietzsche sözde "Tanrı'nın ölümü" ve dünyadan tinselliğin yok oluşu üstüne yazmıştı.

İnsan teknolojisine duyduğumuz hayranlıkla o boşluğun içine fark etmeksizin çekildik. Bugün insanları yakından gözlemleyin, cihazlarımıza adeta büyümlü bir inanç beslediğimizi fark edeceksiniz. İnsanlar bilgisayarlarını ve telefonlarını her şeye hâkim görüyor ve onlardan her daim kusursuz bir şekilde işlemesini bekliyor, tıbbi ilaçlar da her derde deva görülüyor. Eskiden Tanrı'nın olduğu yere artık teknolojiyi koyduk. Tinselliğin olduğu yere de bilinçsizce insan dehasını yerleştirdik.

İnsanın yaratıcı kabiliyetine ve kendi teknolojimize duyduğumuz büyük inançtan ötürü bunun muazzam karanlık tarafını göremez olduk. Mary Shelley'nin *Frankenstein* hikâyesi bu tehlikeyi kusursuz biçimde betimler. (Stevenson'ın gölge öyküsünde olduğu gibi Shelley'ye de bu öykü rüyasında gelmişti.) Hikâyede, toplama parçalarla yeniden oluşturulan ölü bir beden yaşama döndürölür; eskiden Tanrı'ya duyduğumuz inancın yerine bugün beşeri bilimleri nasıl katı biçimde yerleştirdiğimizi mükemmel bir şekilde anlatır. İnsanlık artık kendini Yaratıcı olarak görüyor. Jungiye psikoterapist ve yazar Robert Romanyshyn, *Victor Frankenstein, the Monster and the Shadows of Technology* (2019) isimli kitabında bu inkârın ölümcül doğasını tarif eder. Kendimize Yaratıcı olarak bakışın olumlu tarafı şu ki bir potansiyel yok edici olarak teknolojinin gölgesinden kurtulmuş durumdayız. Jung da bunun karşı karşıya kaldığımız başlıca tehlike olduğunu fark etmişti. Ölümlünden kısa süre önce şöyle yazmıştı: "Eğer insanlık kendi teknolojisinin ve biliminin gücüyle kendi kendini yok etmek istemiyorsa gelecek nesiller bu mühim dönüşümü ciddiye almak zorundadır."²⁶



Mary Shelley'nin romanı *Frankenstein*'dan bir çizim. Jungiyen analistler bunu teknolojinin gölgesini kaybetmenin tehlikelerine bir örnek olarak görür.

KENDİ GÖLGENİZİ GÖRMEK

Jung, kolektif krizlerimize çözümünü özgün kişisel uğraşta görüyordu, gölgemizi tanımak da buna dahildi. “Yapabileceğimiz en iyi siyasi, sosyal ve tinsel iş, gölgemizin başkaları üstündeki yansımaları geri çekmektir.” Bireyler, kendi kişisel gölgelerinin kişisel özellikleriyle kitlesel psikolojik psikozların büyümesine kapılırlar. Örneğin, güç komplekslerinin bir kişiyi otoriter dünya görüşüne çekmesi muhtemeldir veya hırs insanların başka şartlarda asla yapmayacağı şeyleri yapmasına yol açabilir. Kendi kişisel başarısızlıklarımız, kolektif gölgenin içeri girebileceği bir kapı aralığıdır ve bu yüzden demir parmaklıklar ardına hapsedilebilecekleri yer de tam burasıdır. Etkili içsel çalışmayla çağımızın psikolojik rahatsızlıklarına sıkışıp kalmaktan kaçınabilir, onların etkisine açıklığımızı azaltabilir ve onlardan özgürleşebiliriz.

Jung, bilinçdışıyla içsel bir ilişki kurma pratiğini bu çalışmanın temel ilkesi olarak görüyordu. Rüyaları kayıt altına almak, günlük tutmak ve psikoterapi bu içsel bağlantıyı geliştirir. Kendi kişisel pratiğinde C.G. düzenli olarak rüyalarını gözlemler, kendine ait pek çok içsel figürün çizimini yapar, başka figürlerin de resmini ve hatta oymasını yapardı. Hem o hem de diğer analistler manevi içgörülerini dış dünyada pratiğe taşımanın önemini vurguladı. İster sanat aracılığıyla olsun ister bir tutumu değiştirmekle, saygı bir şekilde eylem aracılığıyla gösterilirdi. Özdeşünüm eksik olan ilk adımken, bilinçdışı ile ilişki eninde sonunda bizim dünyevi özverimizi gerektirir. İçsel yaşamın sesini onurlandırmak genelde dışsal edimleri şart koşar: yaratıcı çalışma, öz bakım, daha büyük sorumluluklar almak, daha iyi ilişkiler, kamu hizmeti veya egzersiz gibi.



Carl Jung'un çalışma masasındaki bir fotoğrafı (1953). Jung günlük tutmanın ve yazı yazmanın içsel yaşamı onurlandırmanın önemli bir parçası olduğunu düşünüyordu.

Bir sonraki bölümde içsel çalışmanın neye benzediğini daha detaylı keşfedeceğiz fakat gölgeyi entegre etmek bazen kendi karakterimize aykırı bir şey yaptığımızı fark ettiğimizde başlar. Belki de hakiki bir utançla şunu merak edersiniz: “O esnada neden o kadar çok sinirlenmiştim?” Bir anlığına, pek içinize sinmeyen bir tarafınızı görürsünüz. Kör noktalarımız bu yollarla kendini bize bir anlığına açık eder. Üç Jungiyen analistin sunduğu *This Jungian Life* isimli podcast’in 55. bölümünde, gölgenizin imgelerini oluşturmak için gereksiz ölçüde hoşlanmadığınız birini bir ayna gibi kullanarak onun üstüne yazılı düşünme alıştırmayı yapmayı önerir. Verdiğiniz tepki kendinizde reddettiğiniz parçanıza dair bir şeyler söylüyor olabilir mi? Jungiyen yazar Robert A. Johnson “gölge, görmekte veya tanımakta başarısız olduğumuz parçamızdır,”²⁷ der ve bundan ötürü gölgemize çoğu zaman yalnızca başkalarına yansıtma biçimlerimizde göz atabiliriz. İlişkilerde bilinç, genelde günlük gölge çalışmasının püf noktasıdır. Shakespeare’in *Fırtına*’sındaki Prospero’nun söylediği gibi: “Karanlıklardan çıkma bu mahluksa bana ait.”*

Gölgemiz üstünde çalışmak neredeyse her zaman “aile gölgesi” kavramı ile belirli değerlere ve var olma biçimlerine ayrıcalık tanıyan, diğerleriniyse reddeden kolektif ve kültürel yaralanma örüntülerine açılır. Bu örüntüler bilinçdışı düzeyinde taşınır ve kökleşir. Bunları hayata geçirenler öyle yaptıklarını (kendilerine karşı bile) inkâr ederler. Ancak ego ile gölgenin, “uygarlaşma” sürecimizin bir parçası olarak bir araya geldiğini unutmamalıyız. Hepimiz ego ile gölge arasındaki gerilimi

* Türkçeleştirmede yararlanılan kaynak: William Shakespeare, *Fırtına*, çev. Bülent Bozkurt, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2003, s. 121. (ç.n.)

çeşitli biçimlerde taşıyoruz. Dünya ile bizim aramıza konan Kartezyen ayırım bedenlerimizde de taşıdığımız bir şeydir. Bedenle, duygularla ve içgüdüyle ölgün bir bağlantı zamanımızın uygarlıkla ilişkili ortak gölgesidir: Pek çok insan “kendi kafasının içinde yaşar”. Bu ayırımı nasıl dışavurabiliriz? Jung, çağımızın krizi için tek panzehrin özgün içsel çalışma ve içimizdeki sesi dinlemeye bir geri dönüş olduğuna inanıyordu. Bu yeniden bağlantı kurma arayışı genelde gerçek dünyada bizden bir şeyler, nevrotik yıkımın yerine yapılmış yaratıcı bir özveri talep eder.

SAKLI HAZİNE

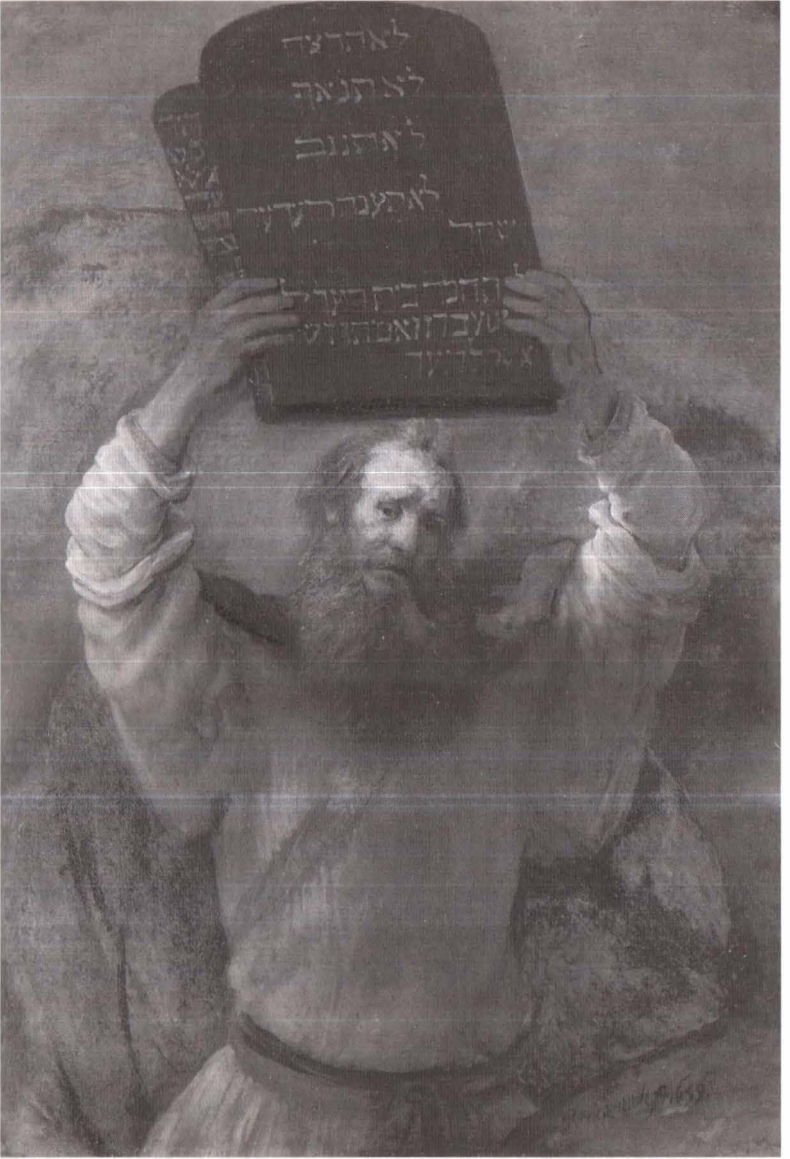
Pek çoğumuz bölünmeden önceki bir zamanı hatırlayabiliriz. Üç veya dört yaşlarındayken, şu anda tamamen esir edilmiş, oyunlarımızda bütünüyle mevcut olan anılarımız olabilir. İçimizdeki ego ve gölge bölünmesinden önce yaşanmış bir zaman vardır.

Biz büyüdükçe ego ile persona biçim kazanır ve gölge saklanır. Çatışma anlarında gölgenin farkındayızdır fakat bu diğer taraf, zamanın geri kalanında nereye gider? Gölge bir karakter yapısıdır; kişiliğimizin bir parçasıdır. Bizi şu soruyu sormaya iten gölgenin personaya yönelttiği tehdittir: “Ben kimim?” Yolumuzu çoğu zaman terapiye düşüren içsel mücadelenin kaynağı budur.

Terapide gölgenin yalnızca bastırılmış dürtülerden değil, “aynı zamanda bilincin reddettiği değerlerden”²⁸ oluştuğunu keşfedebiliriz. Hiç kimse büyük ahlaki değerlerin hepsini hakkını vererek hayata geçiremez; her birimiz bazı değerlerde daha iyi, bazılarında daha kötüyüzdür. Yakından bakarsak

insanların ahlaklılığının, bazı değerleri metheden bazılarını ise kınayan bir biçime sahip olmaya yatkın olduğunu görürüz. Pek çoğumuz kendimizi ahlaken kusurlu olarak düşünüdüğümüzde şaşırırız fakat gerçekte, diğer pek çok şeyde olduğu gibi, böylelikle tek yönlü oluruz. Bu yüzden Jung belirli erdemler bütününün peşinden gitmek yerine olduğu kişiyi her yönüyle yaşamının peşinden gitti. Böyle yaparak içimizde daha geniş bir alanı, hayata daha geniş yelpazede yanıtları olan bir alanı açarız.

Gölge “yalnızca ahlaken kınanması gereken eğilimlerden oluşmaz, aynı zamanda normal içgüdüler, uygun tepkiler, gerçekçi içgörüler, yaratıcı dürtüler, vs. gibi birtakım iyi nitelikleri de sergiler”.²⁹ Jungiye analist David Pressault, gölgenin içimizde “egoyu, ebeveynlere ait komplekslerin yasakladığı yerlere davet” edebilecek, hayati bir kaynak olabileceğine işaret eder. Belirli varoluş biçimlerinden kaçınmayı öğrendiğimizde ve bu eğilimleri güçlendiren seslere sahip olduğumuzda gölge böyle bir koşullanmanın ötesinde var olur: İçimizde yaşayan bir güçtür. Kültürümüzün *yapmayacaksın/etmeyeceksin* telkinlerinin ötesine geçmek, bizi gerçekte neyin neşelendirdiğini keşfetmemize olanak tanır. Geçmişteki içsel yasaklamaların üstüne çalışmak potansiyelimizi daha iyi yaşamamıza ve kabiliyetlerimizi bütünüyle ifade etmemize yardımcı olabilir. Gölgenin entegrasyonu, içimizde var olanlarla daha iyi uyum sağlayarak yaşamamıza yardımcı olabilir. Gölge, içimizde kendine ait bir mevcudiyete sahiptir ve onu aydınlık tarafımızla yeniden temasa geçirdiğimizde genelde enerjimizi geri kazandığımızı fark ederiz. Çünkü gölge “insan varoluşuna can verecek ve renk katacak bir şekilde çocuksu



Potansiyelimize ulaşabilmemizin tek yolu -Rembrandt'ın *Hz. Musa ve On Emir Tableti* isimli tablosunda görüldüğü gibi- kültürümüzün yasaklarının üstüne gitmektir.

veya ilkel nitelikleri bile içerir, fakat töreyi yasaklar!”³⁰

Bir “gölge arketipi” olduğu da doğrudur –asla bütünleşmeyeceğimiz bir karanlık çeşidi– fakat onun bizi pek de dehşete düşürmesine izin vermemeliyiz. Bir yetişkin olarak bununla yüzleşmemiz ama ona kapılmamamız gerek. Gölge arketipiyle yüzleşmek dünyadaki kötülüğün hakikatini gün ışığında görmek anlamına gelir; ondan gözlerini kaçırmamak veya (istemsiz biçimde olacağı üzere) onu derhal inkâr etmemek demektir. Fakat Nietzsche’nin de uyardığı gibi karakterleri tarafından ele geçirilme korkusuyla bu tür şeylere çok uzun süre bakmamalıyız. Beşinci bölümde bunun üstünde daha çok duracağız.

Kendi mücadelelerimizi dünyadaki daha büyük karanlıkla bir yüzleşme olarak görmeyi seçebiliriz. Yazar ve senarist Steven Pressfield gölgeyi *direnış* –bizi başarıya götürmekten ziyade başarısızlığa uğratacak olan, içimizdeki güç– olarak tarif eder. Böyle büyük, tehdit edici soyut terimlerde gölgeyi görebiliriz. Fakat Jungiyan analist Ann Belford Ulanov, büyük kötülüğe karşı panzehrini hepimizin yerine getirebileceği küçük iyilikler olduğunu bize hatırlatır: “Büyük terimlerle ifade edildiğinde Şeytan’ın hilesi, bizi asla gerçekleştirilemeyen soyut ve idealize edilmiş bir iyilik için çalışmak uğruna elimizden bir şey gelebilecek bir kötülüğü serbest bırakmaya iter.”³¹

Burada Ulanov kültürümüzün soyutlamayı ve sınırlı mücadelelerimizi büyük resim hayalleriyle deış tokuş etmeyi yeğ tuttuğu, belirli bir yöneme işaret eder. Gölgeye yem olmaktan kaçınmak için takip edebileceğimiz bir başka yolun adını koyar fakat bu formülasyon bize dünyadaki yerimizi ve

bu yerin bizler için ne kadar önemli olduğunu da hatırlatır. Yapabileceğimiz iyiliğin kutsallığını vurgular ve bu Jung'un da katıldığı bir görüştür. Jung, gölgeyle olan mücadelelerimizi muhtemelen en büyük değer uğruna daha büyük bir çabanın parçası olarak görüyordu.

Eğer yolculuğumuz başarılı bir şekilde seyrederse kişisel olarak yeniden canlanmış ve yeniden enerji kazanmış hissedebiliriz. İçimizde akan yeni bir enerji kaynağı hissedebiliriz. Fakat o kişisel simya dünyadaki daha büyük bir işleyişi de yansıtır. Jung bilincin amacını, aydınlık ile gölge arasındaki ayrımı bireyin sınırını aşan bir manada şifalandırmak olarak görüyordu. Bu, ahlaki eylem hakkında hissettiğimiz doğruluğu yansıtan ve daha büyük bir kişisel bilince ulaşmada amaçlılık gören bir görüştü. Kitabın sonuna doğru bu konunun üstüne daha çok eğileceğiz.

Gölge, kişiliğimizin yaşayan bir parçasıdır ve dolayısıyla onu bazı biçimlerde kapsamamızı ister. Varoluşun dışında tartışılmaz veya aklileştirilip zararsız görülemez. Gölgeyle savaşıma mücadelemizde yeni bir şeyler biçim kazanır, daha önce var olmayan bir birlik doğar. Asla beklemeyeceğimiz bir şekilde daha bütün oluruz.

Önemli Noktalar

- **Gölge** - Reddettiğimiz değerleri içeren bölünüp ayrılmış bir içsel kompleks. Gölge egonun oluşumunun bir sonucu olarak var olur, olumlu ve olumsuz nitelikler içerir.
- **Persona** - Kendimizin ideal yönü, başkaları tarafından görülmek istediğimiz biçim, topluma sağladığımız uyumun sahte maskesi.
- **Yansıtma** - Kendimizdeki (bilinç veya bilinçdışı düzeyinde) nitelikleri başkalarına atama.
- **Kolektif Gölge** - Bir kültürün reddedilmiş nitelikleri; bir grubu etkisi altına alabilecek, güdüleyici bilinçdışı etki.

3.

İçsel Çalışma

İÇSEL ÇALIŞMA NEDİR?

Jung, kendi kurduğu psikolojiyi öncelikle bir teoriler bütününü olarak değil, daha ziyade uygulamalı bir pratik olarak görüyordu. Jungiyeen psikoloji *yaptığımız* bir şeydir. İşleyişi, kendimizle daha büyük bir ilişkiye girmek, sıradan bilinçli farkındalığımızın ötesindeki taraflarımızı keşfetmek ve onlarla ilişki kurmaktır. Rüyalara kulak vermek bu uygulamanın tanımlayıcı bir örneğidir; rüyalarda içimizde yaşayan ve etkin olan daha derin sesleri keşfederiz. Fakat bunu yapmanın başka yolları da vardır: günlük tutmak, yaratıcı sanatsal çalışma, etkin imgelem, kehanet, ilişkilerin gözlemlenmesi, analiz ve psikoterapi, vs. Tüm bu uygulama biçimleri kendi hayatlarımızda bilinçdışının etkinliğini görmemizi sağlamaya çalışır.

Bu biçimler dahilinde içsel çalışma, Jung'un "bireyleşme" dediği şeyi –yani olduğumuz kişinin detaylı planının hem bilinçli hem de bilinçdışı benliğimizi kapsayarak hayata geçirilmesi– geliştirmemizin arayışındadır. Bireyleşme, daha fazla olduğumuz kişiye dönüşmek, kendi içimizde daha az bölünmüş ve daha az bozulmuş olmak anlamına gelir; içsel iyileşmenin hayata geçirilmesidir. Jung, içimizdeki farklı niteliklerle bağlantı kurmaya dair kendi deneyimlediği sürecinin

daha fazla bütünlük –daha sağlıklı içsel bütünleşme– doğurduğunu gördü. Olduğumuz kişiyi daha fazlasıyla görebilmek ve kabul edebilmek konusunda daha iyiye gitmek, bilinç ile bilinçdışı arasında daha az içsel uyumsuzluk olduğu anlamına gelir. Bu genelde daha iyi bir hayat sürmemizi mümkün kılmakla kalmaz, aynı zamanda başkalarıyla da daha iyi ilişki kurarız ve etrafımızdaki dünyaya daha net bir bakış geliştiririz. Böylelikle, içsel çalışmayı safi egoist, egosantrik bir kendine dönüklük değil, tinsel bir arayış, başardığımız veya denerken başarısız olduğumuz bir görev olarak anlayabiliriz. Bilinçdışıyla etkili çalışma egonun oluşmasını sağlayan bölünmeyi şifalandırır.

Jung şu konuda ısrarcıydı: “Rüyalarımızla yakından ilgilenmek kendimiz üstüne derinlemesine düşünmenin bir yoludur.

Jung’a göre içsel çalışma “zihin bahçivancılığının” bir biçimidir. Çalışma vasıtasıyla ruhumuzu besleriz ve daha yüce bir şeye evrilmesinin önünü açarız.



...Egomuz değil, benliğimiz üstüne düşünmek; egoya yabancı, başından beri bizimle olagelmış, içinden egonun çıkıp büyüdüğü o gövdeyi, o garip özü anımsamaktır. Bize yabancısıdır, çünkü bilinçli zihnin sapmalarıyla kendimizi ondan uzaklaştırmışızdır.”³²

İçsel çalışmayı bir nevi içsel bahçıvanlık, içimizdeki doğal kişisel gelişim sürecinin ileriye götürülmesi olarak görüyordu. Bireyleşme, olduğumuz meşe palamudunun olabileceğimiz bir meşe ağacına dönüştüğü (Jung’un bizzat sunduğu alternatifini kullanacak olursak bir eşeğe değil, bir meşe ağacına) süreçtir. Kendimize, hayata ve bilinçdışına karşı tutumumuz vasıtasıyla bu süreci (genelde ağırlıklı olarak bilinçsizce) kolaylaştırır veya zorlaştırırız. Bireysel benliklerimizin mümkün olan en tam haline serpilme, yalnızca kişisel bölünmelerimizin ve yaralarımızın üstesinden gelmeyi değil, ailesel ve toplumsal yaralanmalarımızın da üstesinden gelmeyi gerektirir. Hayattaki deneyimlerimizin, ailelerimizle ve dünyayla olan deneyimlerimizin biçimleri, sağlıklı gelişimimizi sekteye uğratır. Bu görevin zor tarafı, dışarıdan, objektif birinin yardımına neredeyse her zaman ihtiyaç duyulmasıdır. Fakat kendimize ve terapistimize karşı dürüst olmayı ve gerçekten yeni bir şeye alan açmak için mevcut benliğimizi serbest bırakmaya gönüllü olmayı da gerektirir (ki ikisi de zor olabilir).

Hem mevcut, bilindik ego benliği hem de bilinçdışı potansiyelimizin daha fazlasını içeren kendimizin gelecekteki bir versiyonunu dahil ederek gerçekte kim olduğumuzu araştırmak, Jungiyen psikolojinin arayışıdır. Bu bölümde, içsel çalışmanın dört ana yöntemine bakacağız: rüya yorumu, etkin imgelem, gölge entegrasyonu ve Jungiyen analiz. Jung,

kişisel potansiyelimizi hayata geçirmenin, kişisel şeytanlarımızla mücadele etmenin, tinsel manada bağlantı kurmak için kendi yolumuzu bulmanın ve benliğimizi bütünüyle yaşamının kişisel bakımdan faydalı olmakla kalmayıp çağımızın kolektif tinsel hastalığını iyileştirmenin de bir yolu olduğuna inanıyordu. Kültürümüzün her köşesinde yaşayan bölünmeyi şifalandırmanın yolu budur.

RÜYA YORUMU

Rüyaların yorumlanması insanlığın bilinçdışıyla etkileşiminin özgün biçimidir. İncil'deki Yakup'tan *Gilgamiş Destanı*'na ve yerel geleneklerimizin tamamına varana kadar, atalarımızın rüyaların bilgeliğine duyduğu merakın ve saygının göstergelerine rastlarız.

En saygıdeğer peygamberlerimizin ve en sevgili şairlerimizin pek çoğunun en kıymetli ilhamları kendilerine uykudayken gelmiştir. Kültürümüzde uyanık zihnin aydınlık farkındalığını vurgulamak rağbette olsa da rüyaların geleceği işaret eden, önümüzdeki tehlikelere karşı bilişsel olarak önceden uyarı sağlayan uzun bir tarihi vardır. Shakespeare'in *Julius Caesar*'ında, karısı Calpurnia, rüyasında yakın zamanda öleceğini gördüğünü söyleyerek Caesar'ı uyarır ve insanlar bu tür deneyimlerden açık açık (mesela bir partide) bahsetmezken bu tür rüyalar gerçek hayatta hiç de sıradışı değildir. İnsanlar böyle şeylerden özgürce söz edemiyor olabilir fakat terapistlerine ve yakın arkadaşlarına anlatırlar. Meydana gelmiş bir trajediyi rüyasında görenler genelde insanları uyararak veya o olayları önlemek için bir şeyler yapmamış olmanın suçluluğuyla baş başa kalır. Fakat materyalizme fazlaca

inananların olduğu bir dünyada yalnız bir peygamber olarak öne çıkmak zordur. Yunan mitinde Cassandra'nın laneti, geleceğı görmek fakat başkalarını kendine asla inandıramamaktır ve bugün pek çok insan bu tür deneyimlere sahiptir. Jung 1913 ile 1914 yıllarında, yakında baş gösterecek olan I. Dünya Savaşı'nı yansıtan kan, ölüm ve yıkım nehirlerinin olduğu berbat rüyalar görmüştü fakat rüyalarındaki önseziyi kabullenmenin kültürümüz için ne kadar zor olduğunu anladı.

Freud ve Jung rüya yorumlamaya duydukları ilgi sayesinde bir araya geldi ve nihayetinde ayrılıklarına yol açan da bu konudaki anlaşmazlıkları oldu. Freud rüyaları kılık değiştirmiş dilekler olarak görüyordu. Jung ise rüyalara içimizde sembolik bir dilde konuşan doğal fenomenler olarak bakıyordu. Tam da bu yüzden mitler ve masallar rüyaların anlaşılmasında oldukça faydalıdır, çünkü bir sembolün sahip olabileceğı çeşitli anlamları betimler. *Amplifikasyon*, Jungiyan psikolojide, sem-



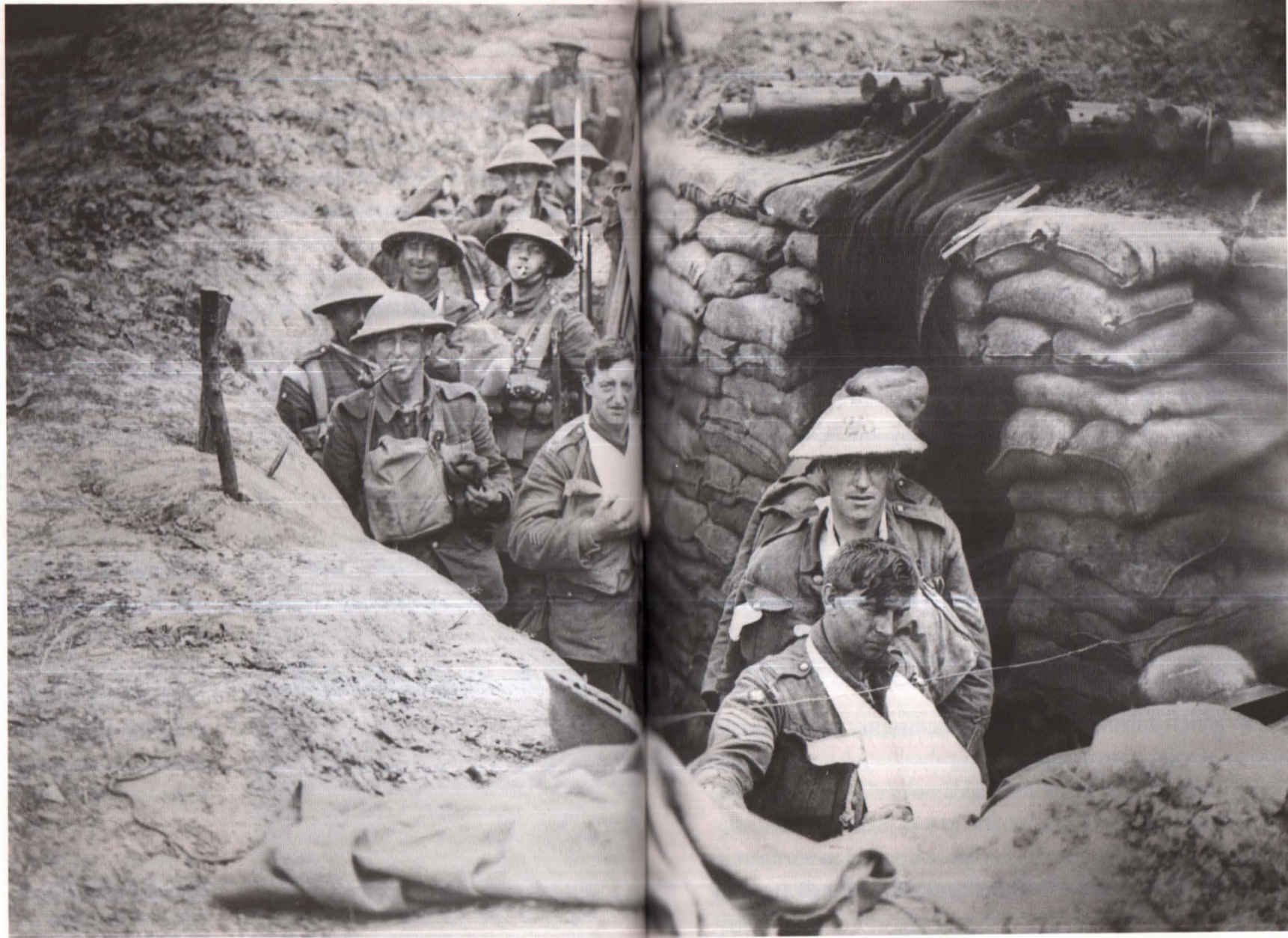
bollere mitolojideki çeşitli anlamları üzerinden bakmaya ithafen kullanılan terimdir. Ancak rüyaları anlamak için mitleri kullanmak, içerideki bir imgeyi dışarıdaki bir mitle düpedüz eşit tutmak anlamına gelmez. Jung'un yaklaşımı tam tersidir. Jung'a göre mit, tefekkür alanını açmak için kullanılır; rüyayı görende anlamlı bir duygulanımsal karşılık uyandıracak bir cevap bulma umuduyla rüyanın işaret ettiklerini bilme yaklaşımı benimsenir. Amplifikasyon, veya rüyaların yorumlanmasında mitleri kullanmak, kimi zaman rüyayı gören kişilere kendi ussal zırhlarının ötesine geçip rüyada var olan

duygusal hakikate ulaşmada yardımcı olabilir. Her imgenin envaiçeşit sembolik yorumlamaları vardır, bilgimizce tüketilmeyen fakat henüz bilinmeyen veya henüz hesaba katılmamış usdışı olasılıklara bile alan açar.

Bir analist, rüyayı gören kişinin rüyasına ilişkin hangi çağrışımların ortaya



Carl Jung'un Martha Freud'a gönderdiği bir kartpostal (1907). Jung ve Freud sık sık irtibat kurardı.



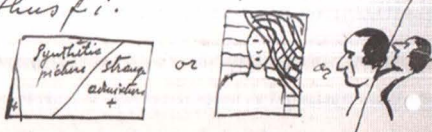
Carl Jung 1913 ve 1914'te rüyasında kan ve yıkım görmüştü, yani I. Dünya Savaşı'nın gelişini öngörmüştü.

çıkıldığını merak edebilir: “Bu imgeler size ne söylüyor? Sizce bu imgeler neye gönderme yapıyor olabilir?” Böyle bir sürecin hem faydaları hem de kısıtlamaları vardır. Çağrışımında çok ileri gidersek rüyanın kendi gerçekliğini yitiririz. Bir rüyayla ilgili ani kişisel çağrışımlar faydalıdır fakat bir rüyanın anlamını keşfetmek için çağrışımlara bel bağlanmamalıdır.

Jung’un rüya yorumuna ilişkin ilk emri, rüyaların sembolik bir dil konuşuyor olmasıdır. Mitler, rüyayı gören kişinin içinde “jetonu düşürecek” anlamın arayışındayken rüyanın imgelerini zenginleştirmek için kullanılır. Fakat Jung’un ikinci emri, tabiri caizse, arazinin haritasında kafa karışıklığı yaratmak değil, yol gösterici olmaktır. Sembolün hiçbir sözlük tanımı, canlı manzaranın, yani rüya dünyasının yerini alamaz; kişi bir bilgisi yokmuş gibi işe koyulmalıdır ve kendi özel teorisini rüyayla bir tutmamalıdır. Üçüncü olarak, en iyi si rüyanın teşhirine, ortamına ve imgelerine bağlı kalmamız tavsiye edilir. Aşırı fantastik yorumlarda veya aşırı basite indirgenmiş teorilerde kaybolmak yerine daima her rüyaya, rüyanın eylemine ve rüyayı gören kişinin gerçek yaşamıyla nasıl ilişkilendiğine dönün. Bırakın rüya kendi adına konuşsun ve sabırla ona geri dönün. Son olarak, zaman içinde ortaya çıkan rüya dizilerindeki temaları izlemeliyiz.

En genel anlamda rüyalar bilinçdışının hayatımızdaki olaylara verdiği yanıttır. İçimizdeki ruhsal sağlık veya hastalık durumunun bir açıklamasıdır; yaklaşan şeyler için bir uyarı bile olabilir. Jung, ruhun, tabiatı gereği kendi kendini düzelttiği, doğal bir iyileştirme işlevine sahip olduğu görüşünde olduğu için ekseriyetle rüyaların yanlış bir bilinçli tutumu telafi ettiğini düşünüyordu. Dahası Jung, ruhun büyümesi-

toxic symbols (in visions) endles variation without improvement in significance is characteristic, the same with fever visions. Another important pathological symptom is the admixture of elements, which destroy or upset the intended significance, particularly so in schizophrenia. You mention Mrs M Earwick in your letter. She was such a case of latent Sch. and was very much on the edge, when I treated her. She dreamt right in the beginning of her analysis of a tree struck by lightning and split in half. ("Bruchlinii"!.) This is, what one calls, a "bad" symbol. Another case, that suffers now from hallucinations and ideas of persecution, formerly produced pictures with Bruchlinii breaking lines, thus f.i.



A great and puzzling problem is the "intended meaning or significance" of a symbol. It hangs together with the much bigger problem, whether the unconscious symbolization has a meaning or aim at all or whether it is merely reactive stuff i.e. echoes of the past. I must say, I am inclined to assume, that the archaic material is merely a means to an end. It is, as far as

Carl Jung'un Amerikalı fizikçi Smith Ely Jelliffe'e gönderdiği, semboler sorununu açıklayan bir mektup.

nin bilinç ile bilinçdışı arasında durmaksızın bir ileri bir geri gitme süreci olduğuna inanıyordu; mevcut benliklerimizden durmaksızın açılıyor, olduğumuz kişinin daha iyi, öncesinde bilinçdışımızda olan parçalarımızı kapsayan bir haline serpiliyoruz. Rüyalar bu büyümeyi kolaylaştırır, bu konuda belki de

herhangi bir doğal işlevden daha çok iş görür. İçimizdeki bu süreci rüyalarımıza ortak olduğumuz ölçüde ilerletiriz.

Belki de rüyaları deneyimlemeyi bu kadar büyümlü kılan şey gerçek yaşamlarımızla ilişkilendirme biçimleridir. Rüyalarımızdaki gerçek ve kişisel anlamı keşfetmek derin bir deneyimdir ve Jung bu anlamı keşfetmenin üç yaygın yolu olduğunu görmüştü. Biri, rüyalara nesnel düzlemde bakmaktır; yani karakterler ve eylem gerçek yaşamımızdaki insanlara gönderme yapıyor olarak düşünülür. İkincisi, rüyaları öznel düzlemde inceleyebiliriz; bu yöntemde her bir figür içimizdeki kişisel bir şeyleri temsil ediyor olarak görülür. Üçüncüsü, bir rüya arketipsel düzlemde bir anlam içeriyor olarak görülebilir; yani içimizdeki kolektif seslerle veya daha büyük bir dünya için amaçlanan bir anlamla karşılaşırız (dördüncü ve altıncı bölümde arketipler üzerinde daha çok duracağız). Tek bir rüya üç düzlemin hepsinde eşzamanlı olarak bir anlama sahip görülebilir.

Günümüzde, modern Jungiyanlar rüyaların alanını tanımlarken bu alanın kendi gerçekliği olduğunu söyler. Robert Bosnak rüya için “Yalnızca bir hikâyeden, bir filminden veya sınavdan veya bir tiyatro oyunundan ibaret değildir. Rüya bir alanda gerçekleşen olaydır, alanın eklemelenmesidir. Uykudan uyanmamız üstüne kendimizi ‘rüya’ dediğimiz bir alanda buluruz,”³³ demişti. Rüyaların kendi gerçekliği vardır ve uyanıktan hemen sonra veya hatta bazen sonraki günlerde de belirli bir rüyanın alanına yeniden girebilirmiş gibi hissederiz. Rüyalar, bilincimizin biz uyanık değilken gittiği bir alanda gerçekleşir. Rüyalarda seyahat ettiğimiz alan içsel doğal dünyadır ve fiziksel gerçeklikte her gün yolumuzu bulduğumuz dünya kadar gerçektir.

Genelde rüyalara soru sorarak karşılık veririz: “Bu rüya benim için ne anlama geliyor?” Veya belki de: “Bu rüyayı neden gördüm?” Bir başka yaklaşım, rüyaları daha ilişkisel olarak incelemek ve onları kendimizle yakın ilişki kurabileceğimiz canlı bir gerçeklik olarak görmektir. Pacifica Graduate Institute of Santa Barbara’nın kurucusu Dr. Stephen Aizenstat DreamTending™ yaklaşımını geliştirdi: Dış dünya kadar gerçek olan imgelem dünyasında rüyaları dinlememizi, rüyanın öne çıkmasına ve kendini imgesel olarak açmasına müsaade etmemizi isteyen bir yaklaşım. Aizenstat rüyalarla iletişim kurarken şöyle sormamızı önerir: “Şu an kim ziyaret ediyor?” ve “Burada ne oluyor?” Çağrışım ve amplifikasyona canlandırmayı da ekler. Canlandırma, bir rüyaya içindeki figürler ve manzaralar canlıymış gibi davranmaktır. Rüyalara katılım göstererek onları meydana çıkmaya davet ederiz.

Elbette rüyalarımıza yönelirken ilk adım, onları yazarak veya kaydederek arada bir ilişki geliştirmektir. İçsel dünyayla bu şekilde günlük bazda ilişki kurma pratiği onunla olan ilişkimizi ileri taşır. Her birimiz sahip olduğumuz içsel yaşamla bağlantı inşa ederiz. Jung rüyalarını kaydetmekle kalmamıştı, onların resmini ve oymasını da yapmaya başlamıştı. Mürekkep, boya ve ahşapla rüyalarındaki imgeleri betimlemek için upuzun saatler harcadı. Jungiyeenler sürecin bu parçasını çok önemli görürler: Kısa ömürlü bir şeyi somut bir şeye dönüştürerek onu onurlandırırız. Gayrimaddi rüya imgesini somutlaştırıp ona maddi bir biçim kazandırdığımızda kendi başına yapamayacağı bir şeyi yapmış oluruz.

Keza Jung da rüyaların mesajlarının bize bedeninin ve gerçek yaşamlarımızın ikilemlerinin “aşağılarını” ne kadar sık işaret

ettiğini fark etmişti. İçimizdeki bu iyileştirici güç, bizi tinsel-
leştirip fiziksel dünyanın dışına itmek yerine bizi canlandırır
ve onunla olan ilişkimize geri dönüş yolu açar. “Rüyaların
yorumlanması bilinci öyle zenginleştirir ki bilinç, içgüdüle-
rin unutulmuş dilini yeniden öğrenir.”³⁴ Aizenstat da hayvani
bedenimizle bağlantı kurmayı rüyalara verdiğimiz karşılığın
gerekli bir parçası olarak görüyordu. Rasyonel zihnimizin sık
sık anlam arayışına girmesi, bizi rüyalarda karşılaştığımız can-
lı imgelerle ilişki kurma kapasitemizin dışına atar. “Rüyalarla
yaşadıkları yerde buluşmak için rüyaya girmeyi ve içinizdeki
analizciyi arkada bırakmayı öğrenmeniz gerekir.”³⁵

ETKİN İMGELEM

Jung’un bilinçdışına yaklaşımı temelde ilişkisel bir yaklaşımdır. Psikolojik semptomları dikkate alarak bizi içimizde konuşan canlı bir şeyi fark etmeye yönlendirir. Eğer (Budistlerin tabiriyle) “maymun beyni” kapatabilir ve içimizi usulca dillersek bizimle semptomlar halinde konuşan o sesler imgeler halinde konuşacaktır.

Jung bu sürece *etkin imgelem* adını verdi. Bu süreç, ruhun kendini ifade etmeye çalışmak için içimizde hareket ettiğine inanmakla başlar. Eğer içsel imgelere kulak verebilir ve onları farkındalığımızda tutabilirsek imgelerin hikâyeleri de gelişim gösterir. Bu sürece hizmet etmek için akan hikâyeleri somutlaştırmalıyız. Bu hikâyeleri yazın, daha da iyisi, onları çizin veya resimlerini yapın. İçimizde yaşayan bilinçdışıyla ilişki kurun. Eleştirel zihin tarafından ele geçirilirse süreç tıkanacaktır. “Bilinçdışının rehberlik etmesine izin verirsek”³⁶ de süreç ilerleyecektir.

Etkin imgelem esnasında kişi bir imgeye veya duyguya odaklanır; ardından “bağlantılı fantezilerin gelişmesine ve yavaş yavaş dramatik bir karakter edinmesine izin verir”.³⁷ Süreç ne basit bir gündüz düşünce dalmak (pasif imgelem) ne de bilinçli keşiftir, daha ziyade bilinçli farkındalığın içsel bilinçdışı dünyasıyla samimi bir karşılaşmasıdır.

İlk bariyer bilinçli zihnin kuşkusudur. Diyaloğun hayata geçmesini sağlamak için içsel imgelere yeterince gerçeklik katmak zor olabilir. Etkin imgelem, bir teknikten ziyade bilinçdışına yönelik bir tutumdur; onun gerçekliğini ciddiye alan ve kendi başına “yaşamasına ve nefes almasına” izin veren bir tutum. Kişinin içimizde hareket eden çeşitli komplekslere varoluş kazandırması gerekir. Bu varoluşu kabule giden yol oldukça zordur, çünkü bilinçli egomuzla tanımlanmaya ve içimizdeki tüm diğer sesleri azletmeye alışkınız. Humbert, “Bilinçliliğin temelini oluşturan sansür ve savunma mekanizmaları bilinçdışının dinamik dışavurumlarını allak bullak eder, saptırır ve bulandırır,”³⁸ der.

Bir kez kuşkunuzdan kurtulup duyarlı hale geldiğinizde bir sonraki adım bir yandan süreçle kendi başınıza bilinçli bir şekilde yakın ilişki kurarken bunu sürdürmektir. Hem duyarlılığımızla hem de etkin dostluğumuzla misafirimizin gönlünü hoş tutarız. Dinler ve sonra konuşuruz, belki bir soru sorarız veya hatta bize gerisingeri söylenen şeyle tartışır ve onu geri püskürtürüz. İlişki kurma eylemi içsel bir fantezi veya kafada canlandırma süreci, bir diyalog veya sanatsal bir yaratım olabilir.

Jung kendi içdünyasıyla ilişkisini sayısız dış dünya nesnesine dönüştürdü. Eskizler, yazılar, resimler, ahşap oymalar, taş

oymalar ve diğer öğelerin hepsi, kendi içsesini onurlandıran bir eylem sayesinde vücut buldu. Tüm yaratıcı çalışmalar bu içsel gerilimin ürünü olarak düşünülebilir: Yaratıcı ses sizden ne doğsun diye dürtüyor? İçsesiniz neler fısıldıyor?

Etkin imgelem, egonun bilinçdışıyla yüzleşmesi değildir, daha ziyade egonun görüşüyle tekbiçimliliğin dışına bir adım atmak ve içimizdeki bir başka kaynağı ağırlamaktır. İçimizdeki bir ötekinin –belki de pek çok ötekinin– duyulmasına olanak sağlamaktır. İşleme biçimi, alışkın olduğumuz bakış ile yeni ses arasındaki gerilime tutunmaktır. O gerilime tutunmak iyileşmeyi getirebilir. Bilinçliliğin bilinçdışıyla girdiği dinamik ilişki olarak etkin imgelem, bizimle birlikte varlığını sürdüren daha büyük bir içsel birliğe etki edebilir: Jungiyenlerin *bütünlük* dediği şeye. Etkin imgelem, “bilinçdışının kendi kaynaklarını, çözülmüş materyalleri yavaş yavaş bir araya getirip bilinçli egoyla bir ilişkiye dahil ederek”³⁹ iyileştirir.

Bu, gerçek iyileşmeye etki eden bir süreç olduğundan çalışmaya derin bir saygıyla yaklaşmak isteyebiliriz. Bunu tinsel açıdan anlamlı görebiliriz. Etkin imgelem dünya çapında kehanette bulunma pratikleriyle ve şamanistik pratiklerle benzerlik gösterir. Burghölzli’de Jung’la birlikte eğitim görmüş olan Jungiyen analist Alfred Adler, bize bu sürecin, bilinçdışını “ruhumuzun gerçekten tesirli ve yaratıcı katmanı” olarak kabulünü ortaya çıkardığını ve “...gerçek ihtiyaçlarımızın bütünleşmeyle ve bu ihtiyaçlara erişmeyle alakalı üstün bilgisini taşıdığını” hatırlatır.

Aynı nedenden ötürü, genellikle yalnızca analizin ilerleyen dönemlerinde veya eğitilmiş uzmanlara veya diğer hünerli psikoloji görevlilerine erişimimiz olduğunda bu sürece girilmesi



Carl Jung'un yazdığı *Kırmızı Kitap: Liber Novus*'tan "Altın Kale"nin bir çizimi.

önerilir. Bilinçdışının derinlerine girmek hem muhteşem bir iyileşme potansiyeli hem de gerçek psikolojik tehlike taşıyan bir yolculuktur.

GÖLGE ENTEGRASYONU

Jung, hastalarının yaşamlarında herkes için tek bir patika olmadığını gördü: “Bir insana uyan ayakkabı bir başkasını sıkar; her duruma uyan bir yaşam reçetesi yoktur.” Ayrıca yaşam yolundaki hatalarımız, kötü kararlarımız veya yanlışlıklarımızdaki psikolojik değeri de görme eğilimindeydi: “Ne yazık ki bütünlüğe giden yol vahim sapmalar ve yanlış dönemeçlerden oluşur.” Jung’un çevresinde oluşan ilk topluluk dünyevi nimetlere psikolojik tehlikelerinden (enflasyon gibi) ötürü potansiyel olarak korkulan bir şey gözüyle bakar ve hayattaki zorlu olayları müthiş büyütme potansiyellerinden ötürü kutlanacak bir şey olarak görür oldu: “Kovuldun mu? Tebrikler!”

Jung gölgeyi potansiyel değerini yattığı bir yer olarak görürdü. Eğer dürüstçe yüzleşebilir ve ne olduğuna bakabilirsek, budalalığımız bilgelik kaynağı olabilir. Her insanın gölgesi farklıdır, bu da gölge entegrasyonunu tanımlamayı oldukça zorlaştırır. Hepimizin büyümesi gereken farklı alanlar veya bütünleşmesi gereken farklı yönler olabilir fakat süreci anlamanın geçer yolları vardır.

Gölgeyi anlamanın klinik psikolojik yollarından biri bastırılmış çocukluk travmasıdır. Jung gölgenin çocuksu benliğimiz olduğunu sık sık söylerdi. Böylelikle gölgeyi en erken deneyimlerimizden hâlâ en çok yaralı olan parçamız olarak anlayabiliriz. Büyümek neredeyse her zaman utançla dolu bir

deneyimdir ve hepimizin bölünmüş, ilkel bir benliği vardır. Tam da bu yüzden insanların çoğu gölgeyle bütünleşmek için yetkin bir uzmanın psikolojik yardımına ihtiyaç uyar.

Gölge çocukluğa ait psikolojik materyallerden oluştuğu için genelde bedenlerimizle ilişki kurma biçimimizle bağlantılıdır. Çoğumuzun ilk utanç deneyimleri bedenimizden kaynaklanır. Dolayısıyla pek çok insan için gölgeyle bütünleşmek bedenlerimizle ilişkimizi şifalandırmak anlamına gelir. Toplumumuz bedenlerimizle bağlantımızı koparma konusunda oldukça başarılıdır; doğrusu hiç şimdiki kadar başarılı olmamıştı. Günün büyük kısmında her yanımız ekranlarla çevrili ve çocuklar bu ekranlarla büyüyor. Video oyunları her yerde ve filmlerden daha çok kazanç sağlıyorlar. Bilinçlilik, içgüdüsel tepkilerimizi kısıtlama yeteneğimizi ortaya çıkarır fakat aynı farkındalık fiziksel benliklerimizden tam bir kopukluk haline geldi artık. Dijital temsillere ve soyutlamalara bu kadar bulaşmış olmamızın üstümüzde bir etkisi var. Kafamızın içinde çok fazla vakit geçiriyoruz. Düşünselleştirme gerçek bir sorun, etrafımızda dönen dünyanın gerçekliğini yitirdiğimiz bir yoldur. Büyük Jungiye analist Ann Belford Ulanov bu durumu şöyle tarif eder: “Postmodern küreselleşme beraberinde pek çok fayda getirdi fakat aynı zamanda bizi o kadar çok duyum ve bilgi bombardımanına tuttu ki hususi bir konuma, bedene, topluma demir atmak nedir bilmeyen, gelişigüzel bir tür uyarılma sorununa dönüştü.”⁴⁰

Bu yüzden kimileri için gölgeyle bütünleşme, gerçek konumlarını, gerçek bedenlerini ve gerçek toplumlarını iyice kazmaları anlamına gelir. Bugün gölge entegrasyonundan genelde anlaşılan şey yaşama biçimimizi değiştirmektir.

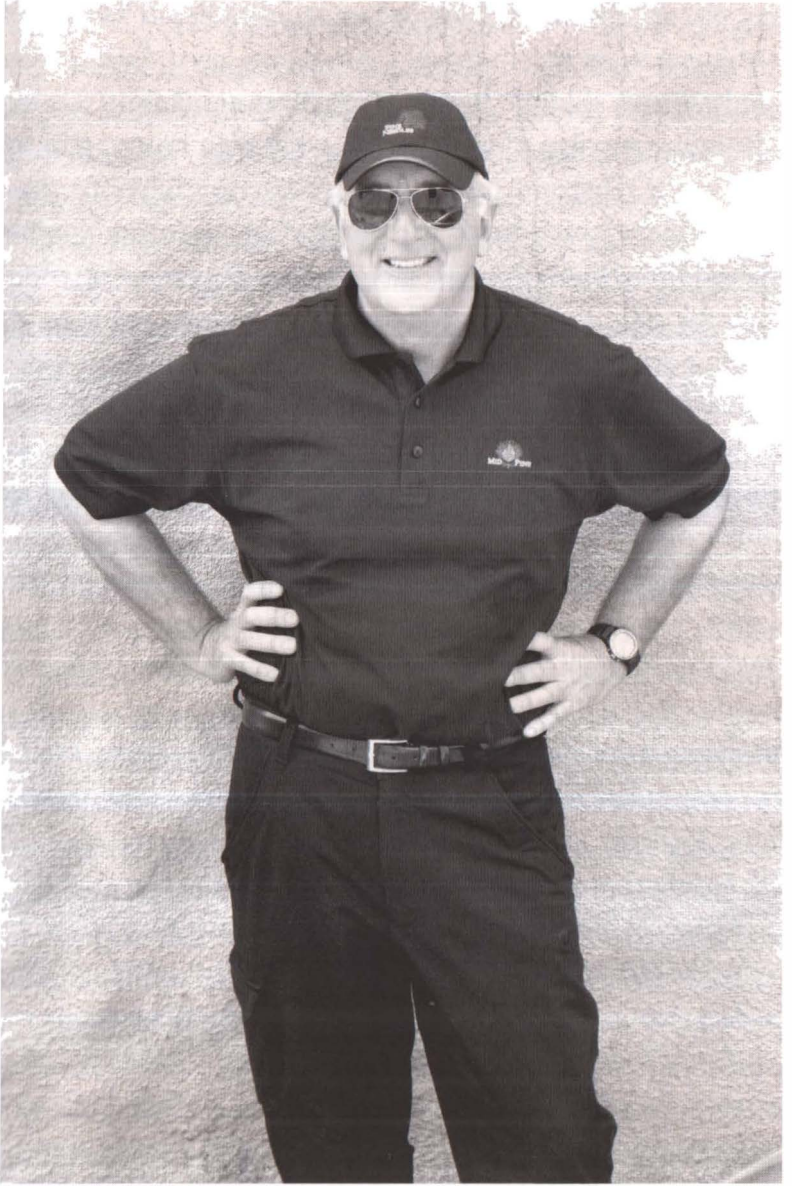
Beslenme düzeninde değişiklik, daha çok egzersiz, bir spor veya yeni bir-iki cinsel numara öğrenmek anlamına gelebilir.

This Jungian Life podcast'inin sunucuları, gölgeyi en az sevdiğimiz şeylerde, bizi rahatsız eden şeylerde, bizi tetikleyen veya tiksindiren şeylerde aramamızı önermişti. Verdiğiniz tepkinin kontrolü altındayken bir kalem ve kâğıt alın, sonra da hissettiğiniz her şeyi yazın. Meraklanın. O konuyla ilgili sizi en çok rahatsız eden nedir? En azından asgari düzeyde, sizin için güçlü olan bir şeye yakınlaşırsınız.

Jungiyen analist ve yazar June Singer, etkin imgelemin genelde gölge çalışmasına çıkan bir patika olduğunu, çünkü açığa çıkardığı şeylerin büyük çoğunlukla içimizdeki o reddedilmiş sesler olduğunu belirtir: "Başarılı bir şekilde bir tür diyaloga girebilmiş olanlar, bunun telkinden veya 'bilinçdışını tohumlamadan' farklı bir şey olduğunu bilir. Egonun kontrolcü eğilimleri askıya alındığında açığa çıkan materyal genelde en az umulan veya istenen şeydir."⁴¹

Etkin imgelem sürecini bu şekilde değerlendirmek bizi kendi yaratıcı çalışmalarımıza farklı bir gözle bakmaya götürebilir. Bu yalnızca bir fantezi değildir, aynı zamanda içimizde ortaya çıkmak isteyen bir şeylerin serbest bırakılmasıdır. Bereketli yeni çalışmalar genelde içsel gerilimlerimizin yan ürünüdür ve bu gerilimlere bir rahatlama sağlar. Sanatçının çalışması yalnızca seyirci için değildir, aynı zamanda sanatçının iyileşmesi içindir.

Senarist Steven Pressfield, yaratıcı çalışmalarımızda gölgenin *direnış* olduğuna işaret eder. Bizi yaratmaktan alıkoyan şey direniştir, der. Faydalı kitabı *The War of Art*'ta gölgeyi, potansiyelimizi ve en iyi benliğimizi yaşamamızı engelleyen



Yazar Steven Pressfield yaratıcı çalışmayı engelleyen şeyin gölge olduğunu iddia ederek Jungiyen bir yaklaşım benimser.

şey olarak tasvir eder: “Pek çoğumuzun iki hayatı vardır. Yaşadığımız hayat ve içimizdeki yaşanmamış hayat. İkisinin arasında direniş dikilir.” Jung’a göre gölge, olduğumuz kişinin bütününe meydan okur. İçimizde etkin olan bunun gibi bir güç vardır. Doğanın, ruhu düzenlediğini gördüğümüz daha geniş eylemi, var olmak için farkındalık ister, öte yandan gölge bilinçdışında kalmak ister. En azından bir nebze olsun karanlık edimlerimizin gözden ırak kalmasını, çoğunun da kendi gözümüzden ırak kalmasını isteriz. “Bilinçdışı bilinçli olmak ister ama tam da istemez.”⁴²

Görmeyi tercih etmeyeceğimiz taraflarımızı görmenin gerilimine tutunmakla yüklü böyle bir dinamik içinde bağımlılıkla ilişkiyi görmek kolaydır. Bağımlılık, en yaygın gölge deneyimlerinden birini sağlar; safi bilinçli irademizle bir parçamızı kontrol edemiyor olmak gerçekliğin deneyimi ve gölgenin gücüdür. Gölge bağımlılık aracılığıyla ortaya çıkar ve kendini bağımlılık üstünden dışavurur; fakat böyle zamanlarda oyuna dahil olan karmaşık içsel dinamikler vardır ve bunların üstesinden gelmenin en iyi yolu genelde klinik çalışmadır. Jung, kişilerin “-izmlere” de bağımlı olabileceğini insanlara sık sık hatırlattı, nasyonalizm ve rasyonalizm de bunlara dahildi.

Gölgeyle bütünleşme, başarısız olduğumuz tüm yolları ve aynı hataları tekrar ve tekrar yapmaya devam ettiğimiz tüm yolları ayan beyan görmek anlamına gelir; zayıflıklarımızı yakından görmek demektir. Kaçımız en kötü niteliklerini, zaafılarını, en utanç duyduğu eylemlerini, en acı dolu başarısızlıklarını kabul etmek ister? Gölge, güç sahibi olmaya yönelik dürtülerimizde kendini gösterebilir, anne veya babalarımızın içimizdeki sesleri aracılığıyla yaşayabilir. Cinselliğimiz, din-

darlığımız veya finansal davranışlarımız aracılığıyla gölgeyi dışavurabiliriz. Diğerlerini başarısızlığa uğratma yoluyla da gölgeyi dışavurabiliriz. Gölge çalışması, geçmiş pişmanlıklarla ve zorlu içsel gerçekliklerle mücadele etmek anlamına gelir. Gölgemiz ağır çekimde yaşadığımız ahlaki ikilemlerdir.

Jung şöyle demişti: “Bu entegrasyon, kişi gölgeyle derinden bağlı olan eğilimlerini kabul edemediği ve bu eğilimlerin bir nevi farkına varma ölçütü olmasına izin veremediği –elbette gerekli eleştiriyle kıvama getirerek– müddetçe gerçekleştirilemez ve faydalı bir amacın hizmetine koşulamaz. Bu da itaatsizliğe ve kişinin kendisinden tiksinesine yol açar fakat aynı zamanda kendi kendine yeterlik de getirir, ki bu olmadan bireyleşme düşünülemez.”⁴³

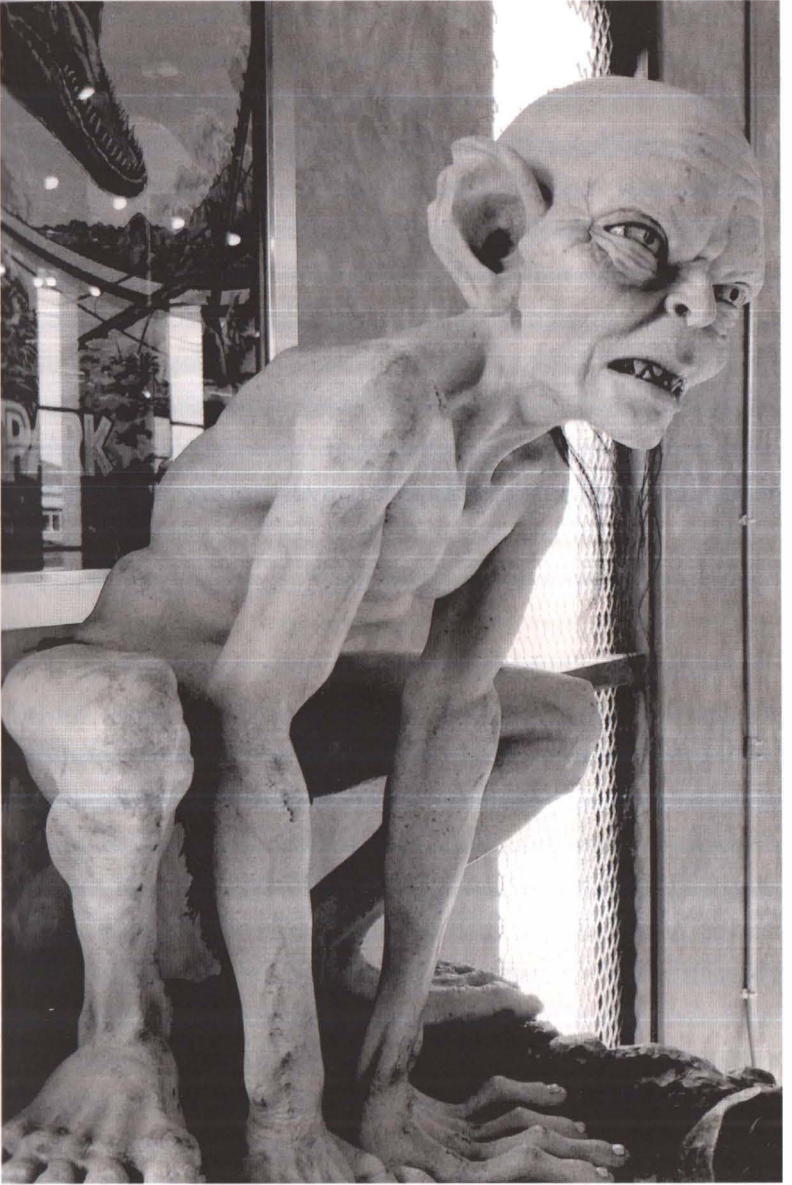
Gölgeyle yüzleşme genellikle orta yaşlarda gerçekleşir ve halledilmesi gereken en zorlu psikolojik vazifelerden biridir. Çoğunlukla kendimizde tahammül edemediğimiz ve kabul lenmekte oldukça zorluk çektiğimiz geçerli nitelikleri görmeye başladığımızda yüzleşme, bilinçli olarak niyetlenmesek de başlar. Gölge “bir kişinin olmayı istemeyeceği şeydir”. O bölünüp ayrılmış parçamız, reddettiğimiz değerleri ve kendimizde görmekten hoşlanmadığımız nitelikleri ihtiva eder. Fakat Jung’un fark ettiği üzere gölge, farkındalığımıza daha çok entegre olmayı ister. Süreç içinde beklenmedik şeyler yaşanır.

Jungiyenlere göre kişisel gölge aynı zamanda canlandırıcı bir figürdür. Gölgeyle bütünleşme, kayıp enerji ve ilham kaynaklarına bağlanmak anlamına gelir. İçimizdeki gereksiz katılıkların gevşemesi ve hayata karşı tutumumuzun genişlemesidir. Genelde içimizdeki tinsel merkeze daha güçlü, yaşam dolu bir temas anlamına gelir; çoğunlukla başkalarına

ve gelecekteki benliğimize karşı daha büyük bir inanca ve daha güçlü bir empatiye erişmek demektir. June Singer, gölge entegrasyonu başarılı olduğunda ortaya çıkan gerçek değimi şöyle tanımlar: “Dar tutumlar geniş hale gelir, tek yönlülük bir durumu pek çok açıdan görme kapasitesine dönüşür, saldırganlığın yerini verimli aktiflik alır ve pasiflik de duyarlılığa dönüşür. Değişimler genelde güç algılanır fakat derine iner ve onları deneyimleyen insanlar öncekinden daha farklı bir şekilde yaşadıklarını bilir.”⁴⁴

Gölge çalışması içimizde bir şeyi yuvasına getirir. Bu yeniden birleşmeye hizmet ederken gölgemizi içimizdeki canlı bir “öteki” olarak nitelemek iyi olur; kendimizde reddettiğimiz ve nefret ettiğimiz nitelikleri barındıran bir öteki. İçimizde yaşayan kişisel gölgeyi ve onunla ilişki kurduğumuzu hissedebiliriz: “[Gölgenin] bilincinde olmak kişiliğin karanlık yönünü mevcut ve gerçek olarak tanımayı içerir.” Hem Carl Jung hem de J.R.R. Tolkien üzerine çalışan akademisyen Becca Tarnas, Tolkien’in Gollum karakterinin içimizdeki bu figürü ne kadar iyi örneklendirdiğini gözlemler: “Neredeyse her analiz Gollum isimli yaratığın gölgeyi anımsattığını kabul eder, onu ya Frodo’nun kişisel gölgesi ya da üç Hobbit’in, yani Frodo, Sam ve Bilbo’nun kolektif gölge figürü olarak tanımlar. Buna şöyle bir ekleme yapacağım: Gollum aynı zamanda kendi gölgesinin kişileştirilmesidir, çünkü Gollum, Hobbit Sméagol’un özgün kişiliğinden bölünüp ayrılmış, apayrı bir kişiliktir.”⁴⁵

Gölgenin sesini işitmek beraberinde rahatsızlık getirir; o içimizdeki muhalif, daima fikir ayrılığı yaşayacağımız bir şeydir. Gölgeyle temas kurmak ve hatta sağlıklı bir bütünleşme



J.R.R. Tolkien'in *Yüzüklerin Efendisi* kitabındaki Gollum yarattığı Frodo'nun gölgesi olarak yorumlanabilir.

mümkün olsa da asla onunla uyum sağlamaya alışamayız. Tolkien'in *Hobbit* ve *Yüzüklerin Efendisi* kitapları boyunca baş karakterler Bilbo ve Frodo, Gollum'un bölünüp ayrılmış gölge figürüyle bir ilişki geliştirir. Gollum'u öldürme arzusu-na direnirler ve Gollum'un onlarla olan ortaklığı maceralarının başarıyla çıkar yola ulaşmasına katkıda bulunur. Benzer şekilde, Jungiyen analist Elisabeth Pomès da kendi kişisel gölgesiyle olan sürecin evrimini şu şekilde tarif eder: "İlk başta [gölgeyi] kabulün kendimin o parçalarıyla uzlaşmaya varmak anlamına geldiğini düşündüm. Yavaş yavaş meselenin bu olmadığını fark ettim: Kabul etmek ve tanımak o yönlerimi bilinçli hale getirmek anlamına geliyordu. İlla onlardan hoşlanmam veya onları bağışlamam demek değildi fakat orada olduklarını kabul etmem demekti."⁴⁶

JUNGIYEN ANALİZ

Jungiyen Analiz, bilinç ve bilinçdışının daha sağlıklı bir bütünleşmesini tesis etmenin yollarını arayan psikoterapötik bir yaklaşımdır. Bu çalışmanın neticesi bütünlük, bilinçdışının deneyimlerimize daha bütün bir şekilde yerleşmesi ve gerçekten olduğumuz kişinin daha çok sahneye konmasıdır: Yani netice bireyleşmedir. Bu çalışma, psikolojik semptomların giderilmesine, zihinsel sağlığın gelişmesine ve kişiliğin olgunlaşmasına etki eder. Kişisel anlamın ve derinleşmiş kişisel tinselliğin keşfini genellikle beraberinde getirir.

Jungiyen analist bireylere bu süreç boyunca yol gösteren kişidir. Analistler dünya çapındaki Jung enstitülerinde eğitim görür. Bu eğitimi alanlar genelde 40 yaşını aşkın kişilerdir ve çoğunlukla üniversite mezunudurlar. Eğitimi alacak adayların

başlamadan evvel Jungiye bir analistle 100 saatlik kişisel çalışmayı, eğitim programına kabul edildikten sonra da yaklaşık 350 saatlik bir başka kişisel çalışmayı tamamlamaları gerekir. Jungiye analistlerin eğitimi muazzam ölçüde klinik çalışma ve akademik eğitimi içerse de –klinik psikoloji alanında doktora programlarının çoğuyla eşit değerdedir– vurgusu, kişinin kendi materyalleriyle mücadelesi üzerinedir ve bu da Jungiye analistleri diğer psikologlardan farklı kılar.

Jungiye psikolojiye çekilen kişiler sıklıkla terapiye, terapinin büyük arketip dehlizlerini hesaba katarak girer fakat çoğunlukla psikolojik çalışma, yaşamın erken dönemlerindeki acıdan ve travmadan oluşan bataklıkla uğraşmakla ve kişisel egonun desteklenmesiyle başlar.

Hemen her danışan, veya Jungiye analizde adlandırıldığı şekilde *analizan*, bazı erken çocukluk travmalarına sahiptir. Jung, bu materyallerin çoğunun kişinin kişisel gölgesine katkıda bulunduğu gözüyle bakardı ve Jungiye analistler de yalnızca bu bağlantıları aramak için değil, erken dönem travmanın bizi psikolojik olarak nasıl etkilediğini anlamak için de eğitilir. Bağlanma kuramındaki ve diğer modern psikolojinin düşünce ekollerindeki çalışmalar günümüzün Jungiye analistlerinin eğitiminin bir parçasıdır.

Çoğu analizan, bilinçdışının içeriklerini bütünleştirmeden evvel ilk olarak kendi kişisel egosunu desteklemelidir. Bu takdirde terapist, kişiliğin olumlu parçalarını sağlamlaştırmak ve danışana kendi kabiliyetlerini ve iyi niteliklerini fark etmesine yardımcı olmak için çalışacaktır. Analist ile analizan arasındaki özgün ilişki, egonun daha sağlıklı bir hale evrilmesini sağlamanın bir yoludur. Analistin danışana karşı kişisel olarak ilgili

duruşu, Jungiye ve Freudyen yaklaşımlar arasındaki temel farklardan biridir. Jungiye terapistler, sessiz nesnellik veya soğuk mesafe tavrını takınmak yerine danışanlarına kendilerini açarlar. Onlarla kurdukları duygudaşlık konusunda şeffaftırlar ve bir tarafın diğeri hakkında nasıl hissettiğine ilişkin farklılıkların tartışılmasını hoş karşılarlar. Analist ile danışan arasında özgün bir ilişkinin geliştirilmesi, Jungiye terapide gerçekleşenlerin bir parçasıdır. Bu ilişkinin ürünlerinden biri de danışanın daha sağlıklı bir egoya kavuşmasıdır.

Egonun sağlamlığı bir kez tesis edildi mi bilinçdışıyla yüzleşme çalışması başlayabilir. Jungiye psikoloji, bilinçdışının irade gücüyle üstesinden gelinemeyecek etkilerini gözlemlemek üstüne kuruludur. “Derinlik psikolojisi kendini bilinç ile bilinçdışı arasındaki yüzleşmeye entegre eder. Bu etkileşimleri kontrol eden mekanizmaları anlama [girişimidir].”⁴⁷ Bir Jungiye analist, kendi içindeki bilinçdışı etkilerini nasıl başarılı bir şekilde yönlendireceğini ilk elden öğrenmiş kişidir. Bilinçdışıyla yüzleşmeye yöneldiğinizde şu anda yürüdüğünüz yoldan yürümüş bir rehber tarafından karşılanırsınız. İyi bir analist sadece kendi işini yapıp bitirmekle kalmamalı, aynı zamanda bunu yapmayı sürdürmelidir. Bilinçdışının bütünleşmesi ömür boyu süredir bir çalışmadır.

İyi bir terapist içimizdeki komplekslerin dinamik faaliyetine ilişkin farkındalığını geliştirmeye devam eden kişidir. Kendi kör noktalarını anlık olarak görmek için uğraşmayı ve yardım almak için bir süpervizörle veya analistle çalışmayı sürdürür. Hem kendi titiz klinik eğitimleri hem de bilinçdışıyla kendi devam eden karşılaşmaları vasıtasıyla Jungiye analistler ruhun tesisatını bilirler.

Bir analist, içinizde eleştirel sesler olarak deneyimleyebileceğiniz, ebeveynlerinize ait kompleksler ile o eleştirel sesleri dinlemenin önüne geçmek için kullandığınız rotada ortaya çıkan gölge arasında ayırım yapmanıza yardım edecektir. Bir analist, personasıyla haddinden fazla yaşayan insanların gerçek bireyselliklerini kaybetme tehlikesiyle karşı karşıya olduklarını bilir. Bir analist, ebeveynin istenmeyen çocuğa yüklenen yaşanmamış hayatını araştırmayı bilir.

Psikoterapi daima hayatlarımızın bütünüyle ilgilidir, bilhassa da ilişkilerimizle. Jungiye analiz yalnızca rüya yorumuna ve spontane fantezilerimize bakmakla da ilgili değildir; en çok dikkat çeken fakat ihmal edilmiş alanlarla ilgilidir. Belki de en emlisi, yalnızca içgörüyle ilgili olmamasıdır, içgörüyle bir şeyler yapmakla ilgilidir. Daha eksiksiz yaşamakla, bizim tarafımızdan yaşanmasına ihtiyaç duyulanı bulup onu yaşamakla ilgilidir. Birinin hayatına bu kadar yakından şahitlik etmek ahlaki olarak onlara iştirak etmemizi, onlar için mümkün olanı, sağlıklı ve gerekli olanı yaşamalarını istemeyi gerektirir.

Toni Wolff bunun belki de herkesten iyi bir örneğiydi. oksatan Jungiye yazar Robert A. Johnson, Wolff’un, bilinçdışından gelen içgörüyü takip etmeleri için analizanlarına ne kadar ısrar ettiğinin hikâyesini anlatır: “Peki geçen hafta ryanla ilgili ne yaptın?” Wolff, analizin başarısız olmasının nedenlerden birinin insanların, rüyalarının ve hayatlarının kendilerinden istediği şeyleri yapmayı reddetmeleri olduğundan emindi. Kafamızın içinde, fikirler leminde ayakta kalmak çok kolaydı. Ruhun istediği ve ihtiyacı olan şey, o içgörüyü diri bedenlerimize taşıymaktı.



Toni Wolff (1888-1953) Carl Jung'la yakın ilişkisi olan, önde gelen bir Jungiyen analistti.

Wolff kazandığımız içgörüden yola çıkarak gerçek dünyada somut bir şeyler yapmanın önemini vurguladı. O içgörüyü hayata geçirirken hayata karşı tutumumuz değişiyor ve geliyordu: “Özgül, somut ve fiziksel bir şey yapmış olan hastalar gelecek olan gazabın karşısında güvendeydi. Fakat kem küm etmişler veya içgörü üzerine çok az düşündüklerini söylemişler ya da biriyle bu konuda konuşmuşlar veya buna benzer muğlak bir şey yapmışlarsa [Wolff] bu hastalara arkasını döner ve onları kapıya kadar geçirirdi. Kapı arkalarından sertçe kapanırken şöyle söylerdi: ‘Bu işi ciddiye aldığınızda gelin.’”⁴⁸

Önemli Noktalar

- **Bireyleşme** - Olduğumuz kişinin detaylı planının hem bilinçli hem de bilinçdışı benliğimizi kapsayarak hayata geçirilmesi.
- **Bütünlük** - Bilinçdışı materyalin bilinçlilikle bütünleşmesinin artma durumu. Analizin hedefi olan bütünlük genelde mükemmelliğin zıddı olarak tanımlanır.
- **Sembolik Dil** - Jung, bilinçdışının sembollerin diliyle konuştuğunu gözlemledi. Bir imge, anlamlı bir tema üzerinden ilişkilendirilen olası anlamların spektrumuyla birlikte düşünülmelidir.
- **Çağırışım** - Sembolik bir içerikle ilgili akla gelen alakalı düşünceler; bir rüya imgesi etrafında ortaya çıkan spontane fikirler.
- **Amplifikasyon** - Bir sembolü mitolojideki çeşitli anlamlarına bakarak anlayışı zenginleştirmek.
- **Etkin İmgelem** - İmgelemin hayat bulduğu ve içsel figürlerle bilinçli diyalogun mümkün kılındığı bir içsel alanı geliştirme süreci.
- **Analiz** - Bilinçdışı anlamları farkındalığa taşımanın yollarını arayan bir psikoterapi biçimi.
- **Junglyen Analist** - Bir Jung Enstitüsü'nde verilen eğitim programından mezun olan kişi. Junglyen analistler kendi kapsamlı içsel keşiflerini ve psikolojik klinik eğitimlerini tamamlar.
- **Analizan** - Junglyen analize katılan kişi (danışan).

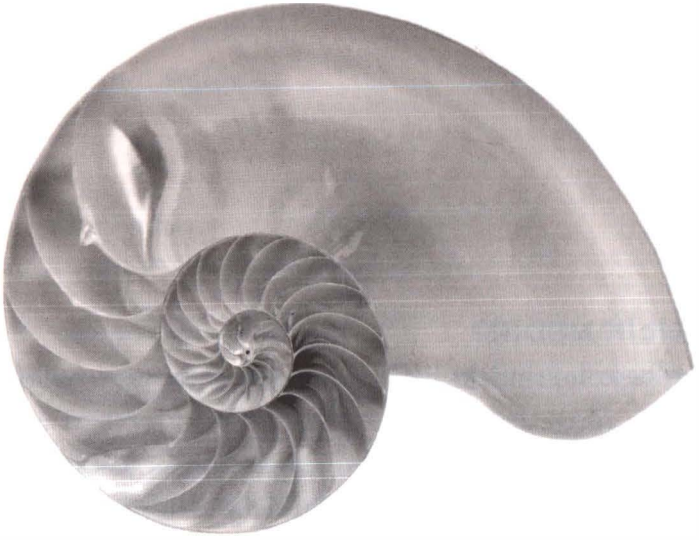
4.

Benlik

BENLİK NEDİR?

Jung psikolojisindeki belki de en temel kavram *benlik* kavramıdır. Jung, gelişimimize rehberlik eden merkezi bir etkinin var olduğuna inanıyordu: Bu enerjinin, kişisel kimliğimizi sürdürürken bir yandan da biçim değiştirme ve evrim geçirme becerimizde ifadesini bulduğunu görmüştü. Büyüyüp gelişirken kabuğu kendi spiral biçimini tekrar eden notiluslarda olduğu gibi doğa, dönüşümümüzü teşvik ederken özümüzdeki örüntüyü de korur. Yaşayan sistemlerde kendi emsalsiz yapısının bütünlüğünü sürdürürken bir yandan da durmaksızın yenilenmeye yönelik bir içgüdü vardır. Kişisel yaşamlarımızda benlik, kendi potansiyel açılmamızın detaylı planına ve bilinçdışı ile bilincin içimizdeki daha sıkı birliğine giden yoldur. Jung, benliğin bizi daima dengeye yönelttiğini ve daha büyük bir bütünlüğe doğru bize rehberlik ettiğini düşünüyordu. Doğadaki pek çok sistem gibi ruh da kendi kendini düzenler.

Jung, “kişiliğin büyümesi bilinçdışından meydana çıkar”⁴⁹ inancındaydı. Kişisel benlik kendi hususi açılmamızın ifası ve olduğumuz kişiye dönüşmemiz dürtüsüdür. Bireyleşme, bilinç ile bilinçdışını birbiriyle ideal ilişki içine sokmayı isteyen



Notilus kabuğu büyüdükçe kendini tekrar eden bir desene sahiptir; bu tıpkı, büyürken bile korunan bir örüntüye sahip olmamıza benzer.

bir süreçtir. Bunun karşılığında bilinçdışının masaya ne getireceğiyle ilgilenmek Jungiye psikoloji çalışmasıdır. İster rüyalar vasıtasıyla ister içsel çalışma yaparak (veya yapmaya-rak) meşgul olalım, gerçek yaşamın çatışmaları içinde işleyen bilinçdışını keşfedebiliriz. Bilhassa orta yaşlarda (daha erken olmazsa tabii) pek çok insan kendi usdışı davranışlarını veya ilerinde egonun ötesinde iş başında olan bir şeye işaret eden başka ipuçlarını görür. Günlük yaşamlarımızın ikilemlerinin sembolik idrakine erişmek zordur fakat bu, aşağılarda bizimle birlikte serpilen şeye göz atmamızı sağlar. Öyle veya böyle, bilinç ile bilinçdışı arasındaki değiş tokuşa hizmet etmek, olmamız gereken kişiye evrilmemizi sağlayan şeydir. Böylelikle “meşe palamudu bir meşe ağacına döner, bir eşeğe değil!” Di-

ğer seçenek –bilinçli benliğimizin bilinçdışıyla bağlantı kurmaksızın büyümesi– insanların katı, uyumsuz ve nihayetinde mutsuz olmasına yol açar. İçimizdeki çatışmanın azalması içsel dünyamızla ilişki kurduğumuz ölçüde mümkündür. İçsel çalışma dış dünyayla ilgili tutumumuzu değiştirebilir. Kendimizle anlaşmazlık içindeyken daha huzurlu oluruz. Bu sempati duyma ve içsel durum Çin felsefesi Tao ile bağdaşır. Daha bütün hale gelirken daha çok kendimiz oluruz ve genelde kendimizi ifade etmede ve kendimize has hünelerimizi paylaşmada daha iyi hale geliriz. İçimizin derinliklerini dinlerken içsel merkeze daha yakın hissedebiliriz. Yaşamlarımızın büyüme örüntülerinde anlam bulmak bizi dünyayla daha derin ve daha dinamik bir biçimde birbirine bağlar.

Jung’a göre benlik, bireyleşme dürtüsünün ve özümüzdeki tinsel ve ahlaki itici gücün kaynağıdır. Benliğin deneyimleri mukaddes, güçlü, hareketli ve aşkındır. Güçlü biyolojik içgüdülerimizin yanı başında, olabileceğimiz kişiye dönüşmeye ve kişisel olanın ötesinde bir şeyle temas kurmaya yönelik eşit ölçüde güçlü bir itki durur.

Jung gelişimimizi teşvik eden benliğe tanıklık ederken ruhun içinde kapsayıcı bir güç olduğunu da gördü. Bu, bilinç ile bilinçdışı arasındaki gerilimi ve dinamik karşılıklı etkileşimi içeren daha geniş bir çerçeveydi. Freud’a göre bilinç, belirli deneyimleri, onları bilinçdışına iterek bastırır. Jung’a göreyse bilincin, içinden çıkarak kendini meydana getirdiği zemin bilinçdışıdır.

Benlik, Jung’un şu soruya verdiği cevaptır: Bizi daha farkında, daha bilinçli, daha ahlaki, daha sevgi dolu, daha belirgin, daha bütün olmaya iten içimizdeki şey nedir? Dini inançlar



Çince karakterlerle yazılmış “Tao” kelimesi. Carl Jung’un yaklaşımı Taoizm’den önemli ölçüde etkilenmişti.

çoğunlukla Tanrı’yı içimizdeki dürtünün temeline yerleştirir ve Jung, benlik imgelerimiz ile Tanrı imgelerimiz arasında bir örtüşme görmüştü. Benlik, bütün haldeki ruhun birliğini ifade ettiği için kendi ilahi imgelerimizle bağlantılıdır.

Freud, psikolojik hiyerarşinin en tepesine üstbenliği (süperego) koyar: Bu, etrafımızda var olan kolektif uygarlaşma etkisinin kişisel hayatımıza girişidir; büyürken deneyimlediğimiz, önceki kuşakların ahlaki gücüdür. Freud’a göre insanlığın kendisi daha büyük bir ahlaki ve psikolojik anlayışa yönelen dürtümüzün kaynağıdır.

BENLİĞİN İMGELERİ

Jung hem çöküş anlarında hem de farkındalığın yükseldiği anlarda ruhta, bir merkezi olan veya dairesel imgeler yaratmaya yönelik bir kompulsiyon olduğunu gördü. Bir hasta dibe vurduğunda ve tam bir kriz içinde olduğunda veya kim olduğu algısını yitirdiğinde Jung bu hastaların, düzen ve yapıya geri dönme ihtiyacının yansıması olarak daireler veya merkezi bir sınırı olan başka imgeler çizebildiklerini fark etti. Ayrıca kendi kutsal imgelerimize, mandala gibi dini tefekkür imgelerine bakacak olursak, hem Doğu'da hem de Batı'da, dört köşeli, dengeli, eşmerkezli ve etrafı çevrili tasarımların aynı dışavurumlarını görürüz.

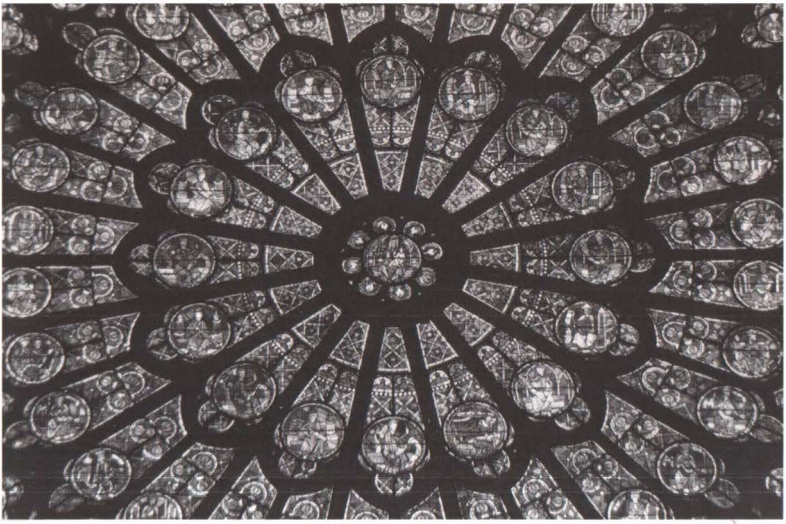
Benliğin başlıca imgesi *temenos* veya büyülu çemberdir. Burada benliği koruyucu olarak görürüz. Pek çok yerli gelenekte, tinsel manada hasta olan kişi fiziksel olarak inşa edilmiş kutsal bir çemberin içine konur ve içindeki merkezle yeniden bağlantıya geçmesi için yönlendirilerek iyileştirilir. Jung'un gözlemine göre, "bir insanın zihninde büyük bir bozukluk ve kaos olduğunda, bu sembol rüyada bir mandala biçiminde ortaya çıkabilir"⁵⁰ veya kendi spontane çizimlerinde de görülebilir. *Mandala* Sanskritçe bir terimdir, büyülu çember manasına gelir ve Jung da bu desenleri ruhsal hareket için bir araç olarak görüyordu. Benlik imgelerinin görünüşleri bize ruhun bir merkezinin var olduğunu, içinde mevcut ve bizim için de ulaşılabilir bir alanı içeren bir düzen sağlayıcının bulunduğunu hatırlatır. Bu imgeler geleneksel olarak dini bağlılık için kullanılır ve benlik imgelerimiz ilahi imgelerimizle örtüşür. June Singer, "çember veya küre benliğin merkeziliği, kapsamlılığı ve kuşatıcılığı fikirlerine şekil vermek için en iyi

biçim gibi görünür,”⁵¹ diye belirtir. Aynı zamanda benliği, “gizemli bir şekilde kişinin yaratıcı potansiyeliyle nüfuz etmesi gereken”⁵² bir şey olarak tanımlar. Ann Ulanov, benliğin Tanrı’yı tanıma biçimimiz olduğunu söylemiştir.

Çocukken ebeveynlerimiz benlik arketipinin imge hamilleri olabilir. Kendi kapsama kapasitemizi onlara yansıtırız ve ebeveynler de içimizde Tanrıların yerlerini tutabilir. Yetişkinken de hâlâ bu şekilde yaşıyor olabiliriz ve bu durum, dünyaya karşı bilinçdışında duyduğumuz hisleri şekillendirir. Kişisel benlik, bireyleşmeye yönelik kendi itici gücümüz olduğu için terapi genelde benliğimiz ile ebeveynlerimizin o imgenin yerini bizim için ne şekilde tuttuğu veya tutmakta nasıl başarısız olduğu arasındaki boşluğun keşfini içerir. Bir gurunun, benliğin yansıtılmasında yeni bir araca dönüşerek o çatışma içinde alacağı rolü de imgelenebilir.

Jung’un kişisel psikolojik çalışmasında benlik imgeleri birer anahtardı. Jung’un aile üyelerinin onun sanatına ilişkin yorumlarında belirtildiği gibi “mandala deseni *Kırmızı Kitap*’ta en çok tasvir edilen figürdür”.⁵³ Kutsal sanat dünyasında benlik imgeleri her yerdedir: Chartres Katedrali’ndeki labirent resmi, Paris’teki Notre Dame’ın (günümüze kadar gelen) gül penceresi, güzeller güzeli Navaho veya Tibet kum resimleri veya simyacıların kozmik diyagramları.

Jung, UFO’larla ilgili kitabında,⁵⁴ uçandairelerin benlikle olan ilişkisine odaklandı. Uçandairelerin daireselliği ve doğüstü niteliği, onları içsel merkezin yansıtılması için ideal araçlar haline getiriyordu. 2014’te çıkan kitabımda⁵⁵ ben de ekin çemberlerini (tahıl tarlalarında gizemli bir şekilde oluşmuş desenler) göz önünde bulundurarak bu karşılıklı ilişkiye



Paris'teki Notre Dame Katedrali'nin gül penceresi mandala deseniyle benliği betimleyen dini bir sanat eseridir.

baktım. O imgelerin canlı ekinler üstüne yerleşimi, benliğin doğasına yalnızca tinsel, soyut ve zihinsel olarak değil, aynı zamanda beden, dünya ve doğayı da kapsayarak seslenir. Jungiyen analist ve yazar Lionel Corbett benliğin, bitkiler ve hayvanları da içererek doğal veya biyolojik biçimlerde de görülebileceğine vurgu yapmıştır. Böyle bir belirme, genelde rüyayı gören kişinin kendi fiziksel veya içgüdüsel benliğiyle yeniden bağlantı kurma ihtiyacını ortaya çıkarır.⁵⁶

Jung, uygarlığımızda benliğe hususi bir vurgu olduğunu düşünüyordu. “Batılı insan için benliğin ne demek olduğunu biliyor musunuz? Benlik İsa’dır; çünkü İsa kahraman arketipidir, insanın en yüksek amaçlarını temsil eder. Bu oldukça gizemlidir ve aynı zamanda da korkutucudur.”⁵⁷ Jung’un tasvir ettiği, içimizdeki benliğin formülasyonu ile ilgili belki de

bu kadar korkutucu olan şey fevkalade biçimde tek yönlü bir karakter olmasıdır: Kendini yalnızca en yüksek amaçlarının ışığında gören ve bu yüzden de kendi gölgesini tamamen gözden kaçıran bir karakter. Günümüzde, iklim değişikliğinin etkileri ve uyumsuz siyasi figürler tarafından trajik bir biçimde bize geri yansıtılan şey bu gölge midir? Baskın karakterimizin es geçilmiş çirkin tarafını görmeye mi itiliyoruz?

Benlik arketipi üzerine daha fazlası için lütfen Jeffrey Miller'ın *The Transcendent Function*'ına, Jung'un *Dönüşüm Sembolleri*'ne, Lionel Corbett'in *The Religious Function of Psyche*'sine, Anthony Stevens'in kaleme aldığı *Archetype Revisited*'a, Edward F. Edinger'in *Ego and Archetype* isimli kitabına ve Daniel J. Meckel ile Robert L. Moore'un kaleme aldığı *Self and Liberation: The Jung/Buddhism Dialogue* kitabına göz atın.

JUNG VE FREUD

1906'da Jung, Kelime Çağrışım Deneyi çalışmasını yayımladı. Aynı yıl Freud, *Tanısal Çağrışım Çalışmaları*'nı okudu ve iki adam yıllarca süren derin yazışmalara başladı. Onları bir güçlü bir ilişkiydi.

Jung halihazırda Freud'un çalışmalarının uzaktan öğrencisiydi ve 1908'de yeni kurulan mesleki dergi *Jahrbuch für psychoanalytische und psychopathologische Forschungen*'ın (Psikanalitik ve Psikopatolojik Araştırma Yıllığı) editörü oldu. 1909'da Clark Üniversitesi'ndeki konferanslar için birlikte yolculuk ettiler, bu konferanslar ABD'de psikanalizin geçerlilik kazanmasına yardım etti. Uzun deniz yolculukları sırasında birbirlerinin rüyalarını analiz ettiler.

1910'da Freud, Jung'un kendi mesleki mirasçısı olmasına

ilişkin niyetini belli etti. Jung, meslek birliğinin başkanı olmuştur fakat mirasçının, öğretmeninin bazı görüşlerine ilişkin uzun zamandır şüpheleri vardı. 1912’de Jung, Freud’la olan ciddi felsefi farklılıklarını herkese açık biçimde netleştirdiği *Bilinçdışı Psikolojisi*’ni yayımladı.

Freud’un teorisine göre içsel çatışmanın başlıca kaynağı bastırılmış cinsellikti. Jung ise kişisel gelişimin, ruhun içinden gelen başlı başına bir çağrı olduğuna inanıyordu. Freud psikolojiyi bütünüyle kişisel ve biyolojik görüyordu; Jung ise hastalarında ve kendisinde kişisel olanın ötesinde bir bilinçdışı düzeyi olduğunu görüyordu. Freud yalnızca nevrozun değil, yaratıcılık ve dindarlığın da bastırılmış içgüdünün dışavurumları olduğuna inanıyordu; Jung ise insan doğasının son derece derin bir tinsel içgüdüye sahip olduğunu düşünüyordu. Freud bilinçdışı imgelerini spesifik tarihsel belirleyici etmenlerle ilişkili görüyordu; Jung ise bu imgelerin sembolik olduğunu ve bir dizi muhtemel arketipsel dışavurumlara sahip olduğunu düşünüyordu, usdışı olasılıklar da bunlara dahildi. Freud içsel yaşama biyolojik itkilere indirgenebilir gözle bakıyordu; Jung hastalarının rüyalarında ortaya çıkan benötesi örüntüler görüyordu. Bu esnada Freud tüm tinsel ihtimallere son derece direnç gösteriyordu ve Jung nedenini anladığını düşünüyordu.

Freud’un büyükbabası Schlomo, Hasidik Yahudi hahamdı ve Sigmund hem büyükbabasının mistisizmi hem de genel olarak din tarafından reddedilmişti. Jung’un doğuştan gelen felsefi çevresi, tinselliğin ve dinin iç içe geçtiği bir çevreydi; medyumistik akrabalarla birlikte büyüdü ve babası ile amcalarının hepsi de rahipti. Jung bu yapıların gölge tarafını ilk



1909'da Massachusetts'teki Clark Üniversitesi'ne ziyaretleri sırasında Sigmund Freud (alt sıra, sol) ve Carl Jung'un da (alt sıra, sağ) bulunduğu bir grup fotoğrafı.

elden tecrübe ederken bir yandan da birini diğerinden ayırmaya duyduğu herhangi bir psikolojik ihtiyacı yoktu. Yaşamı boyunca Jung ve ailesi, Jung'un dünya anlayışına dahil ettiği paranormal olaylar da yaşadı.

Jung, Freud'la yaşadığı baba-oğul ilişkisinin psikolojik faydalarıyla büyüdü ve hayatı boyunca da Freud'un öncü çalışmalarının öneminden saygıyla bahsetti. Fakat daha sonra adı *Dönüşüm Sembolleri* olan *Bilinçdışı Psikolojisi*'nde Freud'dan kopuşu herkese ilan edildi.



Carl Jung (sağda) 1955'te Dr. Carleton Smith'le bir Mısır heykelciği üstüne tartışıyor.

Kasım 1912’de Münih’teki bir toplantıda Jung, Freud’un bir Mısır sembolüne ilişkin yorumuna katılmadı; nihayetinde diyalog, psikanaliz hareketindeki daha geniş çapta fikir anlaşmazlıklarına bağlandı. Freud bayıldı ve Jung onu kanepeye taşıdı. Eylül 1913’teki Dördüncü Uluslararası Psikanaliz Kongresi’nde Jung, Psikolojide Tipler üzerine yaptığı çalışmayı sundu. Bu Freud ile Jung’un birbirini son görüşü oldu.

BİLİNÇDİŞIYLA YÜZLEŞME

Freud’la ilişkisinin kaybının ardından Jung yönünü kaybetmiş hissettiğini itiraf etti. Güçlü, nüfuzlu bir akıl hocasının onun üzerinde olağanüstü ölçüde istikrar sağlayıcı bir etkisi vardı ve şimdi Jung tek başına kalmış bir adamdı. Hastalarıyla, bilinçdışının mümkün olduğunca kendi adına konuşmasına; hastalarının rüyalarıyla yaptıkları çağrışımlara ve karşılıklı diyaloglarından saçılan her türlü şeye izin veren, dogmadan azade bir yaklaşımla görüşmeyi teklif etti. Bilinçdışıyla çalışmaya yönelik bu doğal yaklaşım onun için tatmin ediciydi, çalışmasına istikrar kazandırıyordu ve beraberinde huzur hissi getiriyordu.

Ancak 1913 sonbaharında Jung derin bir huzursuzluk hissetmeye başladı. Ekim ayında, Avrupa’nın dört yanına dağılmış kanlı bir kıyımın dehşetengiz görüntülerini gördü. Bu rüyet ikinci kez de geldi ve Jung’un kendisini bilinçli bir şekilde tanımasını talep etti. Jung bir psikoza olabileceğini hissetti. Ancak I. Dünya Savaşı patlak verdiğinde, ruhun can alıcı bir niteliğe sahip olduğunu ve uzay ile zamanda egodan önce davranma kabiliyeti olduğunu kabul etti.

Jung, ruhun bilgelik taşıdığını kabullenmek zorunda kal-

dı ve ardından ona kulak vermeyi görev edindi. Sürece karşı hissettiği inançsızlığın üstesinden gelmek ve rahatsız edici duygularla, kendi içsel figürleri, duyguları ve imgeleriyle bir arada oturmak için kendini zorladı. Fantezilerin içine daldı ve içsel bir karakter ortaya çıktığında onun mesajını soruşturdu. “Karşılaştığı bir figürü veya figürleri neden ona göründüklerini açıklamadan asla bırakmamayı kural haline getirdi.”⁵⁸ Karşılıklı sohbetleri kayıt altına almaya ve bu söyleşiler ile rüyalarında gördüklerini resimlendirmeye kendini adadı.

İçsel imgelerini dış dünyaya taşımak için ellerini kullanmaya başladı. Bilinçdışı deneyimlerine el sanatıyla maddi formlar kazandırdı. Yaşamı boyunca ahşap figürler ve bas rölyefler oydu, desteksiz taş heykeller yaptı ve duvar resimleri ile tavan freskleri boyadı. Hepsinde de ilhamı içsel yaşamından aldı. 1913’ün sonundan 1917’ye kadarki dönemde temel el yazmalarına hususi bir adanmışlık gösterdi. Ardından 1930’a kadar bu diyalogları çok güzel bir şekilde Ciltlenmiş bir el yazmasına dönüştürdü; bu el yazması, 2009’da *Kırmızı Kitap: Liber Novus* adıyla yayımlanan kitabın ta kendisiydi. Kaligrafi kalemi, çok renkli mürekkep ve guaj boya kullanarak oluşturduğu bu kitapta kişisel olarak boyanmış milyonlarca tavan ve el yazması metin bulunur. Bu çalışma, Jung’un bilinçdışıyla yaşadığı en güçlü karşılaşmalarına hayat verir. Jung’un kendi bilinçdışına içten bağlılığının nefes kesici bir kanıtıdır.

Jung bilinçdışından gelen sesleri dinledi ve bilinçli zihninin yargılarına bakmaksızın o seslerin söylediklerini ciddiye aldı. Ardından, egonun direndiklerini ellerinin ortaya koymasını sağlamak için sanatsal süreci kullandı ve yaratıcılığın iyileştirici bir çalışma olarak sahip olduğu gücü keşfetti.

7 dubir d'her d'aufgang.
7 dubir d'stern d'offens.
7 dubir die blume die in alle
blucht.

am dubir d'hirf d'aus d'w
bricht.
am dubir d'gesang d'fern
das was loent.
am dubir ende v' anfang.



Carl Jung'un *Kırmızı Kitap: Liber Novus*'undan bir çizim.

Jung oyuncu bir tutumla, içses ile ego arasında ortaya çıkan gerilimi sürdürdü. Güzelce sürdürülen içsel diyalogdan yeni bir şeyler ortaya çıktı: yeni bir anlayış, yeni bir tutum veya yeni bir sembol. Jung buna *aşkın işlev* (transandantal fonksiyon) adını verdi. “Kendi fantezilerimle çalışırken bilinçdışının değişime uğradığını veya değişimi ürettiğini fark ettim.”⁵⁹ Bu süreç özellikle ego ile gölge arasında işler. Fakat egonun ortaya çıkan sonucu kontrol etme ihtiyacını serbest bırakması gerekir. “Ego, bilinçdışı dinamikleri iç etmeye yönelik tüm girişimleri reddetmelidir.” Böyle yaparak “libidonun bilinçdışına geri çekilmesine izin verir ve böylece yeni formların ortaya çıkmasını mümkün kılar”.⁶⁰

Jung *Anılar, Düşler, Düşünceler*’de etrafında çocuklarının oturduğu zümrüt yeşili bir masa gördüğü rüyasının hikâyesini anlatır. Rüyada bir kumru alçalmıştı ve bir müddet sonra bu kumru altın sarısı saçları olan bir genç kıza dönüşmüştü. Bu kız, Jung’un çocuklarıyla oynadı ve kollarını Jung’a sardı, yeniden bir kumru olarak havalandıktan önce ona bir mesaj bıraktı. Nihayetinde rüya Jung’u bloklarla oynarken mest olmuş hissettiği etkili bir çocukluk anısına götürdü. Bu parçasının hâlâ canlı olduğunu fark etti: “Küçük çocuk hâlâ buralarda ve bende olmayan bir yaratıcı yaşamla dolu.” Bu enerji, içinde yaşamakla kalmıyordu, eğer onu onurlandırır ve yaşamında, ruhunda ve tutumunda ona alan açarsa yaratıcı işlevin yenilenmesini teklif ediyordu.

Yaşamının geri kalanında Jung, bu oyun oynama çağrısını spesifik, gençleştirici biçimlerde sahnelemeye çalıştı. İçsel bir figürle ilişki kurma ve onun bizden istediğini hayata geçirme ihtimali, Jungiyen bakışta olgunluğun niteliklerinden biridir.

Jung da içsel figürlerin kendi bilinçlilik kaynaklarına, kendi gerçekliklerine sahip olduklarını ve bilinçli zihne başka şekilde elde edilemeyecek şeyler sunduklarını düşünüyordu.

Bu dönem boyunca Jung zaman zaman kendi akıl sağlığından endişe etti. Kendi iyiliği ve hastalarının iyiliği için pes etmedi ve içsel çalışmanın bu derinliği, onun kurduğu psikolojinin dayandığı temeldi. Neyse ki onu gerçekliğe bağlayan eşi Emma ve çocukları, bir de içsel yolculuğundaki ortağı Toni Wolff vardı. Wolff da onun bu çöküşünde tutsak kaldı fakat hiç şüphesiz, Jung'un bu dönemden başarıyla çıkışına katkı sundu. Emma Jung, "En kritik zamanda benim veya bir başkasının yapamadığı şeyi kocam için yaptığından Toni'ye daima minnettar kalacağım,"⁶¹ demişti.

Jung'un bilinçdışının hizmetindeki yaratıcı eylemleri içsel yaşamı dış dünyaya aktarırken kendisi de dış dünyada büyük bir hesaplaşmaya girdi. *Dönüşüm Sembolleri* kitabındaki bir bölümün başlığı "Fedakârlık" idi ve Jung bu kitabın onun için Freud'u kaybetmek anlamına geldiğini biliyordu. Yansıtma nesnesinin kaybının ve onun barındırdığı enerjinin ıslahının gerekliliğini fark etmişti. Yetişkinliğe adım atmak bilinçsiz, çocuksu mutluluk arzusundan feragat etmek ve geriye yönelik fantezileri bırakmak anlamına geliyordu. Kendimize dürüstçe bakmak genelde görmek istemediğimiz şeyleri görmek ve verdiğimiz zararı tanımak demektir. "Kendi gölgesinin farkına varan insan, zararsız olmadığını çok iyi bilir."⁶² Jung, Freud'a yönelttiği *baba* yansıtması sayesinde büyümüş-tü fakat artık o enerjiyi kendi içinde bulmak zorundaydı. Bilinçdışıyla yüzleşmesi ona Freud'la dostluğuna mal olurken yine de içinde çok somut bir şeyi ortaya çıkarmıştı.



Carl Jung eşi Emma ile birlikte. Eşi, Jung'un içsel çalışmasının izini sürdüğü sırada dengede kalmasına yardımcı oldu.

Daha sonraları şunları dile getirecekti:

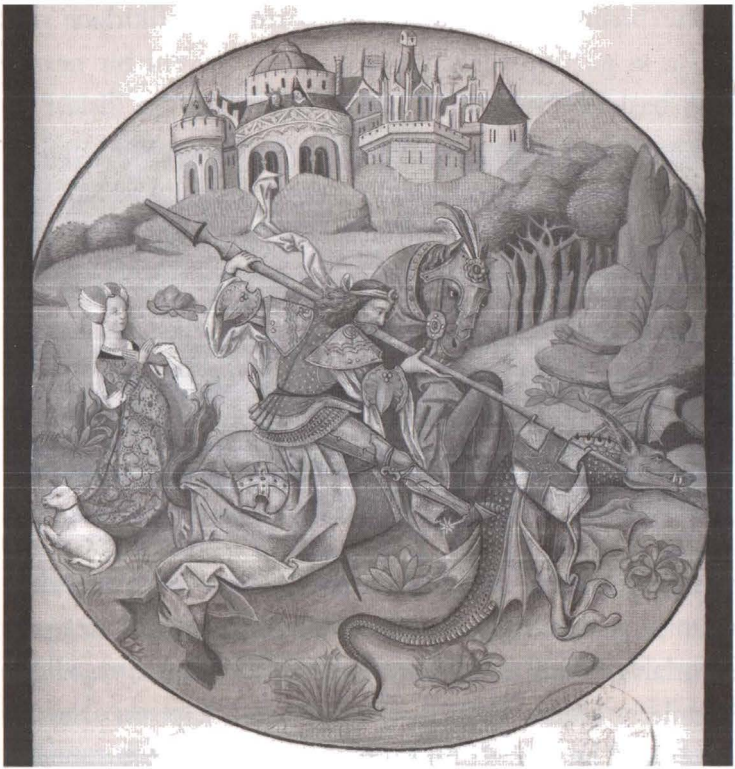
Mitlerde kahraman ejderhayı zapt eden kişidir, ejderha tarafından bir çırpıda yutulan kişi değildir. Ancak yine de ikisi de aynı ejderhayla baş etmek zorundadır. Ayrıca ejderhayla hiç karşılaşmamış kahraman yoktur veya ejderhayı bir kez görmüşse sonrasında hiçbir şey görmediğini beyan eden kahraman da yoktur. Aynı ölçüde, yalnızca ejderhayla kavgaya girme riskini alan ve ejderha tarafından alt edilmeyen kişi zulayı, “erişmesi güç hazineyi” kazanabilir. Yalnızca onun özgüven konusunda gerçek bir iddiası vardır, çünkü kendi benliğinin karanlık alanıyla yüzleşmiş ve böylece kendini kazanmıştır. Bu deneyim bir miktar inanç ve güven verir, benliğin kendini ayakta tutma kabiliyetine [inancı],

*çünkü onu içeriden tehdit eden her şeyi kendi başına yapmıştır. Gelecekteki tüm tehditlerin aynı şekilde üstesinden gelebileceğine inanma hakkını elde etmiştir. Ona kendi kendine yetme kabiliyeti veren içsel bir kesinliğe erişmiştir.*⁶³

BİREYSELLİK VE KOLEKTİVİTE

Jung, I. Dünya Savaşı'nın yarattığı dehşetlerden Nazilerin yükselişine kadar, toplumlar kitlesel psikoza düştüklerinde neler olacağını ilk elden gördü. Jung kültürlerin kötülüğe karşı bir yalıtım olmak yerine ona ilham olabileceğini fark etti. Büyük gruplar içinde ruh, en düşük ortak paydaya indirgenebilir, çünkü gruptaki herkesin gerçekten temas kurabileceği en düşük seviye budur. Milliyet (veya herhangi başka bir grup kimliği) aidiyet, birlik, ortak değerler ve ortak amaç sunarken o sürünün içimizde yaşayan karanlık bir tarafı vardır. Kültür genel olarak kendi içgüdülerimizi ahlaki eylem yararına yeniden düzenleme işlevi görür fakat aynı zamanda tabandaki içgüdülerimize ve en kötü benliklerimize hizmet eden davranışları normalleştirebilir. Bir kişinin kabilesine ait olma arzusu insanların dehşet verici eylemlerde bulunmasına yol açabilir. Otoriteye bilinçsizce biat, bir kişinin vahşetin parçası olmasına yol açabilir. Sorgusuz sualsiz kabileye hizmet etme itkisi de kim olduğumuzun bir parçasıdır. Bu nedenlerden ötürü Jung bu kurumlara şüpheyle yaklaşılması gerektiğini hissetmişti.

İnsanlar grup ruhunu benimser ve kendilerini onunla tanımlar, özellikle de grubu kendi personalarıyla özdeşleştiriyorlarsa. Persona odaklı birey herkesin önünde itibarını korumaya ve olumlu bir görüntü sergilemeye bilhassa düşkündür.



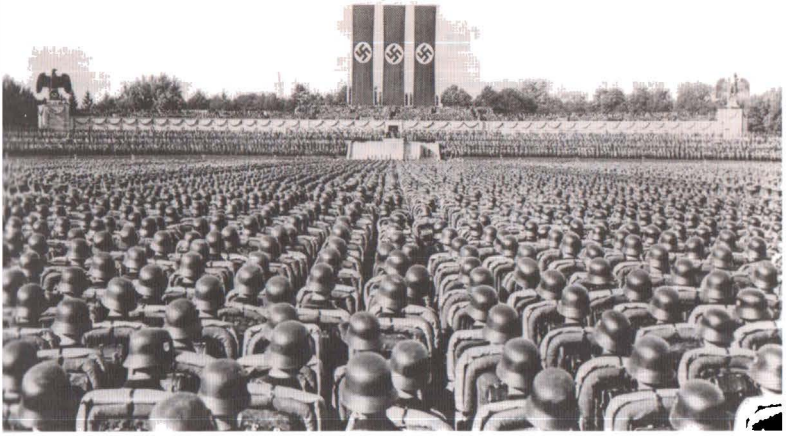
Jung, özgüvene erişebilmemizin yalnızca benliğimizin karanlık tarafıyla yüzleşmekten geçtiğini göstermek için bir ejderhayla savaşan kahraman metaforunu kullanırdı.

Ego, personayla özdeşleştiği zaman “öznenin ağırlık merkezi bilinçdışında yatar. Ardından kolektif bilinçdışıyla neredeyse özdeşir, çünkü bütün kişilik kolektiftir. Bu durumlarda... bilinçli ideallerin yok edilmesinden korkulur”.⁶⁴ Bu noktada, kabilenin vizyonu, dayanıklılık ve kimlik sağlar ve değişim hoş karşılanmaz.

Bireyleşme süreciyle bilinçli bir temas olmadığında içsel figürlerimizi dışarıya, dinlere, ülkülere, felsefelere ve bir sü-

reliğine bizim için büyüleyicilik barındıran fikirlere yansıtırız, ta ki gözüümüzdeki perde kalkana ve yeni bir nesneyle işe en başından başlayana kadar. Böylelikle, işe ilişkin veya siyasi amaçlar bir dini coşkuya veya bizim için bir süreliğine fevkalade olan belirli bir kişiye tutunur, ardından “ideal, bir dipnota dönüşür”. Hem aşk hem de inanç muazzam olumlu niteliklere sahipken bu araçları, içimizde rahatsızlık veren şeyleri çözümlemek için kullandığımız durumlar da vardır. İnanmakta rahatlatıcı bir basitleştirme buluruz ve inanmak bizi bir süreliğine yatıştırır. Bilinçli yansıtma olmadan, hâlâ eski savaş ve aşk tanrılarına tapıyoruz fakat bunu siyaset ve tüketicilik kisvesi altında yapıyoruz.

Jung insanların kendi kişisel gölgeleri aracılığıyla kolektif gölgenin pençesine düştüklerini gördü. Eğer insan açgözlüyse, bunun büyüsi altında kendilerinden ödün vererek uzlaşmaya varıyorlardı. Kendi zayıflıklarımız ve nevrozlarımız, yaşadığımız dönemlerin kitlesel psikozlarına düşmenin kapısını açar. Keza başarılı içsel çalışma da bu kapıyı kapatır. İçsel yaşamımıza temas ederek istikrarlı benlik duygusuna, ruhsal uyumluluk ve esnekliğe erişmek, kasvetli rüzgârlar estiğinde kırılmadan eğilmemize olanak tanır. Eğer gerçekten kendi gölgemizle yüzleşir ve ona direnirsek gerçek dünyanın baskısı altında ahlaklı biçimde davranmak bize daha kolay gelir. İçbenliklerimizle ilişki kurmak, olduğumuz kişiyi bütünüyle kabul edip sevmek karakterimizi güçlendirir. En müthiş Jungiyen analist ve yazarlardan biri olan Marie-Louise von Franz’a göre bireyleşmenin sonucunda kişi “kendi yolunu seçebilir ve kendi iç hukukuna özgüvenli bir şekilde sadık kalabilir. Özellikle kolektif nevroz zamanlarında böyle olgun insanların varlığı hayati önem taşır”.⁶⁵



Jung'a göre Nazizm kitlesel bir psikozu temsil ediyor ve kültürün sunabileceği potansiyel tehlikeleri gösteriyordu.

Jung kendimizi ebeveynlerimizle ve atalarımızla ilişki içinde anlamanın gerekliliğine derinden inanırken bireyleşmenin “kolektif ruhtan ilerici bir farklılaşmayı”⁶⁶ mecbur kıldığına da inanıyordu. Kabileye aidiyet itkisi bireyleşme itkisine karşı koyar. Toplumlarda iyi geçinmek için desteklemeye, rahat etmeye, herkes gibi olmaya, kolektif değerleri paylaşıp onlara göre yaşamaya yönelik bilinçdışından yükselen muazzam bir çekim vardır. Kolektif tutum “tehlikelidir, çünkü tüm kişisel farklılıkları denetlemeye ve bastırmaya oldukça eğilimlidir”.⁶⁷ Toplumsal normlar genelde bağımsız düşüncenin reddini pekiştirir; farklı olmak yerinden edilmek anlamına gelebilir. İnsanlar gerçekten olmak istedikleri kişi ile başkalarının ondan olmasını beklediği kişi olma arasında bir çatışma yaşar. “Bireysellik ve kolektivite... suçluluk duygusuyla ilişkilidir.”⁶⁸

Önemli Noktalar

- **Benlik** - İçimizde bulunan, kendi kendini düzenleme niteliği. Benlik bizi sağlıklı dengeye, daha çok büyümeye ve bütünlüğe, daha fazla bireyleşmeye yönlendiren arketiptir. Bu parçamız hem bilincimizi hem de bilinçdışımızı kuşatır ve genelde birlik imgeleriyle simgelenir.
- **Benlik İmgeleri** - Bu imgeler bir merkezi olan, ortalanmış tasarımları ve çemberleri, en prototipik biçimde de mandalayı içerir.
- **Aşkın İşlev** - Büyümemizi ve bireyleşmemizi mümkün kılan psikolojik süreç. İki zıt konum arasındaki gerilimi elde tutabilirsek üçüncü bir yeni ihtimal genelde ortaya çıkar. Bu, bilinçte tek yönlülüğün üstesinden gelerek beraberinde iyileşme getirir.
- **Bilinçdışıyla Yüzleşme** - Jung, gelmekte olan I. Dünya Savaşı'na önceden işaret eden rahatsız edici imgelerle başlayan, yaşamının bu döneminde bilinçdışı imgeleleri arasında boğuldu. Bu dönem üstüne kafa yormak Jung'un kendi psikolojisine ilişkin daha çok şey keşfetmesinin yolunu açtı, etkin imgelem pratiği de buna dahildi.

5.

Kişilik Tipleri

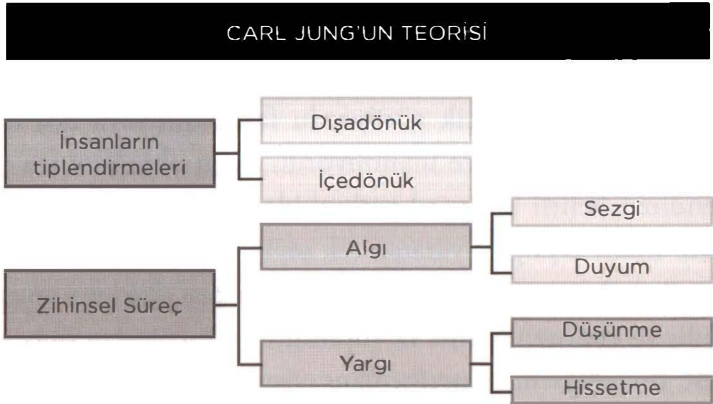
KİŞİLİĞİ TANIMLAMA

Jung her birimizin belirli bir dönemde belirli bir biyolojik ve kültürel ortama ekilmiş özel bir tohum olduğuna inanıyordu. () ortam, bize zarar veren tarihsel ve ailesel travmalar getirdiği gibi bizi iyileştiren ve büyümemize yardım eden nimetler de getirir. Ayrıca bizden önceki jenerasyonların travma ve nimetlerinin etkileriyle yaşarız. Jung fiziksel, tarihsel, psikolojik ve tinsel olarak köklenmiş olma hissini geri kazanmanın psikolojik sağlığımız için hayati olduğunu düşünüyordu. Terapötik olarak tüm bunlarla, hatta ebeveynlerimizin sık sık bize yüklenen, yaşanmamış hayatlarıyla yüzleşmek gerektiğini biliyordu.

Jung insanları biricik görüyordu fakat dünyaya boş levhalar olarak geldiğimize inanmıyordu. Kim olduğumuzu şekillendiren belirli bünyesel yatkınlıklarımız olduğuna inanıyordu. İnsan kişiliğini yaratan tek şeyin çevremiz olmadığını düşünüyordu; yaşam felsefemizin bir parçası doğumumuzda bellidir ve ebeveynlerimiz ile toplumun nüfuzundan önce de vardır. Bu, olağanüstü performans göstermeye olanak tanıyan fakat bizi dengesiz halde bırakan türde tek yönlülüğü içerebilir. Örneğin, bazı çocuklar erken yaştan itibaren atletik beceri

emareleri gösterebilir; durmaksızın hareket etmek, tırmanmak ve ilerlemek isterler ve hareketliliğe karşı doğuştan gelen bir hünerleri vardır. Bazı faaliyet alanlarında yetenekli, bazılarında da sınırlıyız. Jung karakterlerimizde temel nitelikler olduğuna inanıyordu.

1921’de Carl Jung *Psikolojide Tipler*’i yayımlayarak tüm dünyayı *dışadönük* ve *içedönük* terimleriyle tanıştırdı. Bu çalışma, insan kişiliği üzerine yapılmış yirmi yıllık bir araştırmanın ürünüydü. Jung kitabı yazarken yalnızca klinik deneyiminden değil, “dost ve düşman” da dahil, kişisel yaşamından da yararlandığını itiraf etti. Bu, bilinçli çalışmaların pratikte nasıl olduğuna, bazılarımızın dünyayı doğal olarak nasıl farklı algıladığına ve farklı tepki verdiğine dair bir çalışmadır. İnsanların onlara enerji veren şeylerde nasıl ayrıldığı ve nasıl yargılar ürettikleri gerçeğine bir bakıştır. *Psikolojide Tipler* farklı iki temel tutum ileri sürdü: dışadönüklük ve içe-



Carl Jung tarafından tanımlanan çeşitli kişilik tipleri.

dönüklük. Dışadönükler enerjilerini başkalarıyla etkileşim kurmaktan alırken içedönükler enerjilerini tek başlarına vakit geçirerek yenilerler. Ayrıca kitap dört işlev ileri sürdü: duyum ile sezgi, yani dünyayı algılama biçimlerimiz; ve düşünme ile hissetme, yani yargılara değer biçme biçimlerimiz. Jung bu kutuplulukların inşasında aynı zamanda Sigmund Freud ile Freud'un himayesindekilerden biri olan Alfred Adler'in farklı düşünce ekollerine ilişkin gözlemlerinden de faydalandı.

Jung, Freud'un teorisinin dışadönük yönelimi temsil ederken Adler'inkinin içedönük yönelimi temsil ettiğini düşünüyordu. Onların ayrışan psikolojik görüşlerinin, birbirine ters düşen dünyayı görme biçimlerinden kaynaklandığını görmüştü. Jung'un kişilik keşfi bu ilk ikili karşıtlıktan başlar. Jung bu ilk ayrımın içine pek çok karakter unsuru koyar ve zaman içinde kişiliğe daha fazla açıklık kazandırmak için daha fazla ikiliği yüzeye çıkarır.

Yazışmaları, Jung'un ilk başta dışadönüklük ile hissetmeyi (Freud'un içgüdü temelli teorisiyle bağlantıyı görmeyi daha kolaylaştırır) ve içedönüklük ile düşünmeyi (Adler'in düşünsel ego temelli psikolojisiyle paralel olarak) birleştirdiğini gösterir. Zamanla Jung bu karakter özellikleri "kümesini" daha iyi ve daha kesin karşıtlıklar halinde farklılaştırmayı öğrendi.

Jung, dünyayı değerlendirmenin birbirine karşıt yolları olarak tanımlanan düşünme ile hissetmeyi tek başına birer kategori olarak görmeye başladı. Düşünenler nesnel bir şekilde değer biçer: Adil olan, herkese aynı şekilde davranmaktır. Hissetenler ise öznel olarak değer biçer: Adil olan, her olaya tek başına yaklaşımdır. "Kişinin yargısını en başından itibaren belirleyen ve sınırlayan şey psikolojik tipidir."⁶⁹



Alfred Adler (solda) Alman nörolog Leonhard Seif ile birlikte. Jung, Adler'in teorilerinin dünyaya içedönük bir yaklaşımı yansıttığını düşünüyordu.

Kimileri Toni Wolff'un, duyuşal ve sezgisel tipler arasındaki karşıtlığı öne sürerek *Psikolojide Tipler'e* katkıda bulunduğuna inanır. Nedenini anlamak kolaydır: Wolff'un kendisi sezgisel bir kişiliğe sahipti, daima satır aralarını okur ve bilinçdışı (usdışı işlev) vasıtasıyla bilgi edinirdi. Jung'un eşi Emma duyuşal tipti, detayların değerdendirilmesine düşkündü ve bilinçli farkındalık (ussal işlev) vasıtasıyla bilgi edinirdi. Duyusallar bir ormandaki her bir ağacı keskin biçimde algılar; sezgiseller ormanın salındığını görür. Bu eklemeyle ve belki de Wolff'un yardımıyla birlikte Jung'un kişilik kavrayışı gelişerek bir boyut daha ilerledi.

Jung için insan kişiliğini kesin ve doğru biçimde tanımlama süreci, dışadönük ve içedönük arasındaki tek bir ayrımla başladı ve zaman içinde daha çok gelişti. Bu süreç bugün *kşilik tipi* adı verilen çalışmayla devam ediyor. Kişilik tipi, Jung'dan sonra gelen yaklaşımları da içeren, bu yapılar etrafında şekillenen karakterin incelenmesi için kullanılan daha kapsamlı bir terimdir.

DIŞADÖNÜKLER VE İÇEDÖNÜKLER

Dışadönük dışarıya açık anlamına gelirken *içedönük* içine kapalı anlamına gelir. İsimlerinden de anlaşılacağı üzere bu tutumlar ruhsal enerjimizin doğal hareket biçimini tanımlar, enerji ya dış dünyaya yönelik ya da içdünyaya yönelik hareket eder. Bugünkü yaygın kullanımda, dışadönüklük girişken ve konuşkan –sosyal uğraşlarla enerji kazanan– kişilere atıfta bulunurken içedönüklük, genel manada konuşacak olursak, içine kapanık veya sosyal bakımdan sessiz sakın kişilere atıfta bulunur; sosyal uğraşlar bu insanları yorgun düşürebilir.

Dışadönük kişinin enerjisi dış dünyadaki nesnelere (insanlara ve şeylere) akar; içedönük kişinin enerjisiyse içsel dünyaya akar. İki tutum da faaliyet göstermenin sağlıklı bir yolu olarak görülür; Jung'a göre iki yaklaşım da normaldir. Hepimizin iki tarafa da akan bir miktar enerjisi vardır ancak baskın bir tercihe sahibizdir.

Katharine Cook Briggs ve kızı Isabel Briggs Myers, Myers-Briggs Tip Belirleyici'yi (MBTB) –II. Dünya Savaşı sırasında endüstriyel işgücüne dahil olan kadınlardan en iyi nasıl fayda sağlanacağını belirlemeye yardımcı olan psikolojik bir araç– geliştirmek için Psikolojide Tipler çalışmasını kullandı. MBTB'den elde edilen sonuçlara yönelik çalışmalar, içedönüklerin dışadönüklere oranını genelde 1:1 (yarı yarıya) olarak tanımladı veya bazı nüfuslarda bu oran 6:4'tü. Susan Cain, *Sakinler de Kazanır: Konuşmadan Duramayan Bir Dünyada İçedönüklerin Gücü* isimli kitabında Amerikan nüfusunun %33-50'sinin içedönük olduğunu tespit etti.

Dışadönükler topluluk halinde yaşamayı severler: Akşam performansı devam ederken kalabalıkla birlikte gitgide daha çok enerji kazanan komedyen bunun klasik bir örneğidir. Komedyenler sahneden iner ve ardından uzun bir süre sarhoş gibi olurlar; sakinleşmek için uyarım aşırırlar. İçedönükler atıl oldukları zamanlarda ve sessizlik içinde tazelenirler. Jung tipik bir içedönüktü. Dikkatinin doğal bir biçimde içeri doğru çekildiği açıktı (Adler'de de olduğu gibi). Dışadönükler dışarıdaki nesnelere yoğunlaşırlar ve içedönükler de içsel nesnelere odaklanırlar.

Biyolojik çalışmalar, harici uyarımın sakinleştirdiği ve çok fazla harici uyarımın bunaltıcı geldiği insan tipleri olduğunu

gösterir. Sigara içmek, kahve ve diğer uyarıcılar dışadönükleri yatıştırmaya eğilimlidir. Girişken insanların uyarımla sakinleştiklerini görüp görmediğinize bir bakın. İçedönükler genelde uyarıcıları bunaltıcı bulur. Bu biyolojik ayırım Jung'un içedönük-dışadönük kategorisinin psikolojik varlığını yansıtıyor gibidir.

İçedönük ve dışadönük, bilincin karakteristik yapılanma türlerini temsil eder. Fakat "bu tutumlar, davranışları tanımlıyor anlamı taşımaz. Kişi derin düşüncelere dalmış dışadönük bir keşişle de karşılaşabilir, içedönük bir iş insanıyla da".⁷⁰ Hepimizin içedönüklük veya dışadönüklük sergilediği zamanlar vardır fakat kişilik tipleri olmaları bakımından bu temel ayırım bizim için görmesi en kolay ayrımlardan biridir.

İçedönük ve dışadönük terimleri, günümüz dünyasında iyiye kavranıp kabul görmüş terimlerdir. Hemen her kapsamlı kişilik modelinin buna benzer bazı kategorileri vardır. Ancak Jung'un bu terimleri nasıl kullandığına daha yakından barksak birleşip tek olmuş birçok farklı yön var gibi görünür. Dışadönüklere dış dünya enerji sağlar, sosyallik odaklıdırlar ve düşünümsel değildirler; içedönükler içgözlemcidirler, sosyalleşmeye karşı isteksizdirler ve enerjilerini yalnız vakit geçirmekten alırlar. Bireylerde bu üçü hep bir arada mıdır?

Jung, içedönük tip için "Coşkulu partileri hiç sevmez. Sosyalleşmekte iyi değildir. Ne yaparsa kendi bildiği şekilde yapar, dışarıdan gelen etkilerin karşısında kendini barikat yapar. ...Kendi dünyası güvenli bir limandır, dikkatli bir biçimde düzenlenmiş, duvarlarla çevrili bir bahçedir, umuma kapalıdır ve meraklı gözlerden gizlidir. Kendine ettiği arkadaşlıktan iyisi yoktur,"⁷¹ yazar. Hiç şüphesiz, bunun bir karakter olduğunu

idrak ederiz. İçedönüklük herkesçe iyi bilinen bir tiptir.

Fakat enerjisini yalnız vakit geçirmekten alan tüm bu insanlar Jung'un tarif ettiği şekilde antisosyal mi? Kendi deneyimime göre konuşacak olursam, içedönük pek çok insan gördüm –yani kendilerini yalnız vakit geçirerek yeniliyorlardı– fakat ne antisosyallerdi ne âlimlerdi ne de kişisel gelişimle ilgileniyorlardı. Örnek olarak akla, partilerle bir sorunu olmayan, sessiz sörfçü geliyor.

Keza Jung'a göre dışadönüklük kimi zaman kişisel kimliğini kabileden faydalanarak oluşturmakla bir tutulur. "Dışadönükler ve personalarıyla tanımlanan tüm insanlar kendilerini görmeye başlayacakları için yalnız olmaktan korkar."⁷² Jung gerçekten de tüm girişken insanların kendi kendini sorgulamaya isteksiz olduğunu mu kasteder? Şüphesiz bir kesim bu tanıma uyar fakat esas soru şöyle olmalıdır: Her dışadönük bu tanıma uyar mı? İçedönük ve dışadönük terimlerinin anlamlarının biraz daha farklılaştırılmasına gerek olabilir mi?

Toni Wolff, *Psikolojide Tipler*'in modelini inşa etmesinde muhtemelen Jung'a yardım ederken bir şeylerin eksik olduğuna dair geçmek bilmeyen bir hisse sahipti. 1934'te içedönüklük ve dışadönüklükte birbirine bağlı olduğunu gördüğümüz bazı nitelikleri tanımlamanın bir yolunu ana hatlarıyla belirledi. Buna altıncı bölümde göz atacağız.

DUYUM VE SEZGİ

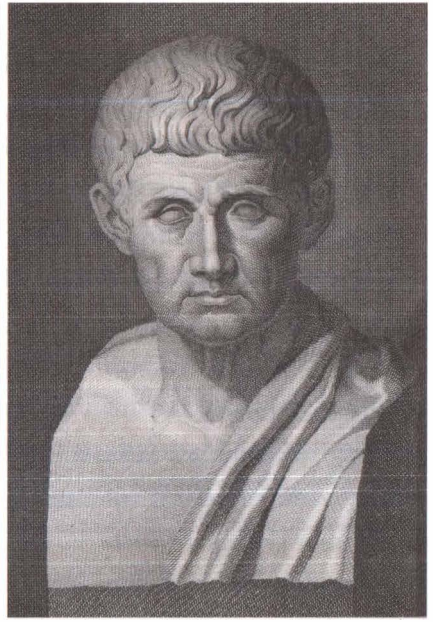
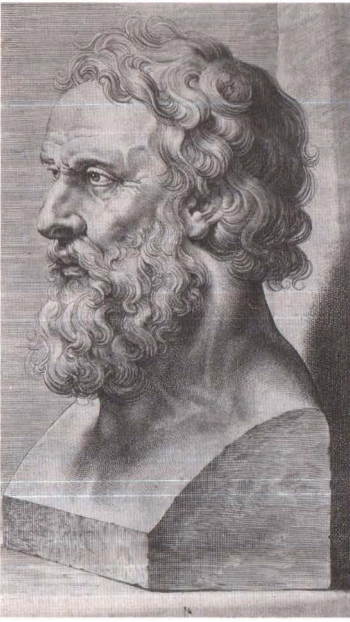
Jungiyen tipolojide *duyum* ve *sezgi*, sayelerinde bilgi topladığımız işlevlerdir. Duyum tüm dışsal somut yapılardaki gerçekliğin idrakidir; sezgi gerçekliğin bütüncül biçimde idrakidir. Duyusallar ağaçları görürken sezgiseller ormanı görür.

Duyum, duyuların bilinçli farkındalığı vasıtasıyla gerçekleşir. Duyusallar dünyanın renklerini, dokularını, tınılarını ve tatlarını deneyimleyerek değerlendirme kabiliyetine sahiptir. Dünyanın detay bakımından zengin izlenimlerini hatırlamakta (ve bazen de yeniden yaratmakta) onlardan iyisi yoktur. Eğer bir şarkıyı bir kez duyup ardından çalabilen bir arkadaşınız varsa o bir duyusaldır. Anda kalmak ve çevrelerinin farkında olmak konusunda iyidirler. Kuaförünüzün, portrenizi yapan ressamın ve beyin cerrahınızın bir duyusal olmasını istersiniz.

Sezgi bilinçdışı vasıtasıyla gerçekleşir. Sezgiseller bütünü analiz eder; nedenini bilemezken bile kolayca anlayıverirler. Sezgiseller doğuştan örüntü bulucudur. Çağrışımları, bağlantıları ve anlamları hızlıca ve sık sık deşifre ederler. Sezgisel tipler gizli içsel gerilimleri ve gelecekteki olasılıkları kavrarlar, yani nehrin nereye aktığını görürler. Tüm taşların nasıl yerine oturduğunu bilirler. Sezgiseller insanların kelimelerinin altında ne söylemeye çalıştıklarını çekip çıkarmada iyidir; beden dilini, üstü kapalı mesajları ve diğer kişilerarası işaretleri anlarlar. Bu onları ilişkiler konusunda daha iyi kılabilir.

Yunan filozof Plato, bütüne ve doğanın işleyiş ilkelerine olan ilgisiyle, bir sezgiselin bakış açısının somut örneğidir. Aristoteles, tüm duyularını kullanması ve her bir detayla yakından ilgilenmesiyle, duyusal yöntemin somut bir örneğidir.

Doğuştan gelen melodi yeteneği eşsiz bir duyusal deha biçimidir. Brian Wilson ve Paul McCartney, Beach Boys ve The Beatles için yazdıkları şarkılar üzerinden kendi dehalarını sergilediler. Bir başka duyusal deha biçimi de sanatsal performans ustalığıdır, enstrümanda notalar, tınılar, ritim ve etkili



Plato (solda) klasik bir sezgisel örneğiyken Aristoteles bir duyusal örneğidir.

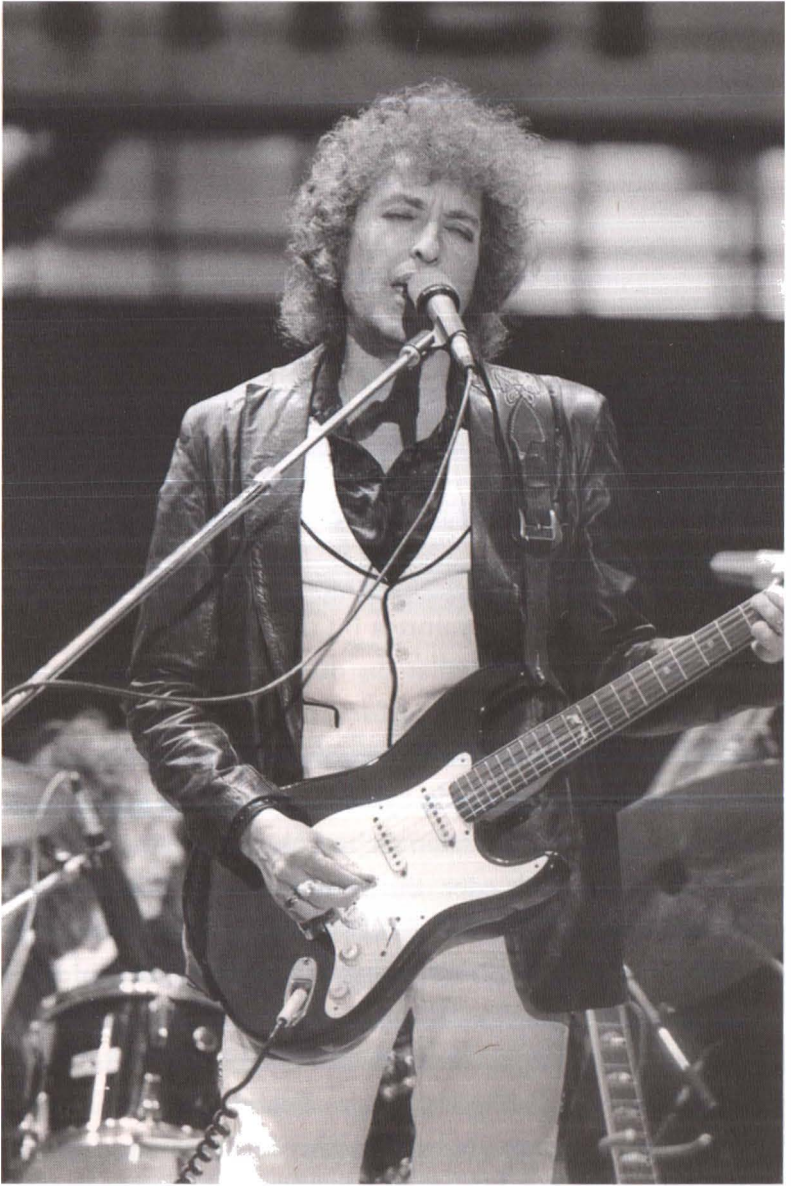
girişler yaratmaktan zevk alan virtüözlerdir. Jimi Hendrix, Jerry Garcia ve Jackson Pollock gibi ustalar, bulundukları an içinde yaptıkları doğaçlamaların karmaşık biçimiyle duyusal deha akışkanlığını temsil ederler.

Ancak yine de dehanın olduğu yerde genelde yaşamın yalnızca bir parçasına aşırı vurgu vardır. Gerçekliğin detaylarına karşı bu kadar dikkatli olan duyusallar kimi zaman sezgisellerin beden dili aracılığıyla gördüklerini gözden geçirirler. Usta duyusallar bile ilişkilerde ve sezgisellerin doğuştan kabiliyetli olduğu yaşamın diğer alanlarında kimi zaman sorunlar yaşar, tabii tam tersi de geçerlidir.

Dahi duyusal, çapraşık detaylarla akışkanlık üzerinden ya-

ratırken yaratıcı sezgiselin bir bütün algısı vardır. Sezgiseller pazarın ne yöne gittiğinin kokusunu alan bir burnu olan veya özgün bir konsepte sahip bir yönetici olarak oyunda avantajlıdır. Sezgiseller tüm parçaların nasıl en iyi şekilde bir araya getirileceğini bilir. Şarkıcı ve söz yazarı Peter Gabriel (Genesis'in ilk solisti), yaptığı müziğin herhangi bir parçası konusunda özellikle yetenekli olmadığını fakat tüm prodüksiyonu bir araya getirme yeteneği olduğunu söyleyerek kendisini bu şekilde tarif eder. Fakat bütüncüle yakın olmanın, somutluğu gözden kaçırma riski gibi bir sorunu vardır: "Sezgisel tip, ayaklarının dibindeki zorluğu göremez fakat bir farenin kokusunu on beş kilometre öteden alabilir."⁷³

Buluşma ve eşleşme dünyasında sezgisel tipler ile duyuşsal tipler arasındaki ayrım, üstesinden gelmesi en zor şey olabilir. Bunun nedeni, iki tipin yalnızca bu deneyimleri farklı açılardan algılamasıdır: Duyusallar dış dünyadaki deneyimlerimizi dolduran ince detayların pletorasını görür; sezgiseller satır aralarını okur ve saklı olasılıkları görür. Eğer ikisi bir partiye gidecek olsa duyuşsal çok güzel yeşil bir tafta elbise görür, sıcak elmalı tarttan hafifçe yükselen tarçın kokusunu hatırlar ve yeni boyanmış duvarı fark eder. Bu esnada sezgisel, iki arkadaşın gizlice seks yaptığı hissine kapılır, yeni bir iş fikri için muhteşem bir fikir bulur ve bir çift arasındaki gerilimli beden dilini fark eder. Bob Dylan'ın "She's Your Lover Now" şarkısında, somut bir duyuşsal tip (şarkıda kendisi oluyor) ile sezgisel partneri arasında var olabilecek iletişim beklentilerindeki muazzam uçurumu özetleyen bir sözü vardır: "Şimdi orada durmuş, söylemeyi unuttuğun bir şeyi hatırlamamı bekliyorsun."



Bob Dylan "She's Your Lover Now" şarkısında duyusal ve sezgisel tipler arasındaki ayrımı şık bir şekilde vurgular.

DÜŞÜNME VE HİSSETME

Kişilik tiplerinin üçüncü kategorisi *düşünme* ve *hissetmedir* ve bu kategori karar vermeye yönelik doğuştan gelen yaklaşımımızı tanımlar. Düşünenler nesnel bir şekilde muhakeme etmeye yatkındır: Adil olan, herkese aynı şekilde davranılmasıdır. Hissedenler öznel olarak muhakeme etmeye yatkındır: Adil olan, her kişiyi kendi liyakati ve kendi gerçek koşulları içerisinde incelemektir. Düşünenler mantıksal yaklaşımlarla daha rahat edebilirler; hissedenler ise kişisel yaklaşımlarla.

Düşünme bize bir şeyin ne olduğunu söyler; hissetme ise bize o konuda nasıl hissettiğimizi anlatır. Hissetme bilinçdışından gelir; bir şeye karşı hislerimizi değiştirmek zordur. Düşünme bilinçli bir süreçtir. Düşünenler önce anlamak ister, ardından ussal ve adım adım bir karşılık vermeye yatkındırlar. Etrafımızdaki dünyayı düzenleyen mantıksal ilkelere ve sistemlere yakındırlar.

Bir insan hissetme yönelimli bir yaşam sürüyorsa onun empatik ve uyumlu, daha yumuşak ve daha insan canlısı yaşadığını düşünürüz. Bir insan düşünme yönelimli bir hayat sürüyorsa onun sorgulayıcı, daha sistemli ve belki de daha soğuk ve mesafeli, daha az insan canlısı olduğunu düşünürüz.

Tipoloji, herkesin enerjisinin çoğunu baskın bir işlevin karşıladığını ileri sürer. İçedönüklerin baskın işlevi içeriye, dışadönüklerin baskın işleviyse dışarıya yöneliktir. Jung'un kendi baskın işlevi içedönük düşünendi, doğal olarak dünyada gördüğü nesneler üstüne kafa yoruyor, onları sınıflandırıyor ve onları mantık çerçevesinde düşünüyordu. Bir içedönük düşünen, etrafındaki dünyayı içsel bir tefekkür süreciyle anlamaya çalışır.

Buna karşın, dışadönük hisseden tipler duygularını, yargılarını ve tutumlarını diğerlerine düzenli olarak ve açıkça ifade eder. Sosyalleşmekten ve iş çevresinden keyif alır ve büyük organizasyonlara kendisini yakın hissedebilir. Onların yaşamı, kendilerinin ve başkalarının hissetme değerlerine eşlik etmeye ve kişilerarası ilişkileri sıcak tutmaya önem verir.

Bir içedönük hisseden tip muhtemelen pek çoğu dışavurulmamış duygularla dolu bir hayat sürer. Güçlü bir doğru ile yanlış algıları da olabilir; bunu ifade edip etmemeleriye başka bir konudur.

Bir dışadönük düşünenin yaşamı kurallarla ve ilkelerle doludur; dünyayı sınıflandırmayı ve size nedenini anlatmayı sever. Bir motorun neden çalıştığını anlar ve bunu size anlatmak ister. Meseleleri rasyonel biçimde etraflıca ele alır.

GELİŞİM VE OLGUNLUK

Herkesin enerjisinin çoğunu sağlayan baskın, üstün bir işlevi vardır. Onun ardından ikinci en çok tercih edilen, tamamlayıcı bir işlev; daha az gelişmiş, üçüncül bir başka işlev; ve son olarak bir alt işlev gelir. Alt işlev en az beceriye sahip işlevimizdir ve genelde yaşamın ihmal ettiğimiz alanını gösterir.

Baskın işlevimiz bize en kolay gelen yaşam biçimidir, yani yapmakta en iyi olduğumuz şeydir. Baskın bir duyuşsal, lezzetlerin ve seslerin veya dokunuşların ustası olabilir. Baskın duyuşsal bir tip enerjisini çevresindeki tüm somut dünyayı kavramaya yönelir. Girift bir hassasiyetle üretir; fıhristi bilir, kanondan bir bölümü ve dizeyi ezbere okuyabilir. Alt işlevi bunun zıddı, yani sezgidir. Örneğin, daha az akışkanlığa sahip olup güç algılanan ilişki ipuçlarını gözden kaçırabilirler. Yunanların



Dışad  n  k (solda) ve i  ed  n  k bir adam.

dediği gibi kendi kusurlarımızın erdemlerine sahibizdir.

Ancak Jung bilinçdışının alt işlevimize döküldüğü özel bir yol gözlemledi. Bu, bizim en güvenilmez işlevimizdir fakat kimi zaman yaratıcı sürecimizdeki sihir burada gerçekleşir. Bir duyuşsal, güzel kelimelerle bezeli bir şiir yazabilir fakat şiir tamamlanana kadar ne anlama geldiğini bilmez. Detay yetenekleri olağanüstü biçimler yaratmalarına olanak sağlar fakat alt işlevleri sezgi olduğu için bilinçdışı araya girene dek şiirin anlamını bilemeyebilirler, bunun karşısında kendileri de hayrete düşer. Tam tersi tipte, yaratıcı bir sezgisel, hikâyenin anlamını daha yazmaya başlamadan önce biliyor olacaktır fakat hikâyeyi doğru bir şekilde anlatmanın yolu yalnızca bilinçdışı vasıtasıyla mümkündür. Sezgisellerin alt işlevinin duyum olması, kelimeleri işleme sürecinde sihrin gerçekleştiği anlamına gelir fakat kelimelere eksiksiz biçimde şekil kazandırılmaz.

Bir yaşam boyu üçüncül ve alt işlevlerimizle akışkanlığını artırırız ve onları daha çok kaynaştırsak da bunu tamamen yapamayız. Birincil işleyiş yöntemimiz genelde yaşamımız boyunca baskın kalmaya devam eder, öte yandan ilgimizin daha az tercih edilen işlevlere gitgide daha çok kaydığını fark edebiliriz.

Tipoloji, gölge ve nevroz olasılıklarına işaret eder. Yaşamın bir alanında doğuştan yetenekli olmak ve başarı için sırtımızı ona yaslamak hayatta gözümüzün bile değmediği başka alanlar olduğu anlamına gelir. Kişilik tipimiz bir noktaya kadar nefes aldığımız sudur, varoluş biçimimizin asli doğasıdır. Alt işlevimiz genelde sahip olabileceğimiz olası gölge nitelikleri, karakterimize karşı zorlukları veya daha da geliştirmek için üstünde çalışmamız gereken nitelikleri gösterir.

Jung nevrotiklerin genelde sahip oldukları baskın iki işlevine fazla bel bağladığını ve diğer ikisini kullanma ihtiyacından kaçındığını gözlemlemiştir. “...Nevrotik mizaçların sonu gelmez çatışmaları hemen her zaman fark edilebilir, tek yönlü bilinçli tutuma dayanır, bu tutum bir veya iki işleve salt öncelik verirken diğerlerini haksız yere arka plana iter.”⁷⁴ Burada Jung, içimizdeki dengesizliği arayabileceğimiz bir yönü işaret eder: Dünyada hareket ederken ne sıklıkla baskın işlevimize ağırlık veriyoruz? Bu işlevlerden en az hangisini kullanıyoruz veya bizim için en az akışkan olan hangisi? Eğer bakarsak baktığımız yerde gölgemizin bir parçasını görebiliriz.

Kişilik tipi kabiliyetlerimizi tanımamızda ve zayıflıklarımızla daha iyi başa çıkmamızda bize yardımcı olabilir. Başkalarının ortaya koyduğu güçlü yönleri ve içinden geçtikleri zorluklara değer vermemize de yardımcı dokunabilir.

Tip farklılıkları, ilişkilerin gelişime ihtiyaç duyma nedenlerinden biridir: Diğer tiplerden insanlar bizi, kendimizle ilgili gözden kaçırdığımız şeyleri görmeye yönleltebilir ve yeni algılama, var olma ve değer verme biçimlerini keşfetmemizde bize yardımcı olabilir.

Önemli Noktalar

- ***Psikolojide Tipler*** - 1921'de yayımlanan bu kitapta Jung, dışadönük ve içedönük terimlerini (ve başka terimleri) yaygın kullanıma kazandırdı.
- **Dışadönüklük** - Yaygın kullanımda, girişken ve konuşkan kişiye dışadönük denir. Jung'un dışadönüklüğü dış dünyaya karşı alakadar bir tutumdur. Dışadönükler enerjilerini insanlarla etkileşimleri vasıtasıyla kazanır, onların enerjisi dışarı akarak dünyadaki nesnelerle buluşur. Dışadönüklerin uyarımla sakinleşmeleri olasıdır.
- **İçedönüklük** - Yaygın kullanımda utangaç, sosyal bakımdan çekingen veya uyumsuz kişilere içedönük denir. Jung'un içedönüklüğü içsel dünyaya karşı alakadar bir tutumdur. İçedönükler enerjilerini yalnız vakit geçirerek kazanırlar ve onların enerjisi dünyadaki nesneler üstüne kafa yorar. Çok fazla uyarım karşısında bunalabilirler.
- **Duyum** - Duyular vasıtasıyla bilgi toplama işlevi. Duyusallar gerçekliği keskin detaylarla algılarlar ve çok sayıda duyuusal veriyi akıllarında tutabilirler. Duyusallar somut şeyleri idrak ederler, çıkarımları ve üstü örtülü anlamları gözden kaçırabilirler.

- **Sezgi** - Bilinçdışı vasıtasıyla bilgi toplama işlevi. Sezgi-seller bütüncül olarak algılarlar ve iyi bir büyük resim algıları vardır. Konuşulmayan veya gizlenen ya da yeni yeni ortaya çıkan seslerin kokusunu alabilirler fakat somut detayları da gözden kaçırabilirler.
- **Düşünme** - Nesnel bir karar verme tarzı tercihi. Düşü-nenler genelde mesafeli, mantıklı ve istikrarlı bir değer sistemiyle işlev gösterir. Düşünceyi sorgular ve ilkelere değer verirler. Kimi zaman hisseden tipteki insanlar-dan daha katı veya daha soğuk oldukları düşünülür.

6.

Arketipler

ARKETİP NEDİR?

Hepimiz içgüdünün gücünü anlarız. Biyolojik etkilerin dışavurumunu kendimizde, çocuklarımızda ve başkalarında fark ederiz. İçgüdüler, doğanın bizi fizyolojik olarak dışavurmaya ittiği belirli örüntülerdir. İçgüdüler, insan türleri arasında evrenseldir; dünyanın dört bir yanında hareket halinde olduklarını görürüz. Doğanın içerisinde de her yana uzanırlar; hayvanların bizimle pek çok ortak içgüdüğü vardır. İçgüdüler pervasız etkilerdir: Bizi derinlerden harekete geçirirler ve sebebini bilmesek de onların baskısına direnemeyiz. Bizi yönlendirirler ve örneğin, ister avcı hayvanlar, yılanlar, karanlık mağaralar ister yükseklik olsun, tüm canlıları yerleşik korkularına sahip olmaya sürüklerler. İçgüdüler, biz içimizde böyle bir kodlama olduğunun farkında bile değilken dünyaya verdiğimiz tepkileri şekillendirir.

İçgüdüler kendilerini içimizde yaşayan örüntüler vasıtasıyla biyolojik olarak dışavurur. Jung içimizde psikolojik olarak hareket eden benzer yapılar olduğunu da gördü. Plato, Kant ve Schopenhauer'un geleneğinden devam eden Jung, ilk ilkel için Antik Yunanca bir kelime –*arketip*– seçti ve ruhta keşfettiği evrensel örüntülere atıfta bulunmak için bu kelimeyi

kullandı. Bir arketip “işleyişin kalıtsal biçimidir ve tavuğun yumurtadan çıkmasında, kuşun yuvasını kurmasında, belirli bir tür eşek arısının tırtılı motor sinir düğümünden sokmasında ve deniz yılanlarının Bermuda’ya giden yolu kendi başlarına bulmasında var olan, doğuştan gelen yapıya denk gelir. Bir başka deyişle, ‘bir davranış modelidir’”.

Jungiyen psikolojide *arketip* terimi bilinçdışında bulunan, bizi “kendi yuvamızı kendi bildiğimiz gibi inşa etmeye” yönlendiren güçlü etkileri tarif etmek için kullanılır. Bu derin



19. yüzyılda yaşamış Alman filozof Arthur Schopenhauer’un prototipler fikri, Jung’un arketipler kavramına ilham verdi.

psikolojik yapılar yaşama karşı tutumumuzun ve dünyayla baş etme biçimimizin temelini oluşturur. Belirli bir uyaran söz konusu olduğunda nasıl tepki veririz? Neden biz bu şekilde tepki veririz de bir başkası tam tersi bir tepki verir? Neden bazı insanlar sorunlarına doğrudan yaklaşırken bazıları üstüne düşünmek için duraksar? Arketipler yalnızca ne yaptığımızın bilgisini vermez, aynı zamanda dünyayı nasıl kavradığımızı –dışarıda gördüğümüz şeyin ne olduğunu– söyler. Belirli arketiplere içsel yakınlığımız, dünyaya dair bilinçdışı görüşümüzü meydana getirir ve karakterimizi tanımlamakta etkili olur. Arketipler belirli fikirlere düşkünlüğümüzü ve belirli insanlarla ilgili hislerimizi etkiler. Psikolojik yansıtmaımızın –başkalarına bilinçsizce yüklediğimiz değerlerin– ardında arketiplerle ilişkimiz yatar. Komplekslerle benzer şekilde (ve kişinin arketipsel bir kompleksi de olabilir) arketipler de bize bizim onlara sahip olduğumuzdan daha çok sahip olabilirler ve bunu bilemiyor olabiliriz. Eğer bir şey “tüylerinizi diken diken ediyorsa” bilinçdışında faaliyet gösteren, iş başında bir arketipsel tepki söz konusu olabilir.

Arketipler için belki de en iyi metaforlar antik mitolojik tanrılarımızdır. Yunan panteonu bize şunları sunar: saldırgan içgüdüleri simgeleyen savaş tanrısı Ares; anaç içgüdüleri simgeleyen evlilik tanrıçası Hera; cümbüşe, değişken durumlara ve heyecan verici hazza doğru çekilişimizi simgeleyen şarap tanrısı Dionysos. Her figürle ilgili hikâyeler temel bir ilkeyi, enerjilerinin gittiği yönü, yaşama karşı bir tutumu anlatır fakat aynı zamanda ilintili bir gölgeyi, onları çöküşe götüren ve zorlukların ortaya çıktığı bir yolu betimler. Her tanrı bütüncül bir karakterdir; genelde bir iyi bir de kötü tarafı



Yunan savaş tanrısı Ares'in heykeli. Ares saldırgan içgüdü arketipini temsil eder.

vardır, aynı zamanda neredeyse her durumda ne yapabileceğini hayal etmemizi mümkün kılan, dünyaya karşı değişmez bir yaklaşıma sahiptir.

Zamanın bir noktasında dünyanın dört bir yanında, atalarımız bunlara benzer kendi figürlerine tapındılar. Bunlar gibi mitolojik tanrılar hakkında bizi kendimizi görmeye iten şey nedir? Neden her farklı Yunan vatandaşı farklı bir tapınağa gitti? Neden kendi tanrılarını seçtiler? Jung arketiplerin içimizde muazzam enerji ve hatta huşu ile merak barındıran kutsal merkezleri olduğuna ve böylelikle bize değerlerimizi ve tinselliğimizi öğrettiğine inanıyordu. Arketiplere içsel yakınlığımız bizim için en çok önem taşıyan ilkeleri gösterir ve onlarla ilişkili psikolojik tutumların olduğu bütün bir paketi beraberinde getirir. İçimizdeki bu enerjilerin ev sahibiyle olan ilişkimiz karakterimizi büyük ölçüde tanımlamamıza yardım eder. Mitolojik tanrılarla özdeşleşiriz, çünkü içimizdeki en derin enerjileri temsil ederler.

Arketipler kolektif örüntülerdir, insan kültürlerinin tamamında evrensel olarak bulunurlar. Günümüzde, atalarımızın bu tür figürlere düşkünlüğünü aştığımızı düşünmek yaygındır fakat bizi çekmeye devam ederler. Popüler olan şeylerde onları görürüz. Neil Gaiman'ın çoksatana romanları aksiyonun merkezine gerçek manada arketipsel figürler yerleştirir. *Amerikan Tanrıları* (2001) Gölge adındaki bir karakterin etrafında şekillenir ve başarılı bir şekilde televizyona da uyarlanmıştır. Günümüzde çizgi romanlardan karakterler üstüne kurulu, kimi zaman da başrollerde mitolojik figürlerin olduğu filmler salonlara en büyük rağbeti getirir. Ancak bazı bakımlardan bu filmler bir anlam içermeyen –seyirciyi psikolojik

olarak dönüştürme gücüne sahip olmaksızın– yeniden anlatılmış mitlerdir. Kadim atalarımız hikâye anlatıcılığını ve tiyatro sanatını, izleyenlerin içinde bir değişim uyandırmak için kullanırdı. Çağdaş hikâyelerse ekseriyetle satış yapmak ve eğlendirmek için vardır.

Bu bölümde ruhun arketipsel düzeyini keşfedeceğiz, Jung'un tabiriyle *kolektif bilinçdışını*. *Kahraman* ve *bilge kişi* gibi birkaç örneğe kısaca göz atacağız.

KOLEKTİF BİLİNÇDİŞİ

Jung *arketip* terimini ilk olarak 1919'da kullanmaya başladı fakat Jung'un aklına bu fikir daha önce, 1909'da gördüğü bir rüyadan gelmişti. Bennett ve diğerlerine çok güzel bir şekilde tasvir edilen rüyası, evinin bir odasında kendisinininkine çok benzer bir incelemeyle başlar fakat Jung zemin kata inen bir kapı keşfeder. Merdivenlerden inip 16. yüzyıl veya daha öncesinden kalma mobilyalarla döşeli bir odaya girer. Kilere doğru ilerlediğinde hepsinin Roma tasarımı olduğunu fark eder. Ve ardından:

*Elimde bir fenerle merdivenlerden aşağı inerken tekinsiz bir hisse kapılmışımdı. Artık dipteyim, diye düşündüm. Fakat ardından bir köşede, ortasında bir halka olan bir kesme taş gördüm; halkadan tutup kaldırdım ve aşağıdaki mahzene baktım, bir mağara veya muhtemelen bir mezara benziyordu. Taşı kaldırırken içeri biraz ışık düştü. Mahzen tarihöncesi çömlekler, kemikler ve kafataslarıyla doluydu. Adeta dilim tutuldu...*⁷⁵

Jung bu rüyaya ve sahip olduğu “beklenti atmosferine” uzun bir süre kafa yordu. Nihayetinde rüyanın kişiselden başlayarak –rüya kendi evinde başlamıştı– bilinçdışının katmanlarını temsil ettiği ve kademe kademe indikçe artık kendisine ait olmadığı, ortak bir bilinçdışına dönüştüğü kafasına dank etti. Rüyasını, o esnada kişisel bir açıklama arayışında olan Freud’a anlattı; fakat Freud, Jung’un bu görüşle ilgili öncü çalışmasını överek daha sonra “arkaik kalıtım” ve “bellek izlerinden” bahsedecekti. Rüya, Jung’un *kolektif bilinçdışı* adını verdiği şeyi betimler.

Jung, kişisel bilince ek olarak, ruhun içinde evrensel, kişilerüstü ve tüm bireyler tarafından paylaşılan daha derin bir katman olduğunu ileri sürdü. Bu katman kişisel deneyimimizle gelişmez, bize miras kalmıştır. Dünyayı deneyimleme biçimimizi



Jung’un bilinçdışımızın farklı katmanlarıyla paralel olarak farklı çağlarda inşa edilmiş katmanlara sahip kır evi rüyası, arketip fikrine ilham verdi.

şekillendiren önceden var olan yapıların –*arketipler*– faaliyetinde bunu görürüz, bunların üzerimizdeki etkisini yalnızca psikolojik olarak görebiliriz. Bu içeriklerin faaliyetini yalnızca içsel tefekkürle keşfedebiliriz; çoğu zaman arketipler bizim aracılığıyla bilinçdışından işleyiş gösterir. Kolektif bilinçdışı, bizim vasıtamızla yaşamayı sürdüren geçmişin buradalığıdır.

*Kolektif bilinçdışı, atalarımızın en eski kökenlerine kadar uzanan ruhsal yaşamı kendi içinde barındırır. Tüm bilinçli ruhsal oluşumların matrisidir ve bu nedenle bilinçlilik özgürlüğüne en üst düzeyde gölge düşüren bir etkisi vardır, çünkü tüm bilinç süreçlerini yeniden eski patikalarına döndürmek için durmaksızın çabalar.*⁷⁶

Burada Jung yalnızca kolektif bilinçdışının varlığına değil, tehlikesine de işaret eder. Önceki kuşakların iyiden iyiye eskimiş patikalarının içimizde sağ ve sağlıklı olduğunu, bizi kendilerine çağırdığını söyler. Kişisel özgürlüğümüz ve bilinçli tercihler yapma kabiliyetimiz kolektif bilinçdışı tarafından sekteye uğrar; dünya görüşümüzü ve kendimize bakışımızı şekillendirir. Günümüzde bu düşüncenin biyolojik olarak yankısını görebileceğimiz bir mesele, travmanın epigenetik olarak aileler içerisinde taşındığının keşfidir: Geçmiş bizi ve geleceğimizi biçimlendirir. Kolektif bilinçdışı tarihi tekerrür etmesi için büken psikolojik etkidir.

Fakat tarihin sahiden de herhangi bir yapısı var mıdır?

Plato dünyadaki anlamlı yapıların varlığını yaşamdaki amaçlılığın bir kanıtı olarak görürdü. Arketipler, evreni bi-

çimlendirip yapılara dönüştüren bir düzenleyici ilkenin dışavurumuydu. Keza Jung’a göre de arketipler yalnızca etkin kolektif bellek değildi, aynı zamanda içimizde yaşayan tüm dünya mitolojisinin köklü metaforlarının bir ifadesiydi.

Jung danışanlarının rüyalarındaki tuhaf imgelerin, görme-lerinin mümkün olmadığını bildiği kadim simya metinlerinde ortaya çıktığını da görüyordu (bu gözlemi yapmak yalnızca Jung’un yaşadığı, televizyonun ve internetin olmadığı bir çağda mümkündü). Bu, Jung’un edebiyatta ve mitolojide bulduğu tekrar eden motifleri yansıtıyordu, bu motifler Jung’a içimizde kültürel olarak aktarılmış olmaktan ziyade kalıtsal bir ortak psikolojik yapı olduğunu gösteriyordu. Arketipler sembolik bütünlere: Anlam bakımından ilişkili bir dizi imgeyi ve olasılığı, hem olumsuz hem de olumlu dışavurumları içerirler. “Böylesi değişken temsiller miras alınmış olamaz. Arketip bir motifin *bu gibi temsillerini oluşturmaya yönelik bir eğilimdir*: Bu temsiller temel yapıları değişmeksizin ayrıntıda büyük farklılıklar gösterebilir.”⁷⁷

Eğer doğaya biçim veren bir nitelik söz konusuysa bu, gerçekliğimizin yapıtaşlarında işleyiş gösteren zeki bir ruh olduğu anlamına gelmez mi, diye sorabiliriz. Sekizinci bölümde “Büyük Sorular”ı daha çok keşfedeceğiz.

Yeni Çağ tinselliğinde kolektif bilinçdışı ruha tekil, bölünmez bir alan olarak atıfta bulunmak için kullanılır, Jung’un kastı bu değildi. Büyük Jungiye analist ve yazar Marie-Louise von Franz, “Kolektif bilinçdışı hipotezini tarihsel olarak ve geriye doğru giderek her şeyi kapsayan bir dünya ruhuyla ilgili o kadim fikirle tanımlamak doğal olarak çok caziptir,”⁷⁸ gözleminde bulunmuştu. Ancak Jung zaman ve mesafe içinde

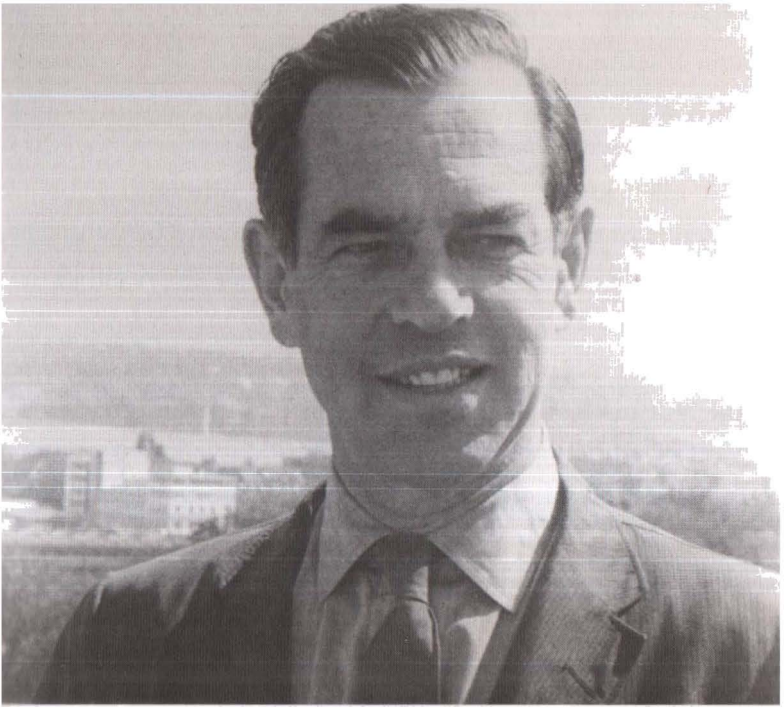
pek çok ortak ruhsal olay deneyimlemişti ve ruhun fiziksel bedenle sınırlı olduğuna inanmıyordu. Ona göre büyük soru, arketipsel dünyanınkiler gibi içsel yaşam figürlerinin bazı bakımlardan kendi başına gerçek olup olmadığıydı. Jung öyle olduklarına inanıyordu ve kolektif bilinç dışından hiçbir belirli kişiye bağlı olmayan, yine de var olmayı sürdüren canlı bir gerçeklik, bir nesnel ruh olarak söz ediyordu.

KAHRAMAN ARKETİPİ

Yaratılış hikâyeleri bir yana, mitolojide kahraman mitinden daha yaygın belki de başka hiçbir tema yoktur. Kahraman, canavarla yüzleşen ve onu alt eden güçlü kişidir, en temel yaşam enerjilerinden birini temsil eder. Savaş ya da kaç? Kahraman savaşır. Davasından vazgeçmez. Canavarla karşı karşıya gelir ve hayatta kalır. Ölümü gerçekleştirir. Bu, dünyadaki temel kendimizi gösterme içgüdümüzdür ve varoluşun en temel yönlerinden biridir. Saldırganlık ve güç; dünyayla yüzleşmek için yükselen içimizdeki o dinamik, kahramanın karakteri de budur.

Kahraman hikâyedeki başkarakterdir. Ebedi faildir. En ilkel mağara resimlerinden Homeros'un Odysseus destanına kadar, insanlık kahramanın hikâyesinden haberdardır. Joseph Campbell kahramanın hikâyesini evrensel bir monomit, insan mitolojisinde her an ve her yerde var olan bir hikâye olarak tanımlamıştır. Meşhur çalışması *Kahramanın Sonsuz Yolculuğu* (1949) yeraltına inen, eziyetler atlatan ve kabile için bir hediyeyle geri dönen kahramanı anlatır. Bu örüntü eski hikâyeler boyunca tekrarlanır.

Campbell, kahraman arketipine dair incelemelerinde Jung'dan etkilenmişti. Buna karşılık, Campbell'in çalışması



Edebiyat profesörü Joseph Campbell, kahramanın yolculuğunun temel motiflerinin hemen her hikâyede tekrarlandığını gösterdi.

da *Yıldız Savaşları*'nı yaratırken George Lucas'a ilham oldu. Kahramanın arayışı, Luke Skywalker'ı yok edilmesi gereken teknolojik bir canavarla yaşanan bir çatışmaya sokar. Luke tüm galaksinin yararına başarılı olur. Bu hikâyelerde kahraman kabileyle olumlu bir ilişki bağlamında görülür fakat kahramanı kendi başına da inceleyebiliriz. Kahramanca eylemlerin failine toplumsal bağlamın ötesinde bakmak savaşçı arketipine bakmaktır.

Savaşçı arketipi rekabet için rekabet enerjisidir, kimin en iyi olduğunu görme dürtüsüdür, sırf kimin en hızlı olduğunu

görmek için koşmayı örnek verebiliriz. Her birimizin içindeki savaşçı arketipi bizim hırslımız, irade gücümüz, kuvvetimizdir; kendimizi gösterirken rahat etme şeklimizdir. Toplumda savaşçı, kimliğini sıkı çalışmayla, kahramanlıkla, başarı ve kazanımla elde eden kişiler tarafından ifade edilir. Bir savaşçı, benlik algısı yalnızca savaş alanında, spor sahasında veya bitiş çizgisinde yara alabilecek olan kişidir. Burada mesele en iyi olmaktır.

Toni Wolff 1934'te *Structural Forms of the Feminine Psyche* üzerine verdiği konferansta kadınlar arasında bu karakter tipini tanımladı. Onun amazon yapısı bir savaşçıdır: Benlik algısını eylem kapasitesinden, kuvvetinden ve kendine yeterliğinden alır. Kimliğini kendisi dışındaki kimseden edinmez. Günümüzde iş, spor ve sanat dünyasında kadınlar kadar erkeklerin de bu şekilde yaşadığını görüyoruz. Şarkıcı ve söz yazarı Grace Jones bu dinamiği güzel ifade etmişti: "Çatışmalardan hoşlanıyorum. Rekabeti seviyorum. Kendim için bir şeyler keşfetmeyi seviyorum. Aslında çocuksu bir özellik. Fakat size belirli ölçüde güç veriyor ve insanların gözü bundan korkuyor."

Savaşçı arketipi nötrdür, yani ne iyi ne de kötüdür fakat aynı zamanda pek çok şeyi görmekten kaçınan bir gölgeyi beraberinde getirir. Savaşçının gölgesi saldırganlık, şiddet, öfke, hasislik veya soğuk mesafedir. Savaşçının gölgesi "güçlü insan" sırf yapabiliyor, sırf en güçlü o diye istediğini alan yabaniidir. 1980'lerde David Mamet'in oyunu *Glengarry Glen Ross* (1984) ve Oliver Stone'un *Borsa* (1987) filmi bizlere savaşçı enerjisini, kişisel veya toplumsal bedelleri umursamaksızın kâr peşinde koşmak olarak gösterdi. Bu enerji uygarlığımızın birincil dürtülerinden biridir.



Amazon formunun gücü ve kendi kendine yeterliği savaşçı arketipini karşılar.

İçimizde fiziksel egemenlik ve ahlaki iyiliği bir araya getiren bir dürtü bile vardır. Yüzlerce yıl boyunca bir kişinin erdemi veya iddiasının doğruluğu savaşla belirlenebilirdi; bir düello “Tanrı’nın gözünde” kimin haklı olduğuna karar verilebilirdi. Bu arketip tarafından harekete geçirilenler arasında çoğunlukla, kazanan kazanır, kaybeden kaybeder —o zaman öyle olsun— inancı vardır. Savaşçı arketipi pek çok insan için bir yaşam felsefesidir.

Kahraman arketipi kabilenin savunucusudur, savaşçı arketipiyse kişilerüstü bir arketiptir. Günümüzde kahraman arketipinden savaşçıya ve gölgesine değinmeden söz etmek yaygındır. Kahraman arketipini sterilize ettik. Pek çok modern arketipsel sistemde Jungiyen analist Robert L. Moore gibi kimileri, savaşçıyı çoğunlukla toplumla ilişkisi bağlamında değerlendirir ve bu nedenle arketipin doğal gölgesini çoğunlukla gözden çıkarır. Yeni Çağ hareketinde *spiritüel savaşçı* terimi benzer bir şekilde kullanılır ve savaşçının canlı enerjisinden ziyade bilge kişi veya şaman arketipiyle daha fazla ortaklaşır gibi görünür.

Mitolojide savaş tanrıları genelde gölgeleriyle birlikte gösterilir. Saldırganlığın ve düşünmeden hareket etmenin onları çöküşe götürdüğünü görürüz. Karakter bize bütünüyle sunulur ve bu arketiple tanımlananlar en sonunda kendilerini kişisel olarak neyin kurtarabileceğini görmeye davet edilir. Bugün kültürümüzde savaşçı arketipinin alanları çoğunlukla derinlemesine düşünmeden kaçınılan, hatta bununla alay edilen alanlardır. Savaşçı, soyunma odasında ve şantiyede arkadaşlarının keyfini kaçırma dilini besler. Toplantı odasında ve özel kulüplerde iyice serpilir, gücün diğer her şeye üstün olmasını göklere çıkarır. Böylelikle savaşçı arketipi, eksik olabilecek şeyin rahatsız edici görüntüsünden tecrit edilir; kendi gölgesiyle yüzleşmekten kaçınır.

KRAL VEYA KRALİÇE ARKETİPİ

Kral veya kraliçe, bir kabile veya gruptaki alfa, lider veya baskın kişidir. Kral veya kraliçe onları çevreleyen topluluk olmadan tasavvur edilemez; yönetici ve kabile tek bir psikolojik organizmadır. İçimizde bu arketiple olan ilişkimiz, toplum

ve otoriteye karşı hislerimiz üzerinden dışavurulur. Bir topluluk veya ulusta, kurulu iktidarı nasıl gördüğümüzle, otorite figürleriyle ilgili nasıl hissettiğimizle ve genelde de statükoyla ilgili hislerimizle fazlasıyla bağlantılıdır.

Kişisel olarak kral veya kraliçe arketipiyle özdeşleşenler toplumsal düzende teselli bulur. Grubun yapısı ve istikrarı onları rahatlatır ve kendilerini güvende ve emin hissetmelerini sağlar. Ait oldukları topluluğun değerlerine yönelirler ve kendi değerlerini de gözeltirler. Takım oyuncusu olmaya yatkındırlar ve onların takımı iyi kimselerden oluşur. Topluluklarının başarmış olduğu şeylere bağlıdırlar. Değişimden korkmaya ve kaostan nefret etmeye meyillidirler. Yapıyı ve düzeni getirmek ve savunmak için çaba harcarlar.

Kral veya kraliçe kim olduğunu ve ne istediğini bilir. Bu arketiple özdeşleşenlerde çoğunlukla güçlü bir yönetici işlevi vardır, karar alma konusunda rahattırlar. Sonuç olarak böyle insanların çoğu (hepsi olmasa da) Myers-Briggs Tip Belirleyici'deki yargılama işlevini tercih eder.



Kral arketipi istikrar ve düzen arayışındadır ve ait olduğu toplumsal gruptan teselli bulur.

Noreen ve Tad Guzie, *About Men and Women* isimli kitaplarında, baba ve anne arketiplerinden kral ile kraliçenin gündelik ifadesi olarak bahsederler. Guzie'ler bu arketipi ilk önce başkaları için emek vermekten tatmin olan ve kendi kimlikleri ile doyumlarını grup, aile, kabile veya şirket içinde bulan bireylerde gözlemler. Anne ve baba, kabiledaki yerleri üzerinden kendilerini anlar ve genelde öğretmenlik, itfaiyecilik, hemşirelik veya kolluk kuvveti olmak gibi hizmet odaklı kariyerler seçer. Mükemmel liderler olabilirler, çünkü hepsinin bilinçdışı gruba bağlıdır. En iyi hallerinde anne ve baba çocuklarına, çalışanlarına veya kendi topluluklarına üretkenlik yaratan (özellikle emrindekileri çalışkanlığa teşvik ederler) sağlıklı yapı ve düzeni sunarlar. Teşvike, insanları özel bir ekipte gibi hissettirmeye ve bizleri dahil ediliğimizden haberdar etmeye dair içgüdüsel bir yetenekleri vardır.

Bu insanlar, kimliklerinin büyük kısmını gruptan edindikleri için kişilerarası saygı meseleleri, itibarı koruma ve “komşularla aşık atma”, farkındalıklarının genelde önceliğidir. Herkesin önünde kötü görünmek istemezler. Ancak anne/baba arketipinin gölgesinin özü kontrol, güç ve hiyerarşi meselelerini çepeçevre sarmaya eğilimlidir. Kral veya kraliçeyle özdeşleşenler, “Ya sev ya terk et” sözündeki gibi, genelde otoritelerine saygı talep ederler. Richard Nixon, 1977’de David Frost’a “Bir işi yapan Başkan ise o iş yasadışı değildir,” dediğinde kral arketipiyle kişisel özdeşleşmesini açığa vuruyordu; yasa, bizzat kendisiydi.

1950’lerden beri Batı toplumu, baba arketipiyle özdeşleşen erkekleri yavaş yavaş tahttan indirdi. Eskiden alfa tip baba erkek, toplumun yörüngesinde döndüğü tekerdi. Erkek grup-



Richard Nixon otoritesine saygı gösterilmesini talep ettiğinde kral arketipine örnek oluşturdu.

ların ve erkek hakları hareketinin evrimi bu değişime geniş ölçüde bir tepkidir. Bugün baba arketipiyle özdeşleşen erkekler kendilerini anlamak için yeni yollar arıyorlar. Kanadalı psikolog ve profesör Jordan Peterson, baba-kral yaklaşımına

vurgu yaparak Jung'u ele alır ve bu toplumsal değişimin zorluklarını deneyimleyenlere ve dünyadaki baba arketipinin enerjisini arayan genç erkeklere hitap etmesiyle bilinir.

Bir kişi baba kompleksine de sahip olabilir, bu kişinin babasına karşılık kişisel bir nevrozdur. Böyle bir durumun olumlu veya olumsuz biçimleri olabilir ve neredeyse herkesin bir tür ebeveyn kompleksi vardır. Baba kompleksinin klasik biçimlerinden biri seneks tip kişiliktir. *Seneks*, iktidarını korumak için etrafındaki yaşamı baskı altına alan *ihhtiyar krala* göndermedir. Bilinçdışı ve istikrardaki ısrarı gelişimin doğal akışını engelleyen otoritedir. İhtiyar kral hayatın işleyişinin ilerlemesi için yenilgiye uğratılmalıdır. Yenilik getiren kaostan korkar. Mitolojide zaman tanrısı Kronos saltanatını korumak için çocuklarını yer, yani içimizdeki yeni yaşamı öldüren bir tür korumadır. Baba kompleksini içimizdeki olumsuz, azarlayan bir ses olarak, gelişmeye karşı içsel bir inkâr olarak veya başkalarına karşı eylemlerimizde ve tutumlarımızda bu yönlerden bazılarının bilinçsizce açığa vurulduğu bir yaşam olarak deneyimleyebiliriz.

Bu arketipin olumsuz niteliklerini dünyaya taşıyabileceğimiz gibi en iyi yönlerini de sergileyebiliriz. Robert L. Moore kral (veya kraliçe) arketipini kendi bütünlüğü içinde, sizin altın gibi parladığınızı görebilen ve bundan ötürü sizden nefret etmeyen biri olarak çok güzel bir şekilde ifade eder. Olgun baba veya anne tip kişi, kabiliyetlerinizden ötürü sizi kıskanmaz, onlara değer verir, bir yandan da sizi el üstünde tutar. Başkalarını takdir etmek bu arketipe yakın kişiler için özel bir yetenektir. Olgun bir baba veya anne tip insan etrafındakilere görüldüklerini ve takdir edildiklerini hissettirmekte yeteneklidir.



Tahtını korumak için kendi çocuklarını yiyen zaman tanrısı Kronos'un gravürü.

Kişisel olarak kral veya kraliçe arketipiyle özdeşleşenler kimi zaman Jung'un benlik kavramıyla da ilişkilendirilebilir. Robert L. Moore ve diğerleri bunu açıkça yapar: Moore'un ruh haritası kral veya kraliçeyi en tepeye koyar. Jung şahsen böyle bir iddiada asla bulunmadı ve esasında benliği, kral veya kraliçeyle olduğu kadar veya daha çok çocuk arketipiyle ilişkilendiriyordu.

BİLGE KİŞİ

Yaşlı bilge adam veya kadın folklorun ve mitolojinin tamamında bulunan bir figürdür. Üstün anlayışa sahiptir ve aynı zamanda genelde daha gelişmiş tinsel veya ahlaki karakterdir. Böyle karakterler kahramana macerasında ilerlemek için ihtiyaç duyduğu bilgiyi veya irfanı sık sık sağlar. *Yıldız Savaşları*'nda Ben Kenobi, Luke'un öğretmeni rolündedir, genç kahramanın yaşamına amacı ve bilgiyi taşır. Kahraman beraberinde gayret, cesaret ve doğrudan eylem getirirken bilge kişi düşünme ve sorgulamanın karşıt değerlerinin önemini gösterir. Jung bu arketipi şöyle tanımlar: "Genelde masallardaki ihtiyar adam kim, neden, nereden, nereye gibi sorular sorar. Özdüşünümü teşvik etmek ve ahlaki güçleri harekete geçirmek amacıyla böyle yapar."⁷⁹

Bilge kişi başkalarının karakterini test etmek için kılık değiştirerek ortaya çıkar. İkinci *Yıldız Savaşları* filmi, *İmparator Saldırıyor*'da (1980) Luke'un akıl hocası Yoda ilk tanıştıklarında kendini olduğu haliyle açık etmez. Luke'un orada olma motivasyonunu sorgulayarak bekler. Jung, düzenbaz arketipini bilge kişiyle bağdaştırır ve kılık değiştirmenin kullanımı da bu karşılıklı ilişkiye vurgu yapar.

Bilge (*sage*) de bu genel arketip kategorisine girer. Guzie'le-



Yaşlı bilge adam arketipi genelde diğer arketiplerin karakterinin gelişimine yardım ederken onu sınava tabi tutar.

rin bu daha belirli arketipe ilişkin tanımları, bilgeyi rasyonel, bilinçli farkındalık ve hedeflere ulaşma bilgisini kullanan figür olarak tanımlar. Bu karakter tipi değer ayrımı gözetmeyen ve illa iyi veya kötü veya hatta bilge bile olmayan bir tiptir. Bilge kimliğini ve tatminini entelektüel gücünde bulur. “Bilgenin ‘iç-sel dürtüsü kendini ve diğerlerini mantık, akıl, düşünce ve tinle temasa geçirmektir. ...Başkalarıyla en iyi bağlantı kurma yolu fikirlerini, teorilerini ve öngörülerini paylaşmaktır. ...Yalnızca öğretmenlik ve akademisyenlik gibi mesleklerde bulunmaz; bir mobilyacı, tamirci veya bahçıvan, “sıradan bir filozof” olabilir.”

Toni Wolff, bilgenin aksine, bilinçdışı vasıtasıyla bilgi üreten bir karakter tipi olduğunu gözlemledi. Ruhun bu yapısal formuna arabulucu veya medial kadın* adını verdi; bu, içsel farkındalığı, rasyonel olmayan yollarla bilgiye erişim sağlayan kişiydi. Wolff'un kendisi de, tıpkı Jung'un annesi ve büyük-babası gibi bu tipteydi. Jung'un kendisi de hem bilge hem de arabulucu yapıları içinde yaşamıştı. "Annemin diğer tarafında sahip olduğu doğa, derin hakikatleri, yıkıcı hakikatleri dile getiren doğanın sesiydi."⁸⁰

Tarihte bu arketipin örnekleri arasında Delphoi Kâhinleri, Nostradamus ve diğerleri bulunur. Bu tür bir farkındalığa sahip olan kadınların cadı olarak yaftalanıp bu yüzden kazıklarda yakıldığı talihsiz bir tarihi dönem de vardır.

Kültürümüzün rasyonel olmayan bilme biçiminin varlığını inkâr itkisi, kendi gölgelerini bu mağdurların üzerine yansıtmalarıyla teselli bulmuştu.

Bilge kadın veya kocakarı da genelde bu tür bir bilme biçimiyle bağlantılıdır ve Jung, açık bir şekilde şaman arketipini "bilinçdışına aracılık eden kişi" olarak tanımlamıştı.

ÇOCUK ARKETİPİ

Mitolojik ve dini sistemler de ebeveyn ile çocuk arasındaki gerilimle doludur. Bizi psikolojik olarak tanımlayan şeyin bir kısmı baba ile oğul arasındaki çatışmadır: Örneğin, *Yıldız Savaşları*'ndaki Luke Skywalker ile Darth Vader'ı düşünün. Fakat çocuğa savaşın sonunu elinde tutmasına yetecek gücü veren şey nedir? Onu babasının yerleşik iktidarına meydan okumaya

* Toni Wolff'un orijinal metinde *mediatrix* olarak geçen bu tanımının *ortadaki kadın* veya *orta kadın* gibi Türkçe çevirileri de bulunmaktadır. (ç.n.)

iten şey nedir? Çocuk arketipi beraberinde yeniliği getirir.

Gerçeklik her şeyi bir arada tutan ilkelere sahip olduğu gibi bir sonraki evrimi vücuda getirmeye davet eden ilkelere de sahiptir. Çocuk arketipi her varlığın içindeki en güçlü, en kaçınılmaz itkiyi, yani kendini gerçekleştirme itkisini⁸¹ temsil eder. Jung'a göre içimizdeki en güçlü itkiyi, bireyleşme güdüsünü temsil eden kral arketipi değil, çocuk arketipidir.

Daha önce anlatıldığı gibi Jung içindeki çocuğun hâlâ canlı olduğunu ve “yoksun olduğu yaratıcı yaşama” sahip olduğunu keşfetmişti. Çocuk arketipi, doğanın durmaksızın benzersiz yeni yaşam üretme kapasitesini ve içimizde asla sona ermeyen varoluş kapasitesini temsil eder. Ayrıca Jung'un, yeniliğin sevdiğimiz nesnelerle oynamaktan geldiğine ilişkin sözleri de meşhurdur. Böylelikle çocuk ve âşık arketipini ilişkilendirebiliriz.

Toni Wolff, çocuk arketipi ile âşık arketipi tarafından oluşturulan yapısal kişilik formuna *hetaira** veya *bakıcı* adını verdi. Bakıcı, başkasıyla teke tek buluşan esin perisidir ve gösterdiği ilgiyle yanında bulunduğu kişilerin gelişmesine yardımcı olur. Guzie'ler bu arketip formuna kâşif adını verir: Kız kardeş-erkek kardeş tipidir; hiyerarşik olmayan bir biçimde ilişkilenen, oyun oynayan ve daha çok kendisi olmaya çağrılan kişidir. Guzie'ler bu arketiplerin gerçekleşmiş varoluş biçimlerini bütünüyle yansıttığına ve bir başka arketipi hayata geçirmeye yönelik bir basamak olmadığına dikkat çeker. Çocuk arketipiyle temas halinde olgun bir yaşam sürmek mümkündür.

* Antik Yunancada arkadaş veya refakatçi anlamına gelir. Ayrıca Antik Yunan'da iyi eğitim görmüş ve kültürlü kadın arkadaşlara verilen isimdir. Genelde hamileriyle cinsel birliktelikleri de olur. (ç.n.)

Jungiyen psikoloji çocuk arketipiyle ilişkili bir kompleksin de tanımını yapar. *Puer* veya *puella* (Latince *erkek* veya *kız*) sonsuza dek genç kalan bir figürdür. Bir kompleks olarak puer veya puella olgunlaşmamışlık durumunu, büyümeye yönelik içsel bir reddi tanımlar. Bu kişi genelde yetişkinlik dönemine kadar annesine bağlı kalır ve ebeveyninin ona maddi olarak veya başka türlü arka çıkmak için hazır bulunmasını bekleyebilir.

Marie-Louise von Franz *The Problem of the Puer Aeternus* isimli kitabında bu konulara Antoine de Saint-Exupéry'nin *Küçük Pren's*i üzerinden bakar. Puerin ikilemine sunduğu



Çocuk arketipi bireyleşme dürtümüzü somutlaştırır.

çare, Dünya'ya inip dünyada biçim kazanmasıdır. Küçük Prens'in kompleksine klasik Jungiye yanıt, her ne olursa olsun kişinin kendi çalışmasını yapması, dünya için değerli bir şeyi vücuda getirmesidir.

Jung pek çok insanın yetişkinliğe giden yolda yaptığı gibi çocuk enerjisini öylece kesip atmanın orta yaşta hoşnutsuzluk ve doyumsuzluk gibi durumlar yarattığına vurgu yapmıştı. Bunun yerine Jung bizi, her birimizin içindeki oyuncu çocuğu yeniden keşfetmeye davet eder. Çocuk arketipinin enerjisiyle birlikte yaşamayı seçebiliriz. Jung bizleri "olduğu yerde kalmasını isteyeceğimiz bilinçdışındaki çocukla değil, yetişkin insanın olgunluğundan doğmuş çocukla"⁸² temas kurmaya çağırır.

KABİLEDEKİ GERİLİMLER

Jung kişilik tipi keşfine tek bir ayrımla başlar. Bir tarafta dışadönük hissedeni görür, diğer tarafta da kendi bakış açısını, yani içedönük düşüneni. *Psikolojide Tipler* kitabı bu iki tipi parçalara ayırma girişimidir. *Structural Forms of Feminine Psyche* üzerine verdiği konferansta Toni Wolff, bu sistemde eksik olduğunu düşündüğü şeyleri ekledi. Başkaları da kişilikteki bu farklılıkları betimleme ve sınıflandırma yollarını geliştirmek için çalışmaya devam etmektedir, dolayısıyla bu alanın inşası hâlâ sürüyor.

Wolff kendi çalışmasını *Psikolojide Tipler*'e bir düzeltmeden ziyade bir ekleme olarak görüyordu; fakat bugün baktığımızda Jung'un fazla genelleştirilmiş dışadönük ve içedönük tiplerini daha doğru bir biçimde ayrıştırmayı mümkün kılanın Wolff'un yapısal formları olduğunu görüyoruz. Jung'un

içedönük karakteri içsel dünyadan veya yalnız geçirilen zamandan enerji kazanma, düşünömsel anlayış (sağduyulu olma) ve kişisel gelişime doğuştan gelen bir yönelimin birleşimidir. Jung'un dışadönük karakteri, sosyal etkileşimden enerji edinme, dış dünyadaki nesnelere doğrudan ilerleyen bir yaklaşım ve toplum ile kolektif değörlere yönelimin bir birleşimidir. Bu geniş çaplı tanımlanmış ilişkilendirmeler, enerjisi dünyadaki nesnelerle doğrudan karşılaşmaya yönelen sessiz bir sörfçöyle veya ne sağduyulu olan ne de kolektif değörlere özdeşleşen çekingen biriyle karşılaştığımızda yetersiz kalır.

Wolff'un yapısal formları ve Guzie'lerin arketipsel sistemi, her bir kategoriye ayrı ayrı açıklığa kavuşturmamıza olanak tanır: Dünyayla doğrudan yüz yüze gelme enerjisi savaşçı ve amazon davranışdır; düşünömsellik, bilge ve arabulucunun yöntemidir; kolektif değörlere özdeşleşme anne ve baba (kral ve kraliçe) arketipinin tutumudur. Böyle bir tanım kullanmak, yaygın biçimde sosyal etkileşimden veya yalnız zaman geçirmekten enerji edinmekle ilişkilendirilen dışadönük ve içedönük anlayışını muhafaza etmemize imkân sağlar.

Ancak Jung'un ruhtaki genel kutuplaşmaları tanımlaması yerindeydi. Bilinçdışında temel bir ayırım olduğunu fark etmişti. Tüm insanlar için tek bir evrensel büyüme haritası yoktur, daha ziyade bizi tanımlayan ve bizi biz yapan kutuplaşmalar vardır. İnsanların dünyayı görme biçimlerinde derin farklılıklar ve değörlere biçme biçimlerinde doğrudan karşıtlık vardır. Jung'un arketipler tarifi, bu ebedi sorularla daha iyi mücadele etmemizi mümkün kılar. İnsan doğasına yönelik bu tür kutuplu içgörüler kendimizi ve çevremizdekileri anlamamızda bize yardım eder. Fakat aynı zamanda bizden kültü-

rel ayrımlarımızın temelinde yatıyor olabilecek rahatsız edici niteliklere bakmamızı da ister.

Bilinçdışı sembollerle konuştuğundan kolektif bilinçdışı da ortak sembollerimizin dilinde konuşur. Hangi mecazi filizler bize özsuu verir, bizi ayağa kaldırıp selam verdiren nedir? Bugün içimizde hangi mitolojik figürler yaşıyor olabilir?

Önemli Noktalar

- **Kolektif Bilinçdışı** - Jung kişisel bilinçdışımızın altında daha derin, ortak bir ruh katmanı olduğunu öne sürdü. Bu katmanın içsel mimari birliği, kültürlerdeki ortak mitolojik yapıların baskınlığına katkı sağlar. Bu bizim kolektif belleğimizin ortak mirası ve görünüşe göre zamansız olan psikolojik formların, yani arketiplerin, yuvasıdır.
- **Arketip Nedir?** - Kolektif bilinçdışının sinir merkezleri. Sembolik bütünlerdir, anlamlı bir şekilde birbiriyle ilişkili imge yapılarının çeşitliliğine sahiptir. Belirli arketiplerle olan ilişkimiz yaşama karşı tutumumuza ve dünyayla baş etme biçimimize temel oluşturabilir.
- **Kahraman Arketipi** - Kabilesinin hizmetinde hareket eden kişi. Kahraman, dramatik masallarımızın merkezindeki ebedi muhafız ve koruyucudur. Bu zamansız figür, mitolojik ve dini hikâyelerimizde egemen olan başkahramandır.
- **Kral ve Kraliçe Arketipi** - Bu arketipler düzenin, üretkenliğin ve teşvikin ilkelerini simgeler. Wolff ve Moore bu arketipleri anne ve baba arketipiyle ilişkilendirir. Son yüzyılda Batı kültüründe baba arketipinin statüsü değişmiştir.

- **Bilge Kişi** – Üstün bilgi veya ahlak figürü. Genelde yaşılı olan bu karakter, kahramanı gerekli olan bir öğretiye veya asli bir şeye götürür. Tefekkür ve anlayış kapasitemizi simgeler. Bilge kişi figürleri düzenbaz, kocakarı ve şamanı da kapsar.
- **Çocuk Arketipi** – Dünyanın yeniliğe dair daimi kapasitesini simgeler. Çocuk arketipi daha bütün olma, bireyleşme ve olmamız gereken kişiye dönüşmeye dair bitmeyen kapasitemiz vasıtasıyla içimizde ifadesini bulur.

7.

Anima ve Animus

ANİMA VE ANİMUS NEDİR?

Her erkek içinde ebedi kadın imgesini taşır; özel bir kadının bu veya şu imgesi değildir bu, belirli bir feminen imgedir. Bu imge esasında bilinçdışıdır; erkeğin yaşayan organik sistemine kazınmış ilkel kökenin kalıtsal unsurudur, atalardan gelen tüm dışıl deneyimlerin bir izi veya “arketipi”, bir bakıma, kadınlar tarafından şimdiye dek bırakılmış tüm izlenimlerin birikimidir. Kısacası, ruhsal adaptasyonun kalıtsal bir sistemidir.⁸³

Bu cümlelerle Jung, *anima* adını verdiği, ruhtaki en güçlü etkilerden biri olan, içimizdeki ebedi kadın arketipinin doğasını güçlü bir şekilde betimledi. Benzer şekilde, *animus* adını verdiği de ebedi erkek arketipidir. Bu arketip hem kişiseldir hem de arketipsel: Ego ile kolektif bilinçdışı arasındaki köprü figürdür. Kişisel deneyimimizde bu içsel figür egomuzun veya personamızın zıt karakteri olmaya, zıt değerler taşımaya eğilimlidir. Ayrıca bu figürün karakteri genelde bilince hükmeden zıt kişilik tipini içerir. Eğer düşünen tipsek içsel



Carl Jung (1922). 1920'lerin başında Jung, anima ve animus fikirlerini geliştirdi.

figür hisseden tip olacaktır. Bizim deneyimimizde en yaygın biçimde bu figür dışarıya yansıtılır: örneğin ilk görüşte âşık olduğumuz kişiye. İçsel figürümüz yüreğimizin arzusunun gayesi olabilir. Fakat Jung burada çok daha fazlası olduğunu gözlemledi: Bu figür içsel yaşamımızda kişisel ile kolektif bilinçdışı arasında bir köprü görevi görüyordu ve genelde hem muazzam ıstırapın hem de büyük bir potansiyel büyümenin kaynağıydı.

Geleneksel olarak Jungiyenler, anima veya animustan yeğâne karşıtcinsel zıddımız olarak bahsederken günümüzde Jungiyen klinik ve akademi dünyası bu figürlerin farklı bireylerde ortaya çıkışını en iyi şekilde tanımlamanın çeşitli yollarını barındırır. Örneğin Beebe, sahip olabileceğimiz anima-animus oranının 3:1 veya tam tersi olduğunu ileri sürer.

Jung insanların dış karakterinin genelde tezat oluşturan içsel bir niteliğe, varoluşun bütünleyici ancak reddedilmiş biçimlerini barındıran bir bilinçdışı “öteki”ye sahip olduğunu gördü. Persona, egomuzun bilinçli şekilde tutunduğu değerler ve en konforlu yaklaşımlarken animamız (Latince *ruh*) veya animusumuz (Latince *akıl*) (çoğunlukla) rahatsız olduğumuz ve uygularken en az akışkanlığa sahip olduğumuz içsel muhalif değerler ve yaklaşımlar dizisini dışavuran içsel karşıtcinsel zıddımızdır.

Gelin görün ki erkekliği oynamak sizi memnun eder, çünkü çok adım görmüş eski bir yoldur. ...Fakat insanlık yalnızca erkek veya kadın değildir, maskülen ve feminendir.

Ruhunuzun cinsiyetini söylemek çok zordur. Fakat eğer dikkatinizi verirseniz en maskülen erkeğin feminen bir ruha sahip olduğunu ve en feminen kadının da maskülen bir ruha sahip olduğunu görürsünüz. Ne kadar erkeksi olursanız bir kadının gerçekte ne olduğundan o kadar uzaksınızdır, çünkü içinizdeki feminen yabancı ve aşağılayıcıdır.⁸⁴

Karakterimiz şekillenirken belirli değerler vurgulanır ve bazı değerler de gelişim göstermez. Bazı insanlar için insan ruhu, Logos'u farkındalığın ön safında tutma eğilimindedir; yani berraklığı, ayrımı, nesnel hakikati. Benzer şekilde, bazı insanlar da Eros'u önde tutar: İlgileri ve varoluş biçimlerinde ilintililik veya hissetme baskındır. En genel manada, maskülen yönelimli ego, tabiri caizse, bilincinin arka planında var olan koskoca bir feminen değerler dünyasını içinde taşır. Yine de bunlar mevcuttur.

Jung düşünen tip kişiliğe sahip olduğu için, içindeki hisseden tip değerleri reddetmiş olduğunu ve içsel anima figürünün hisseden bir karakter taşıdığını fark etti. Ayrıca kişisel olarak ilintililikle ikinci dereceden bir ilişkisi olduğunu hissetti. Bu farkına varma onu yaşamının bu kısmı üstünde çalışmaya itti. Bireyleşme dürtüsü bizi, bilhassa yaşamımızın ikinci yarısında, içimizdeki o daha az bilinç düzeyinde olan niteliklerle temas kurmaya yönlendirir. Jung kendindeki bu niteliği, duygulanımın yanı sıra şüpheyle dolu kendi olumsuz ruh hallerinin varlığı sayesinde keşfetti. Karşıt bir dizi değerle nasıl ilişki kurarız? Kırılganlıkla, samimiyetle, ilintililikle nasıl baş ederiz?

Anima veya animus bilinçdışında işlediği sürece olumsuz biçimlerde deneyimlenmeleri muhtemeldir. Bilinçli bir ilişki kurulmaksızın anima kendini aksilik olarak dışavurur ve hatta yaşama karşı olumsuz bir tutumla bizi yiyip bitirebilir. Animus duygusal yaşamlarımız ve hayat ile dünyaya karşı tutumlarımız üstünde güçlü bir etki oluşturarak “bayağı yargılar, veya daha iyisi, görüşler”⁸⁵ şeklinde kendini dışavurur. Ann Belford Ulanov, animusun “işlerin nasıl yapılması veya nasıl anlaşılması gerektiğine ilişkin duygusal beklentiler, kompulsif olarak ifade edilen ve zamanlama duygusundan yoksun beklentiler”⁸⁶ biçimini alabileceğini belirtir. Animus bizi kendimizden ve fikirlerimizden şüpheye ve dogmacılığa, kendimize ve başkalarına karşı aşırı eleştirel bir tutum takınmaya götürebilir.

Hem anima hem de animus egoyu baskılayan özerk komplekslerdir. Animayı büyük çoğunlukla tekil bir figür olarak, animusu da bir grup erkek figür olarak deneyimleriz. Ann ve Barry Ulanov *Transforming Sexuality* (1994) kitabında, anima ile animusun hayat veren niteliğini gösterip ikisini eşit zeminde işe koşarak bütünüyle detaylandırılmış bir anima ve animus tablosunu inceler. Dr. Edward Santana, *Jung and Sex*'te (2016) bu figürlerin cinsellikle olan ilişkisini irdeler.

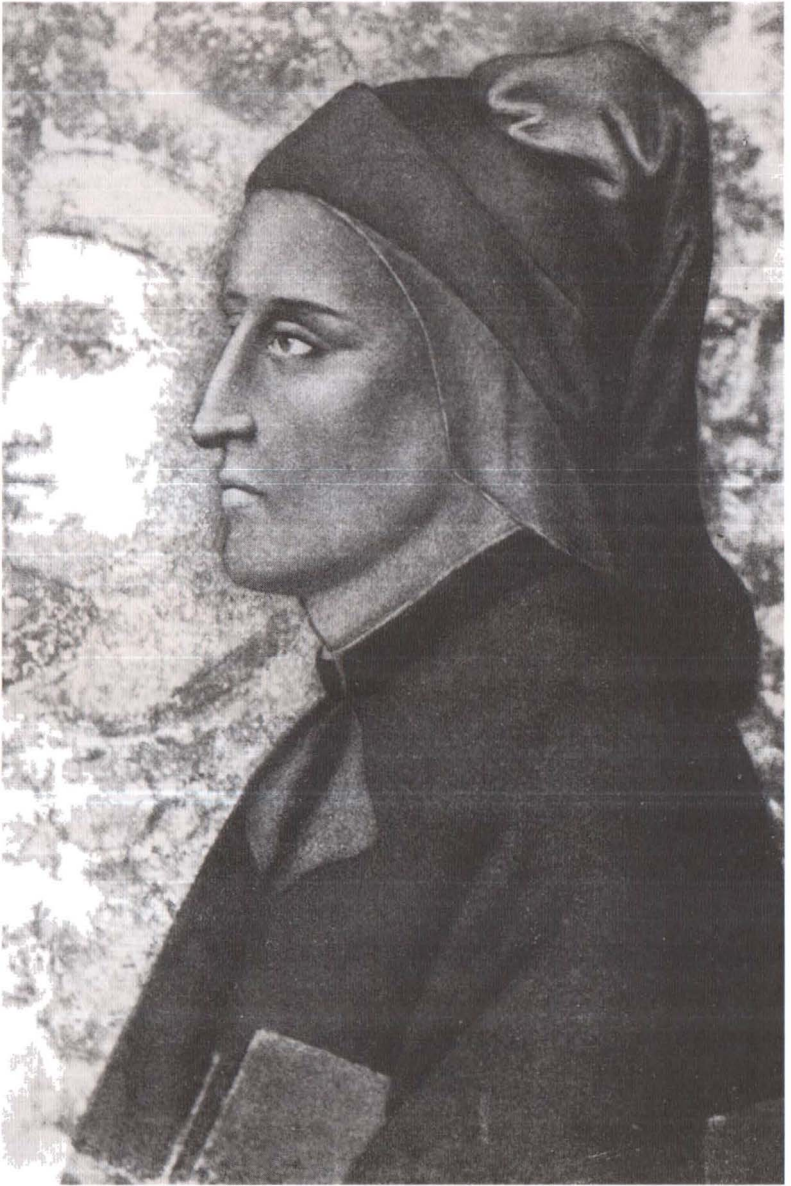
Biz çocukken anne veya baba arketipi, bizdeki anima veya animus imgesini oluşturabilir. Büyürken ilk âşık olduğumuzda bunu deneyimleriz. Bilhassa ilk görüşte âşık olduğumuzda genelde anima veya animusumuzu âşık olduğumuz insana yansıtırız. Anima yansıtıldığında tapınma halinde oluruz. Bu arketipin zamansız niteliğinden ötürü âşık olduğumuz kişi hep aynı yaşta kalıyor gibi gelebilir, hep “tanıştığımız günkü kadar güzel” görünebilir. Anima büyülenmesi

genelde sanatta, örneğin, Police'in "Every Little Thing She Does Is Magic" veya Eric Clapton'ın "Layla" ve George Harrison'ın "Something" (görünüşe göre aynı kadına, Pattie Boyd'a yazılmıştır) şarkıları gibi şarkılarda dışavurulur. Burada animanın bir obsesyon ve kontrolümüzün çok ötesinde bir şey olduğunu görüyoruz.

Bu içsel figürlerin güçlü kompulsiyonu yaratıcı dönüşüm ve şifalanma potansiyellerine işaret eder. Bizi kompulsif obsesyona iten aynı enerji, yaratıcı doruklara ve derin kişisel gelişime de teşvik edebilir. Bu süreç, herkesçe bilindiği üzere, *İlahi Komedya*'nın yazarı Dante Alighieri'nin yaşamında görülür. Dante dokuz yaşındayken Beatrice'le tanıştı ve oracıkta büyüledi: "İşte, benden daha güçlü bir ilah; geliyor, bende hüküm sürmeye." Marie-Louise von Franz, Beatrice'in sonunda Dante'yi Cennet'e çıkaran figür olduğuna fakat bunun yalnızca Dante Cehennem'de uzun bir vakit geçirdikten sonra gerçekleştiğine işaret eder. Anima figürü ona bilinçdışının zamansız figürleriyle temasa geçmesi için yol göstermeden evvel Dante kendini önce "bir süre güzelce piştiği kaynar kazana"⁸⁷ koyar.

Anima ve animusun içerikleri (imgeleri, düşünceleri, duygulanımları) kişiselken arketipin kendisi ve kolektif bilinçdışıyla aracı rolü kişisel değildir. Bu içsel figürler bizi bilinçdışı ve benlikle daha geniş bir ilişkiye yönlendirir fakat bunu yalnızca onlarla bilinç düzeyinde ilişki kurarsak yapabilirler. Bu bilinçli ilişki dönüştürücü eylemdir fakat genelde rahatsızlık veya nevroz olmaksızın gerçekleşmez.

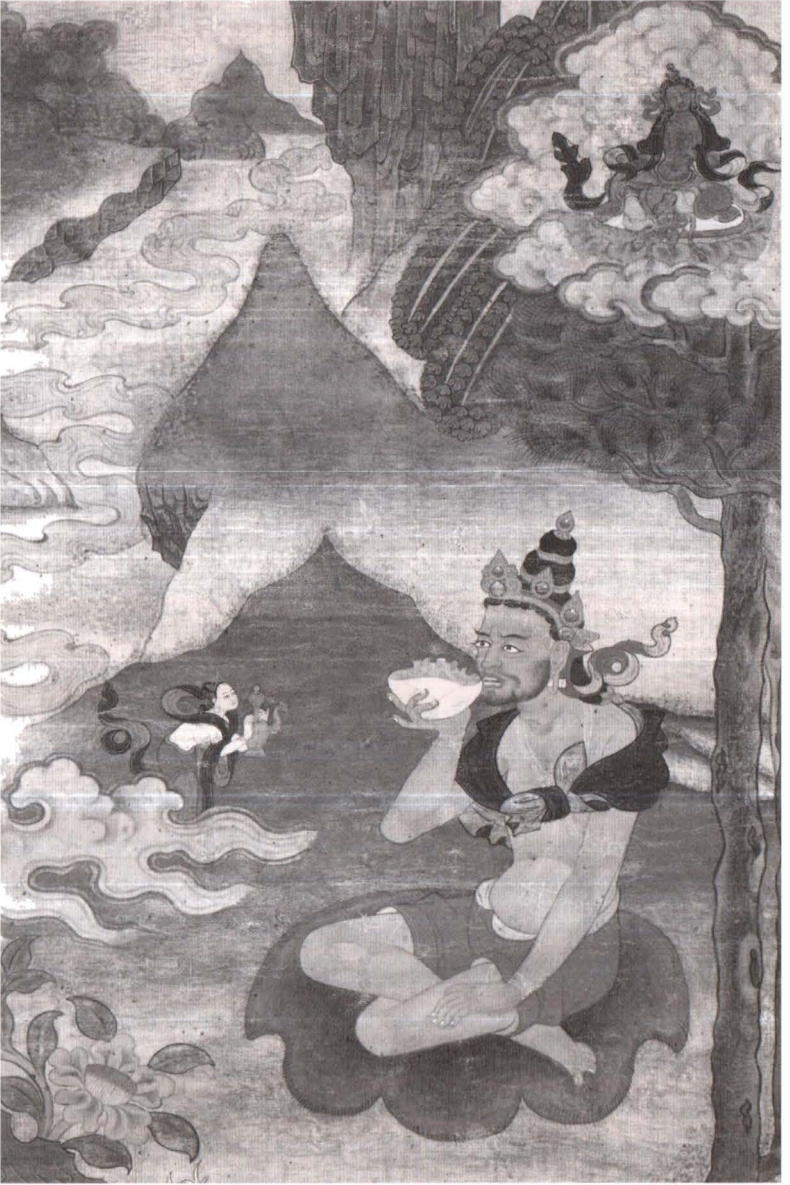
Katz, Tibet Budizmindeki Dakini figürlerinin benzer işlevinden söz eder. Nāropā'nın hikâyesini anlatır. Nāropā,



Ortaçağ'da yaşamış İtalyan şair Dante Alighieri animasının kompulsiyonuyla hareket etmişti.

Ortaçağ'da Hindistan'da spiritüel bir öğretmendi, bir içsel dişi figürle öyle güçlü bir karşılaşma yaşadı ki makamından çekilip tüm dünyevi övünçleri terk etti. Nāropā, "kendisine psikolojik durumunu merhametsizce açık eden"⁸⁸ ihtiyar, çirkin bir kadına ait güçlü bir imgelem gördü. Öncesinde, analitik maskülen ilkenin, zihnin ön planda olduğu bir yaşam sürmüştü ve hissetme ile duygu dünyasını tamamen es geçmişti. Bu kadın kendi içinde geliştirmeyi başaramadığı her şeyi temsil ediyordu ve ona yaşamının tamamen kaçırdığı yarısını göstermişti. Burada anima, en sonunda onu içindeki benliğin gerçek gücüyle temasa geçirecek olan gerekli yapıcı idraki zorlamak için olumsuz bir imge kullanmıştı.

Modern akıl ayırtırmaya ve içsel manalarla bilinçli olarak ilişki kurmamaya eğilimlidir, öte yandan bunları yapmak derin bir dönüşüme ve edinilmiş bu figürlerin üstün içgörüsüne imkân tanır. Bu kazanım bu içsel figürleri mümkün olduğunca bilinç düzeyine çıkarmayı, onlarla diyalog kurmayı (etkin imgelemi kullanarak) ve bize getirdikleri mesajları ayırt edip kabul etmeyi gerektirir. İçsel figürlerin etkisi, daha büyük bir farkındalık göreliliğine imkân tanıyarak nihayetinde ego ile kolektif bilinçdışı arasındaki bilinçliliği yeniden konumlandırır. Bu figürler, yaşamın arketipleri olarak, eninde sonunda bizi hayata karşı daha sağlıklı bir tutum geliştirmeye götürür. Figürlerin içerikleri bütünleşmiş olabilir fakat anima veya animus için bu tek başına geçerli değildir. Jung hayatımızdaki bu içsel rehberin varlığına karşı, çoğu kez ruh hallerimize ve görüşlerimize dikkat kesilerek tetikte kalmayı ömür boyu süren bir görev olarak görüyordu.



Nāropā 11. yüzyılda Hindistan'da yaşamış bir Budistti. Onun hikâyesi animanın kendini gerçekleştirme yolunu nasıl açabileceğini vurgular.

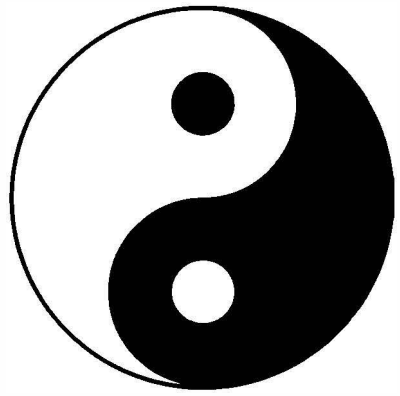
FEMİNEN VE MASKÜLEN

Jungiyen psikolojide *feminen* ve *maskülen* terimleri ruhta var olan arketipsel enerji formlarına ithafen kullanılır. Bu terimler hem Batı'da hem de Doğu'da antik ve Ortaçağ kültürlerinin bilge geleneklerinden gelir. Antik Çinliler dünyada Yin ve Yang'ın oyun halinde olduğu gerçeğini gözlemledi. Simyacılar Eros (hissetme) ve Logos (hakikat) ilkelerinden ve Güneş (Solar) ve Ay (Lunar) ilkeleri kavramlarından bahsettiler. Feminen ve maskülene Jungiyen yaklaşımlar işte bu anlayışlardan faydalanır.

Modern okurların Jungiyenlerin bu terimleri kullanırken neyi *söylemediğini* anlaması önemlidir. Jungiyenler bir kişinin nasıl olması veya nasıl davranması gerektiğini tanımlamaz veya cinsiyet rollerini salık vermez. Jungiyenler arketipsel masküleni tanımlarken erkeklerden söz etmez ve Jungiyenler arketipsel femineni tanımlarken kadınlardan söz etmez. İki nitelik de herkeste mevcuttur. Jung erkeklerin genelde feminen bir içsel zıddı (anima) ve kadınların da maskülen bir içsel zıddı (animus) olduğunu gözlemlemiş olsa da her insan bir bireydir ve bu özelliklerin yeni ve biricik bir ifadesi olacaktır. Psikolojik bakımdan ağırlıklı olarak maskülen olan pek çok kadın vardır ve aynı şekilde psikolojik bakımdan baskın olarak feminen olan pek çok erkek vardır. Feminen ve maskülene Jungiyen yaklaşım, bu iki niteliğin tüm insanlardaki akışını ve dışavurumunu tanımlar. Ayrıca zamanımızın krizlerine ilişkin bilinçdışı düzeyindeki kültürel dengesizlikleri incelemek için de kullanılır.

Arketipsel maskülen, gündüz vakti Güneş'in parlak, kuru ışıyla ve yapma, etkinlik, nesnellik, ussallık, kesinlik, göz-

lemlenenle araya konan mesafe, soyutlama, ego bilinci ve “yukarıya dönük” tinsellikle ilişkilendirilir. İsraili büyük Jungiyen analist ve yazar Erich Neumann bilinçlilik ile egonun geliştirilmesi üzerine eylemlerin, gözlemciyi gözlenenden ayıran nesneleştirici eylemler olduğunu gördü. “Bilimsel yöntem bu sürecin



Yin ve Yang, yani dünyada işleyen iki zıt etki, Jungiyen psikolojide “feminen” ve “maskülen” olarak tanımlanır.

tipik bir örneğidir: Doğal bağlantı koparılır ve bir şey tecrit edilerek analiz edilir, çünkü bilincin düsturu *determinatio est negatio*’dur.”⁸⁹ Jungiyen analist Jeffrey Raff, masküleni kılıklı şövalye olarak betimler; simgelediği şey ise “bilinçli düşünce ile ayrıştırma dünyası ve egonun sınıflandırma, etiketleme, değerlendirme ve ayırım yapma becerisidir. Kılıcın keskin kenarı, idrakin kazanılabilmesi için deneyimleri kendi tekil parçalarına ayıran aklın keskinliğidir”.⁹⁰

Maskülen, bilincimizin dünyayı ondan ayırarak ve nesnel mesafeyle anlayan parçasıdır. Dünyadaki kültürlerin çoğu bu yaklaşıma, karşıtı feminenin yöntemlerinden daha çok değer verir.

Arketipsel feminen toprağın nemli, doğurgan karanlığı ve gece vaktiyle; olma (doğal süreçlerin olağan akışını sürdürmesine izin verme), etkin olmama, bağlam, öznel ilintililik,

* Her belirleme bir olumsuzlamadır, anlamına gelen Spinoza’ya ait söz. (ç.n.)

başkalarıyla bağ hissetme (Eros), bilinçdışı, madde, beden, toprak, yaşamın mucizesi, doğa ve içkin veya “aşağıya dönük” tinsellikle ilişkilendirilir. Arketipsel feminen yaşamın matrisini ve anne ile çocuk birliğini sürdürmekle ilişkilendirilir. Freud’a göre:

“Anne” bir arketiptir ve kökene, doğaya, edilgen olarak yaratana, dolayısıyla öze, cisme, maddeselliğe, rahme, istemdışı çalışan işlevlere gönderme yapar. Ayrıca bilinçdışı, doğal ve içgüdüsel yaşamımız, psikolojik âlemimiz, ikamet ettiğimiz veya bizi kapsayan beden anlamına da gelir; çünkü “anne” aynı zamanda matristir, kovuktur, taşıyan ve besleyen kaptır ve bu yüzden bilincin temelini temsil eder.”⁹¹

Arketipsel feminenin başlıca mitlerinden biri, Eleusis Gizemleri’nin altında yatan Demeter-Persephone hikâyesidir. Yunan mitolojisinde Demeter yaşam ve doğanın, tarlaların ve bitkilerin, büyüyen tüm yeşilliklerin tanrıçasıdır. Kızı Persephone, yeraltı tanrısı Hades tarafından alıkonur. Hikâyenin sonunda Persephone’nin yılın üçte birini Yeraltı’nda geçirmesine ve her baharda annesiyle birlikte olmak için yüzeye çıkmasına karar verilir. Böylelikle yaşamın döngüsü sembolik olarak tanımlanır, anlaşılır ve onurlandırılır. Bizim dışımızdaki bir dünyada bu yaşamlara bir sihir doğrultulur. Baring ve Crasford bunu şöyle tanımlar: “Bir doğa miti olarak Persephone olgunlaşmış taneciğin, yani annenin, gövdesinden ayrılıp toprağın altına batan tohumdur; taze bir filiz olarak baharda geri döner. Persephone’nin isminin kelime kökeni, ‘karanlıkta



Demeter ve Persephone'nin mitolojik hikâyesini betimleyen bir Antik Yunan vazosu.

parıldayan', tohumun aslında ölmediğini, yüzeyde gözle görülmese bile yeraltında yaşamaya devam ettiğini anlatır.”⁹²

Arketipsel feminen Guanyin (merhamet tanrıçası), Baki-re Meryem, Mecdelli Meryem gibi figürlerle kişileştirilerek bedenlenmiş tinsel içgörünün en yüksek formlarıyla da ilişkilendirilir; bu arketiple ilişkilendirilen bir başka figür, Eski Ahit'in Özdeyişler bölümünde 8:26-31'de anlatılan, eş yaratıcı dişi figür Kutsal Bilgelik'tir (*Sophia* veya *Wisdom*): “Tanrı gökleri yerine koyduğunda ben oradaydım, engin denizleri



Merhamet tanrıçası olarak bilinen bir bodhisattva olan Guanyin feminen arketipinin bir örneğidir.

ufukla çevrelediğinde; tepedeki bulutları koyulttuğunda, denizin kaynakları kabardığında; sular buyruğundan öteye geçmesin diye denize sınırlar çizdiğinde, dünyanın temellerini birleştirdiğinde; O'nun dünyasında, O iş başındayken, usta baş mimarın yanında'yım, insanları sevincim oldu.”

Jungiyen analist Ann Belford Ulanov’a göre ayırıştırıcı ve mesafe koyan maskülen kavrayışın aksine feminen farkındalık, süreç odaklı ve ilişkiseldir: “Feminen usul bize yeni sembollerin veya yenilenmiş eski sembollerin içinden ortaya çıktığı boşluğun yamacında yaşamak için taktikler verir. Fakat bunlar geldiğinde bize yabancıdır; belirsizlikle dolu, pürüzlü kenarları olan, ham bir güç, sarsıcı bir ruhtur. Boşluğun üstünde havada kalmanın feminen yolu budur.”⁹³ Feminen, bilincimizin dünyayı onunla bağlantı kurarak ve empatiyle ilişkilenerken anlamlandıran parçasıdır. Dünya kültürlerinin çoğu bu varoluş biçimini değersizleştirir.

Jungiyenlere göre maskülen ve feminen arketipseldir: İçimizde, baskın olarak bilinçdışı faaliyet gösteren zamansız etkilerdir. Libido veya ruhsal enerjiyi bireyler ve bir topluluk özelinde nasıl hareket ettiklerini anlamak amacıyla tanımlamak için kelimeleri birer çerçeve olarak kullanırız. Bu kelimeler içimizdeki güçler hakkında içgörü kazanabilmek için kullandığımız metaforlardır.

İkisi de özünde bulunan güçlü yanlara ve gölgelere sahiptir, ikisinin de gerilemiş ve olgun biçimleri vardır, her ikisinin de anlamlandırma konusunda olağanüstü ölçüde yetenekli olduğu yaşam alanları ve gerçekliğin tamamen gözden kaçırdıkları tarafları vardır. Elbette hiçbir ilkenin bir diğerkinden daha iyi olduğuna inanılmaz ve ikisinin sağlıklı bir bütünleşmesinin

(en azından sembolik olarak) sağlığın bir ölçütü olması muhtemeldir. Kuşkusuz ikisinden birinde var olan bir dengesizlik psikolojik rahatsızlığa sebep olur.

Jung ve diğerkleri tarihi dönemlerin bu figürlerden birinin veya diğerkinin özelliklerine sahip olduğunu düşünür. Jung zamanımızın başlıca kültürel illetlerinden birinin maskülen değerkleri feminen değerklerin önüne koyan bir değerk sistemi olduğunu düşünüyordu ve bu sistemin doğruluğunun sorgulanacağını biliyordu:

Ne zaman bir ilke, gücünün doruğuna ulaşsa karşıt ilkenin tıpkı bir tohum gibi daima onun içeresine karışacağı söylenir. Bu, psikolojide içsel karşıt tarafından telafi yasasının bir başka, özellikle çarpıcı bir formülasyonudur... Ne zaman bir uygarlık en üst noktasına ulaşsa önünde sonunda bir çürüme dönemi başlar. Fakat düzensizliğe doğru görünürde manasız ve umutsuz, hedefsiz veya amaçsız, şahit olanı tiksinti ve çaresizlikle dolduran bu çöküş yine de karanlığının içeresinde yeni bir ışığın tohumunu taşır.⁹⁴

MASKÜLEN İDOLLERİN DÜŞÜŞÜ

Jung kendimizi, yaşadığımız zamanın kültürel hikâyesi içinde anlamamız gerektiğine inanıyordu. Kendimizi kurtarmamız için bizi yönlendiren psikolojik anlatıyı, baskın bilinçdışı sesleriyle birlikte doğru bir şekilde isimlendirmek gerekir.

Jung etrafına baktığında eski hikâyelerin artık çoğu insana canlılık kazandırmadığını görmüştü. Hem Nietzsche hem de Fitzgerald'ın dediğı gibi: Bizim zamanımızda "Tanrı öldü".

Ruh kiliseleri terk etti ve göç etti: Tanrılar değişim içindeydi; içimizde psikolojik bakımdan baskın ilkeler değişiyordu. Bir dönem sona eriyor ve yeni bir dönem başlıyordu.

Jungiyenlerden ve diğerlerinden oluşan geniş çaplı gelenek, psikolojik tarihimizi, bilincimizin evriminin geçirdiği yolculuğu açıklamak için maskülen ve feminen mercekleri faydalı çerçeveler olarak görür. Bu hikâyeler ilk yaratılış hikâyelerimizin cennetsi birliğinde bir başlangıcı, maskülenin kopuşunu, feminenin ihmal edilmesini ve zamanımızı simgeleyen yeniden birleşme özlemini paylaşır. Bu çerçeve bilimsel modernitenin ortaya çıkışını, rasyonalitenin yarattığı mesafeyi artıran ve bedenle, yeryüzüyle, hissetmeyle bağımızın kesildiği nesnel kesinlik arayışının sonucu olarak görür. Bugün içinde yaşadığımız çağ, maskülen yaklaşımlardan yana bir dengesizlikle çevrelenmiştir fakat bu dürtü doruk noktasına ulaşmış gibi görünüyor.

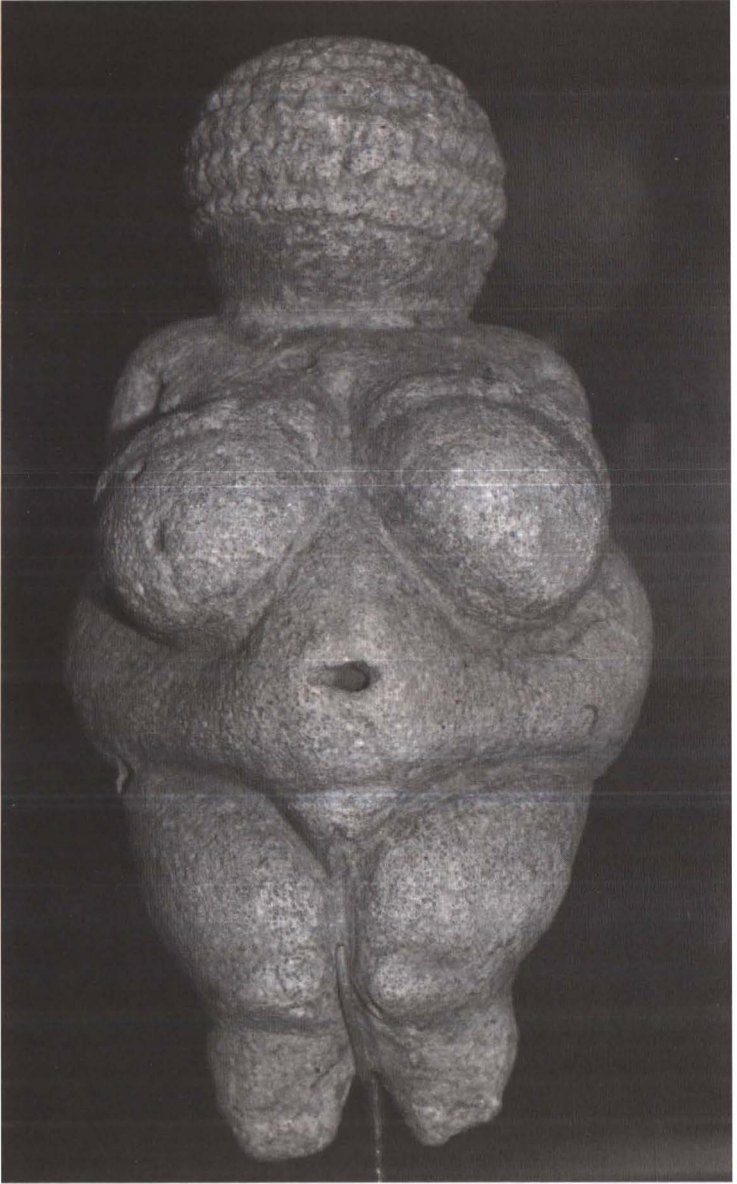
Tarihimizin gelişiminin ardında zamanın ruhu baskın maskülen bir karaktere sahipken bugün bu ilkenin sonunun geldiğini görüyor gibiyiz. Bizim çağımız maskülen tesislerin karanlık tarafının hiç olmadığı kadar yoğun ifşalarıyla tanınıyor: #BenDe (#MeToo) hareketi, Katolik Kilisesi içindeki istismarcı rahiplerin örtbas edilmesi, ekonomik kriz. Bizim çağımız maskülen idollerin düşüşe geçtiği çağdır: Modern sporlar, uyuşturucudan ve seks skandallarından cinayete kadar, eski kahramanların zalimlere dönüştüğü bir geçit töreni. Fakat bu noktaya nasıl geldik? Jung'un merceği sorunu daha net görmemizde bize nasıl yardımcı olur?

İnsanların hürmet gösterdiği en eski figürler doğayı ve yaşamın mucizesini kutlardı. Dolgun bir dişi vücudunu

betimleyen Willendorf Venüsü gibi tapınma nesneleri ilk atalarımızın yaşamın kendisine duyduğu şaşkınlığı yansıtır. “Kutsal olana dair en eski insan sezgisi yeryüzünün tüm yaşamın ve varlığın temelinin kaynağı olmasıydı.”⁹⁵ Burada feminen derin bir gizemin yansıtılması olarak görülür, Jungiyen analistler Anne Baring ve Jules Cashford bunu şöyle tarif eder: “Dişi bedeninin gizemi doğumun gizemidir, aynı zamanda tüm doğa dünyasında aşıkâr hale gelen aşıkâr olmayanın da gizemidir. Bu dişi bedeni ve kadını, imgenin taşıyıcısı olmanın çok ötesine taşır, çünkü herhangi bir türün dışısının bedeni doğumun gizeminden bizzat yaşamın gizemine doğru öncülük eder.”⁹⁶

İnsanın dini tapınmasının başlangıç safhası, doğal dünya içindeki yerimizi kutlama safhasıdır. En eski atalarımız, deneyimleri boyunca işaretler ve semboller gördükleri, onlar için manalarla dolu bir dünyadan geçip gittiler. Fakat Lévy-Bruhl’ün belirttiği gibi dünyayla bu tür bir iç içe geçme farklılaşmamış bir farkındalıktır: Kendisi buna *mistik katılım* adını verir. Jung bu durumu, fantezi ile gerçekten anlamlı sembol arasında bilinçli bir ayırım olmaksızın bilinçdışı içinde bir birlik olarak görüyordu.

Bu başlangıç aşamasında tüm olasılıklar eşit karşılanır ve hiçbir farklılaştırma yapılmaz. Bu ilk safhada feminen baskındır ve Esther Harding’in tarif ettiği gibi Doğa Ana hem iyidir hem de kötüdür: “Her şeye tahammül eder... çünkü doğa muhakkak büyümeden ve çürümeden oluşur.”⁹⁷ Femeni maskülenden ayıran niteliklerden biri budur, doğanın sürecinin beklenti olmaksızın hizmet etmesidir. Meşhur Jungiyen yazar ve analist Marion Woodman’ın yazmış olduğu



MÖ 30.000'de yapılan Willendorf Venüsü şimdiye dek yapılmış en eski dini nesnelerden biriydi.

gibi feminen “bize meşe ağacının ne olduğunu bilmeksizin bir meşe palamudunu sevmeye cesareti verir”.⁹⁸ Bu kabul niteliği, maskülen gelişim gösterdikçe gitgide yiter.

Örneğin Âdem ile Havva’nın Cennet Bahçesi’nden kovulması gibi hikâyelerde anlatıldığı üzere maskülen, kuralların netliğiyle (“Yapacaksın”) ortaya çıkar ve akabinde dünyevi, cinsel ve feminen bedenlerimizi baskı altına almaya başlar. Günah kavramı çabucak kadınlarla ilişkilendirilir. Ahlak, içgüdünün bastırılmasını talep ederken maskülenin benimsediği nesnellik bunu yaşamın mucizesi karşısındaki huşudan ayırır ve evrende tek başına bırakır: “Batılı akıl, feminenin baskılanması –farklılaşmamış birleştirici bilincin, doğaya mistik katılımın baskılanması– üstüne kurulmuştur: *Anima mundi*’nin, dünyanın ruhunun, varoluş topluluğunun, etrafı kuşatan her şeyin, gizemin ve belirsizliğin, hayal gücü, duygu, içgüdü, beden, doğa ve kadının –maskülenin izdüşümsel olarak ‘öteki’ diye tanımladığı her şeyin– ilerlemeci bir inkârıdır bu.”⁹⁹

Bilimsel Devrim’den bu yana gitgide artan bir şekilde enerjimiz doğaya duyulan meraktan çıkıp kendi yaratıcı kapasitelerimize düşkünlüğe doğru yeniden yönlendirildi. Dünyayı fethetme becerimizle büyülendik. Dünya hakkında çok fazla bilgiye sahip olduğumuz için ustalığın ölçümü konusunda kafamız karışır oldu ve kendimize karşı şişirilmiş bir huşunun içine düştük. Teknolojimiz bize şunu söyleme kudreti verdi: “Işık olsun” ve bir şaltere hafifçe vurduk, ışık oldu. Eğer yakından bakarsak bugün pek çok insanın psikolojik bakımdan eskiden ilahi olan bir şeye duyduğu hürmeti bugün teknolojik cihazlarımıza duyduğunu görürüz. Günümüzde Tanrı’yı cep telefonlarımızda arıyoruz.

Bunu geleceğe ilişkin fantezilerimizde de görürüz. Bilim-kurgu bize hiper teknolojik, genelde soğuk, steril bir dekorun ön planda olduğu dünyalar gösterir. Bir başka deyişle, psikolojik bakımdan doğadan daha da uzaklaşmaya devam edeceğimize inanıyoruz. Bunu, evreni bir saat mekanizması (bir insan icadı) olarak, doğayı ise bir makine gibi görerek ifade ediyoruz. Doğayı bir makine gibi gördüğümüzde kendimizi de yalnızca biyolojik robotlar olarak görebiliriz. Ardından bilgisayarları insanlıkla aynı bilince sahipmiş gibi (yapay zekâ) görebiliyoruz. Bunların her biri, bilinçdışındaki büyüklenmeciliğin metaforlarıdır.

Jung kendi bilim ve teknolojimize yaptığımız şişkin bilinçdışı yatırımdan son derece korkuyordu. Çağımızı bir Kairos çağı olarak tarif etmişti: “‘Tanrıların başkalaşımı’, temel ilke ve sembollerin başkalaşımı için doğru zaman. Çağımızın kesinlikle bilinçli seçimimiz olmayan bu tuhaflığı, içimizde bilinçdışı düzeyinde değişen kişinin dışavurumudur. Eğer insanlık kendi teknolojisinin ve biliminin gücüyle kendi kendini yok etmek istemiyorsa gelecek nesiller bu mühim dönüşümü ciddiye almak zorundadır.”¹⁰⁰ Jung, I. Dünya Savaşı’nın ardından yazarken kolektif durumumuzu, insanlığın gölgesinin hakikatini ve kendimize karşı tehdit oluşturduğumuz konusunda bir uyarıyı içinde taşıdığı şeklinde tanımlamıştı:

Bizler çağların umutlarının ve beklentilerinin de hüsrانىız. Neredeyse iki bin yıllık Hıristiyan fikirlerini düşünün; Mesih’in dönüşü ve cennetvari milenyum yerine Hıristiyan uluslar arasında Dünya Savaşı

ve savaşın dikenli telleri ile zehirli gaz bu fikirleri takip etti. ...Bilim, teknoloji ve tertibin ne kadar faydalı olduğunu fakat aynı zamanda ne kadar yıkıcı olabileceğini gördük.¹⁰¹

Jung'a göre maskülen dengesizliğimiz bizi çağımızın krizine ve mantık, teknoloji ve bilime duyduğumuz inanca, feminenin değerini bilmemeye ve bizi yıkımla tehdit eden bilinçdışına götürüyordu. Maskülen ideolojilerde, ruhu bedenden ayırmaya ve son bir yüzleşmeyle "yukarılara" varışımızı hızlandırmaya yönelik muazzam bir dürtü görürüz.

Materyalizm gibi kültürel illetlerde feminenin kaybını görürüz. Bilinçli olarak doğayı, yeryüzünü ve yaşam mucizesini el üstünde tutmak yerine bilinçdışında ve kompulsif olarak materyalizm, yani maddi olarak sahip olduklarımız üzerinden bunu ararız. Bu bağlantı, Şükran Güne'nün artık ertesi günkü "Kara Cuma" isimli tüketicilik cümbüşünün gölgesinde kaldığı ABD'de ayyuka çıktı. Esther Harding şöyle der: "Batılı erkek ruhta bir şeyler kusurlu: Sadece femineni yitirmiş değil, aynı zamanda onunla ilgilenmiyor. Femineni yitirmiş olduğunu bilmiyor bile."¹⁰²

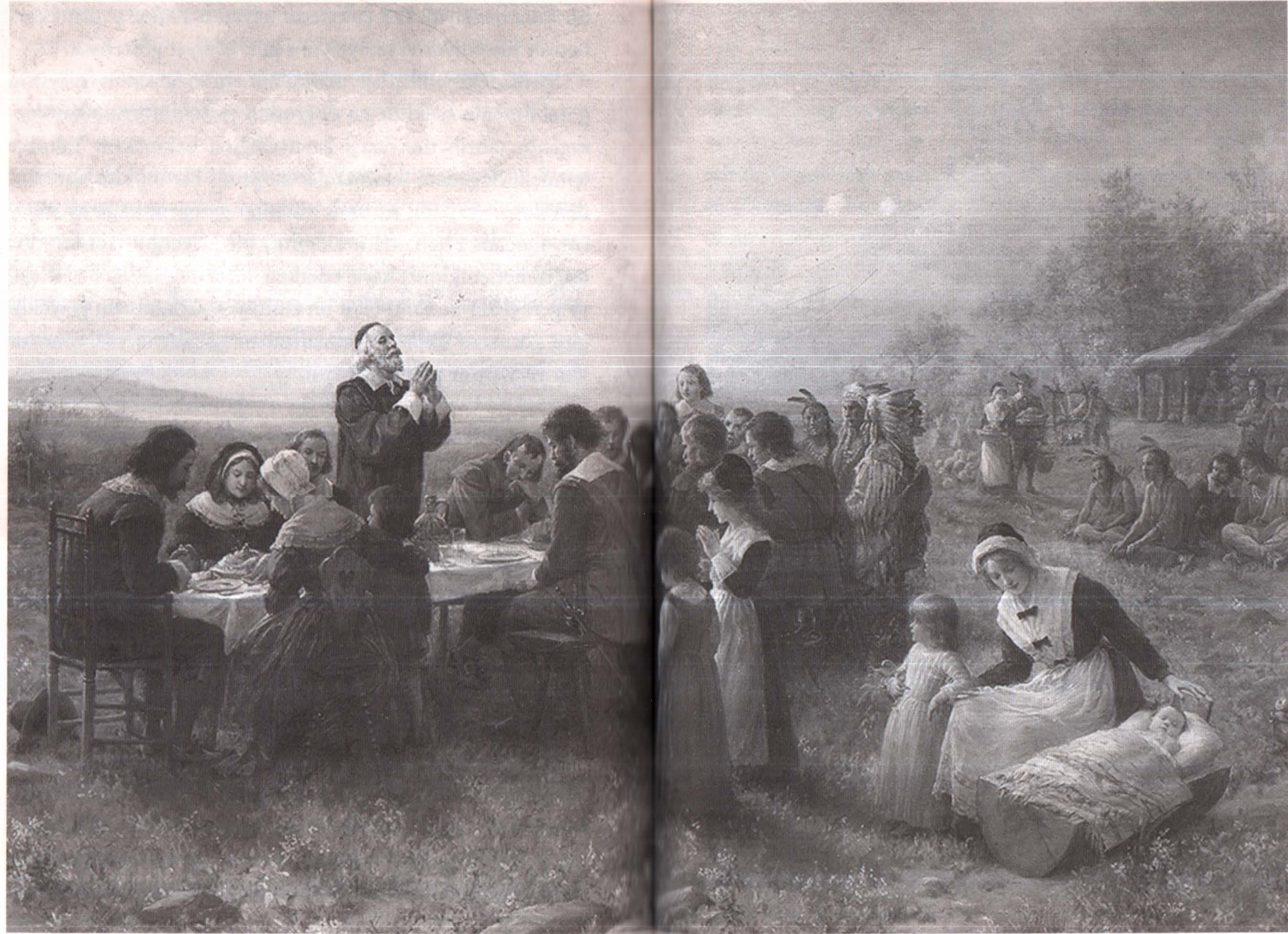
Tüm ruhsal enerjimiz soyutlamaya doğru aktığı için doğa yaşamıyla ve içgüdüyle olan bağımız eksiliyor. Neumann, daha iyi davranışların ve ahlaki eylemin peşinden giderken içgüdüyle ilişkimizi kestiğimizi belirtmişti. Fakat çok ileri gittik. Bugün zihnimizin sınırları içinde çok fazla vakit harcadığımızı biliyoruz. Dikkatimizin büyük kısmını cihazlara verdiğimizde bir şeylerin kaybolup gittiğini görmek çok zor. Aşırı uyarılmış kültürümüz, konacak hiçbir yeri yok gibi hisseden

bir kuşa benziyor. Pek çok insan hayatı hissetme yetisini kaybetmiş hissediyor veya öyleymiş gibi faaliyet gösteriyor.

İçimizdeki bilinçdışı maskülen enflasyonunun işleyişini görebilmenin belki de en doğrudan yolu, kültürümüzün gezegenin tahribatına karşı kayıtsızlığına bakmaktır. Yalnızca içindeki doğadan, feminenden kopmuş bir toplum annesinden doğan yaşamı, üstünde yaşadığı gezegeni boğarak öldürür. Doğadan daha da uzaklaşmış bir geleceğin fantezilerine doğru ilerlediğimizi hayal ederken iklim değişikliği bizi doğaya geri çeker ve sonu olan bir dünyada varlığımızın gerçekliğini görmeye zorlar. Yaptıklarımızın gölgesiyle yüzleşmemiz için yeryüzüne geri çekiliyoruz.

Yine de kimileri, krizlerle dolu çağımızda dahi umudun ve hatta amacın işaretleri olduğuna inanır. Arketip tarihçisi Richard Tarnas, maskülenin feminenden ayrılışının uzun tarihsel sürecinin, gelecekteki bir yeniden birleşmenin kaçınılmazlığına işaret ettiğini söyler. Yabancılaşma ve çağımızın diğer semptomlarının altında, en nihayetinde, bütünle olan bağlantımızı iyileştirmeye, dünyada femineni ve ruhu yeniden keşfetmeye, yaşamın gizemi içinde varoluşumuzu bütünüyle takdir etmeye, eve dönüp kendimize yeniden evren içinde bir yer bulmaya yönelik bir dürtü vardır. “Çünkü Batılı aklın en derin tutkusu varoluşunun zeminiyle yeniden birleşmek olmuştur.”¹⁰³

Jung, kültürümüzde feminenle bağlantının artmasında umut verici nedenler olduğunu gördü. Katolik Kilisesi’nin Meryem’in Göğe Yükselişi’ni bir dogma olarak uyarlamasının –1950’de halkın baskısına cevaben yapılan bir değişiklikti (yani papalığın irfanı değildi)– kayıp unsurun yeniden takdir edilmesine yönelik bir adımı simgelediğini düşünüyordu.



1621'de Massachusetts, Plymouth'taki ilk Şükran Günü'nü betimleyen bir tablo. Günümüzde "Kara Cuma" satışları bu kutsal günü gölgede bırakır.



Yeryüzünün dişi kişileştirmesi, Gaia'nın heykeli. Toplum feminenle bağını koparıırken bu kopuş, gezegenin zarar görmesine yol açmıştır.

Ayrıca feminizmin ve ekoloji yanlısı değerlerin yükselişi, yerli halklara duyulan saygı, çeşitli bakış açılarına karşı hoşgörü, beden ve duygularla yeniden bağlantı kurmaya yönelik itki (örneğin yoga ve sağlıklı beslenmeye artan ilgiyle dışavurulur) ve bilinçdışı ile içsel yaşama ilgi gibi kültürel akımlar vasıtasıyla içinde yaşadığımız çağda feminenin yeniden entegre edildiğini de görebiliriz. Bu niteliklerle yeniden bağlantı kurma içgüdüsü, feminen *Zeitgeist*'i aksettiriyor ve hiç olmadığı kadar yükseliyor. İkimizde ihmal edilmiş olan şeyle yeniden bağlantı kurmaya dair bir telaş var. Marie-Louise von Franz şöyle der: "Feminen arketipi, tanrıça arketipi, artık kolektif bilinçdışında kümelendi. İşte bu yüzden tüm bu farklı hareketler dört bir yanda alevlendi. Hepsi maddenin, usdışının doğasının, erosun, cinselliğin, bedensel olanın öneminin tanınması çağrısında bulunuyor. Ayrıca bu durum, kadınların bireyleşmesiyle ve erosun değerlerini, duygu ilişkisini barındıran değerleriyle de bağlantılıdır."¹⁰⁴

Çağımızda, hakikatin maskülen ışığı kendi gölgesiyle yüzleşip sebep olduğu zararı görmekle kalmamalı, kendisini var olmadığını düşündüğü gizemleri hesaba katmaya da açık hale getirmelidir. Jung'un çalışması bu işi, pek az başka kişinin uyum sağlayabildiği şekillerde yaptı. Bizi bilinçdışı gerçekliğini görmeye iten tasavvurunun tamamı, bastırılmış feminene sunduğu en müthiş hizmetiyken feminen ile maskülen ilkelere bilinçli bütünleşmesinin belki de en sembolik çalışması, Jung'un eşzamanlılık çalışmasıdır.

Eşzamanlılık dışsal olaylarla içsel durumların süreksiz, anlamlı bağlantısı olgusudur. Jung bu terimi, bireyin alanında ve dünyada mevcut olan sembolik amacı gösteren hadiseleri işaret etmek için türetti.



Peter Paul Rubens'e ait *Bakire Meryem'in Göğe Yükselişi*, c. 1616-1618.

Genelde eşzamanlı hadiseler coşku, duygulanım, hisle dolu durumlarda ortaya çıkar. Eski sevgilerinize daha önce birlikte seyahat ettiğiniz aynı yol üstünde seyahat ederken rastlayabilirsiniz ve ardından tam olarak on yıl önce aynı yolculuğa birlikte çıkmış olduğunuzu fark edersiniz. Eşzamanlılıklar genelde içimizdeki güçlü duygusal gerçekleri yansıtır ve bunların yaşanması için kurulmuş gibi görünen, bunlara değer veren ve bunları gerçeğe dönüştüren bir dünyada yaşadığımızı gösterir. Eşzamanlılıkları takdir etmek bize daha geniş bir dünya görüşü sunar; bu dünya görüşünce gerçeklik manayla doludur ve ruh bir şekilde gerçekten de madde halindedir. Böyle bir kavrayış biçimi arketipsel feminen bir kavrayış olarak tanımlanabilir. Sonraki bölümde buna çok daha detaylı bakacağız.

Bu konuya ilişkin daha çok bilgi edinmek için lütfen Marion Woodman, Ann Ulanov, Baring ve Cashford, Andrew Harvey ve Sufi Llewellyn Vaughan-Lee'nin çalışmalarına, Halligan ve Shea'nin *The Fires of Desire: Erotic Energies and the Spiritual Quest* isimli kitabı ile yazarın *Crop Circles, Jung and the Reemergence of the Archetypal Feminine* isimli kitabına, aynı zamanda Richard Tarnas'ın *Passion of the Western Mind*'daki sonsözüne (internette mevcut) göz atın.

Önemli Noktalar

- **Anlma ve Anlmus** - İçsel karşıtinsel figürümüz veya personanın ya da bilinçli kişiliğin karşıtı değerleri ifade eden figürler. Bu içsel figür genelde dışarıdaki ötekiye yansıtılır fakat kendine dönük olarak ilişkilendirilebilir ve kolektif bilinçdışına köprü görevi görür.
- **Feminen ve Maskülen** - Cinsiyetleri fark etmeksizin tüm insanların içinde faaliyet gösteren iki varoluş biçimi. Feminin Yin'le veya Ay'a (Lunar) ilişkin duyarlılık nitelikleriyle ilişkilendirilir, yaşamın mucizesi de buna dahildir. Maskülen Yang'la veya Güneş'e (Solar) ilişkin değerlerle ilişkilendirilir, doğrudan eylem, netlik ve Logos'u (hakikat) içerir.
- **Maskülenin Düşüşü** - Bazı Jungiyanların ve diğerlerinin içinde yaşadığımız çağa dair görüşlerinden biri, maskülen değerlerin baskın olduğu bir dönemin sonunun geldiği ve feminen ile maskülenin daha büyük bir denge içinde olacağı yeni bir dönemin başladığıdır.

8.

Eşzamanlılık

SİMYAYA DAİR

Simya, doğa felsefesinin kadim bir dalı, modern bilime giden yolu açan doğa çalışmasıdır. Simyacılar adı metalleri daha değerli metallere, özellikle altına dönüştürmeye çalışarak kimyasal yöntemler kullanırdı. Fakat simyacıların yazmalarındaki çeşitli formüller kişiliğin dönüştürülmesine ilişkin sembolik metaforlar olarak da görülebilir. Çalışmalarının hedefi olan *lapis philosophorum* (filozof taşı) kendini gerçekleştirme dürtüsünü temsil ediyor olarak düşünülebilir.

Simya Avrupa, Afrika ve Asya dahil olmak üzere dünyanın dört bir yanında uygulanıyordu. Milattan önceki ilk birkaç yüzyılda Greko-Romen Mısır'da ortaya çıktı ve *simya* terimi de Arapça *al-kimiya* kelimesinden gelir, metalleri dönüştürmek anlamına gelen Yunanca *khimeia* kelimesine dayanır ve İngilizce *chemistry* de aynı kökten gelir.* Sır dolu sembollerle ve yöntemsel çizimlerle dolu, güzelce betimlenmiş elyazmaları vasıtasıyla geniş ölçüde devam etmiş hem bilimsel hem de tinsel bir gelenektir.

Jung Ortaçağ'a ait simyayla ilgili elyazmalarının hevesli bir

* Türkçedeki *kimya* kelimesi de kelimenin bu yolculuğunun bizim dilimizde aldığı son haldir. (ç.n.)

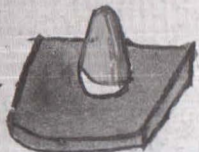
koleksiyoncusuydu. Yaşamının son otuz yılında vaktinin büyük kısmını, metinlerin çoğunu kendisi için çeviren Marie-Louise von Franz'ın yanı başında bu elyazmalarını incelemeye adanmıştı. Elyazmaları *mortificatio* ve *nigredo* (siyah aşama) gibi aşamaları, ruhun egonun gölgeyle yüzleştiği karanlık gecelerini anlatıyordu. Yazmalar Jung'a simyasal evliliği göstermişti: Simyacı ve mukabili, *soror mystica*, bir hamama (*coniunctio*) girer ve ısığa maruz kalır, arınır ve dönüşürler. İkisi yeni, daha yüksek bir düzen birliğinde, *hieros gamos*'ta bir araya gelirler: Buna kutsal evlilik denir. Androjen ve hermafrodit gibi cinsellik imgelerinin sembolik psikolojik anlamları olduğu ve içsel geçiş ile hareketin biçimlerine ve niteliklerine işaret ettiği düşünülür.

Simyacılar metallerin duygusal karakterleri olduğunu düşünüyordu: "Gümüş alıngandır, demir cesur, bakırsa duygusal." Her birinin bizimle ortak olan bir veya iki niteliği olduğu düşünülebilir: "dürüstlük, gaddarlık,

Carl Jung simyadan büyülenmişti ve simyasal anlayışları psikolojiye uygulamanın yolunu arıyordu.



met d'une chaudière et le broie
 ras effort tant qu'il p'd se faire
 en grant tache du vuy d'acier petit
 a petit en maine q'd d'incense en
 pastre ne t'p d'ur ne t'p mole
 en le abouir et broiant p'tant
 d'foiz avec led vuy d'acier qu'il
 boir avec peser ca de z. ches
 f'estass du vuy d'acier du p'l q'm
 et d'une chaudière q'd vuy d'ap
 vuy pastre tu la d'fichras au
 folue et puis le broieras sur
 le marbre en t'meme pouldre
 et a cel pouldre tu metras en
 j. fin p'esch d'ice en plume
 et d'un p'ufflet tu p'uffleras
 tu l'ellimier tout la pouldre q'd
 feras aler d'hoz d'la d're p'uff
 en telle maine q'led m'ure d'incense
 tout en son corps vif ainsi q'd
 d'ur et met d'tout p'apou
 et puis ap' le repasseras p'le
 d'f'as t'ur p'tant d'foiz q'd
 d'incense tout d'f'apare d'tout
 f'endra t'cuse et puis le l'inc
 ras p'ouir d'un d'f'ap et
 le f'ras passer p'ouir p' j. d'rap



Cinge et puis le met d'acier
 en j. c'ouset po' cuapoz q' tu as
 fait d'ur et puis ap' le met
 en j. distillatoire d'ice b'n br
 zox p'le q'd te fa m'ost p'z figure
 et le f'ras distiller p' l'ay m'az
 q' tu p'roff d'uns metras la q'm
 alure d'f'as et ainsi le f'ras
 distiller a force d'chaudière h'nd
 te tar q' tu l'ayz tout distill' en
 j. fiol d'voze q' p'ou b'n l'ay
 la b'ndre avec le canon d'lat
 b'n en l'ay l'usser j. p'atu plus
 ouuert d'la g'osse du quart d'
 j. p'oit et f'ras couvrez la d're
 fiol d'j. d'rap en maine m'
 la clare m' p'usse tout l'ay po'
 le p'oul qui p'ouir aq'm
 et ainsi p' q'd m'ame est il
 b'n ess' et p'au suffisant po'
 le p'ouir en d'ur p'le d'f'ap
 d'gelation d'aveure

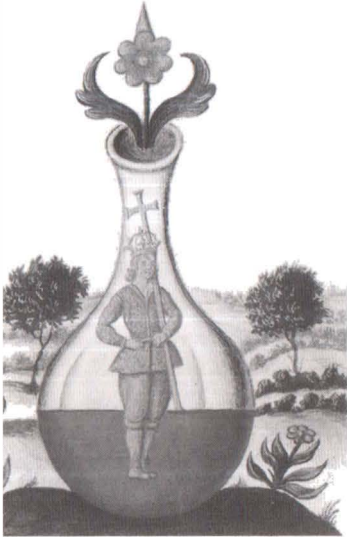
Manifeste chose d'ong est et
 p'ouir a tout bon ent'd'm
 qui l'ayz vif q'm en l'ay son
 bon p'ouir p'ou po' le q'd il p'
 q'd ap' son eff'ouir et

28





ROSA RUBEA XII.



1475 tarihli elyazması Pretiosimum Donum Dei; nigredo (siyah); albedo (beyaz) ve rubedo (kızıl) aşamaları gösterir.

tutku.” Burada metal içimizdeki bir arketipin eşdeğeri haline gelmiştir. “Simyasal simgecilik ruhani olanla girdiğimiz etkileşimin sonucunda bilinç düzeyinde gerçekleşen dönüşümü betimlemek bakımından bilhassa faydalıdır.” Dolayısıyla simya, kimyasal formüller içermekten ziyade tinsel bilgelik içeriyor olarak görülür. Simya büyüme biçimimizin betimlemelerini, kendi faaliyetlerinin olduğumuz kişiye dönüştüğümüz yaşamın acılarını yansıtan doğasını sunar. Simyacılar kendi faaliyetlerine kendi duygusal durumlarının idrakini da dahil ediyordu, benzer şekilde Jungiyeenler de analiz sürecine kendi duygularını dahil eder.

Depresyon simyasal manada çok fazla kurşunun bir semptomu olarak görülebilirken Jung psikolojisinde semptomlar *içsel* dengesizliklerin –içimizde haddinden fazla veya yeterli olmayan bir şeylerin– dışavurumu olarak anlaşılır. Fakat bu tür acılar soruşturulabilir ve kendimiz üstüne düşünme ve içimizi dinleme pratiğiyle bilinçdışının etkinliğine ilişkin içgörü kazanılabilir. Jungiyeen analist ve yazar Monika Wikman’ın yazdığı gibi “ruhun gizemleriyle canlı bir ilişki geliştirmek karanlığın, egonun loş ışığının iç yüzünü anlama ve baş gösteren şeye dikkatle bakma kabiliyetimize bağlıdır”.¹⁰⁵ Dolayısıyla, bu içsel figürlerle bir ilişki inşa edebilir ve aksi durumda semptom olarak dışavuracakları şeyleri duymaya çalışabiliriz. Böylelikle simya, psikolojik semptomların ardındaki mananın daha derin idrakine açılan bir yol sunar ve çektiğimiz acıda ve fantezilerimizde dile gelen şeyleri anlamamıza yardım eder.

Simyacılar derin kişilerarası yakınlığa ve gözleme değer verirdi ve Jung’un psikolojisi de aktarım-karşıaktarım alanı ta-

nımlamasında bunu yansıtır: Bu, analist ile analizan arasında deneyimlenen ortak ruhsal alandır. Jung, “Aktarım Psikolojisi Üzerine” başlıklı makalesinde psikoterapötik ilişkilerin doğasını betimlemek için simyasal evlilik aşamalarını kullanır. Fakat Jung’un simyadan edindiği belki de en büyük içgörü ruhun doğal sürecine karşı sabırdı. İçsel dünyanın kendi biçimlerine sahip olma ve egonun da canlı bir psikolojik ekosistem içinde var olma yollarını görmüştü: bilinçdışı. “Simyayı tanımamla bilinçdışının bir süreç olduğunu ve egonun bilinçdışının içerikleriyle kurduğu ilişkinin ruhu dönüştürdüğünü veya geliştirdiğini fark ettim.”

Bireyleşme süreci gelişim gösterirken ego, kişisel bilinçlilikle daha az uyumlu hale gelir ve kolektif bilinçdışının içeriklerine daha çok yakınlaşır (bu, Budist psikolojiyle ortak bir düşüncedir). Zaman içinde, içimizdeki zamansızlıkla kişisel bir temas geliştiririz. Jung bu içeriğe duyduğumuz ihtiyacın bir fikir olmakla kalmayıp hissedilen bir gerçeklik olduğunu da fark etti. Simyanın evreleri bu ayrımı iyi tanımlar. Mitolog Mircea Eliade ile yaptığı bir görüşmede Jung, simyasal *albedo* veya beyaz aşamayı ideal fakat gerçek yaşamı terk etmiş bir bilinçlilik üretme olarak tanımlamıştı. “Bunu canlı ve ‘kanlı’ bir hale getirmek için simyacıların *rubedo*, yaşamın ‘kızıllığı’ dediği şeye sahip olması gerekir. Yalnızca var olmanın toplam deneyimi, bu ideal *albedo* durumunu varoluşun bütün bir insani biçimine dönüştürebilir.”¹⁰⁶

Simya hermetik bir sanat, yasadışı ilan edilmiş bir tinseliktir. Samuels, Shorter ve Plaut, Jungiye ve Freudyen psikolojinin ortaya çıktıkları zaman nasıl görüldüğü ile simyanın kendi zamanında nasıl görüldüğü arasındaki benzerliğe işaret

eder: “İkisi de huzur bozucu ve karanlık birer güçtü: [Simyanın] Ortaçağ Hristiyanlığının biçimlendirilmiş ve cinsiyetsiz ifadesine tezat oluşturan parlak ve dünyevi imgelemi gibi psikanaliz de Viktoryen erdemliliği ve kayıtsızlığı ürküttü.”¹⁰⁷

Jung 1945’te *Psychologie und Alchemie*’yi yayımladı. 1963’te, ölümünden kısa süre sonra da *Mysterium Coniunctionis* yayımlandı. Bu konuya ilişkin daha fazla bilgi edinmek için ve Jung’un yazdıklarına ek olarak Marie-Louise von Franz’ın simya üzerine çeşitli çalışmalarına; Jeffrey Raff’ın *Jung and the Alchemical Imagination* ile *Wedding of Sophia: The Divine Feminine in Psychoidal Alchemy* kitaplarına; Thom Cavalli’nin *Alchemical Psychology* başlıklı kitabına ve Monika Wikman’ın *Pregnant Darkness: Alchemy and the Rebirth of Conciousness* kitabına göz atın.

EŞZAMANLILIK

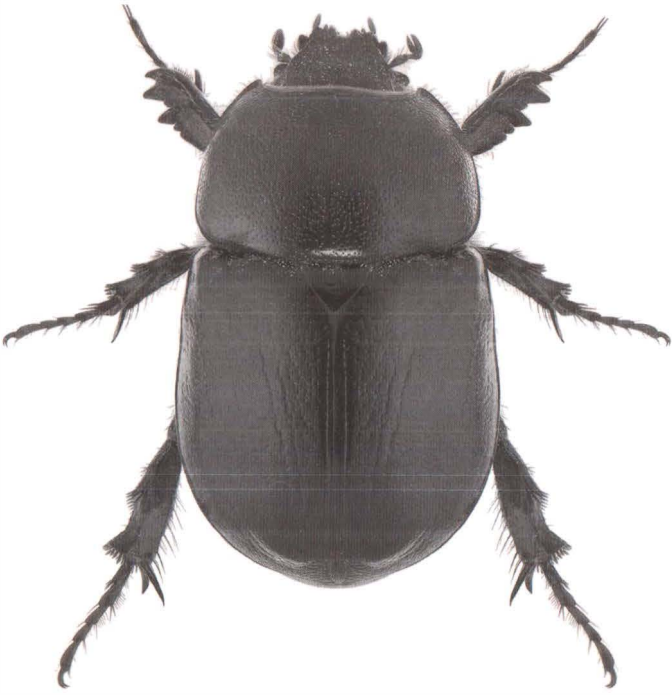
1930’da Jung, dışsal olayların içsel durumları açıkça yansıtacak biçimde bir araya geldiği hadiseleri tanımlamak için *eşzamanlılık* terimini türetti. Jung, genelde tesadüfler olarak bahsi geçen bu tuhaf etkileri uzun yıllar boyunca gözlemledi ve yaklaşık 20 sene önce Albert Einstein’la bunlar hakkında konuşmaya başladı. Şansı yaver gitmişti ki bunları Nobel ödüllü fizikçi Wolfgang Pauli’yle de (kendisi hem bir analizan hem de Jung’un arkadaşıydı) tartışabilmişti. Einstein zaman ve uzayın birbiriyle göreliliğini göstermişti ve Jung da eşzamanlılıkta madde ile ruhun göreliliğini görmüştü. Eşzamanlı olgular, ruh ile maddenin birbirinden ayrılmadığı, onun yerine varoluşu yalnızca böyle anlarda açığa çıkan daha büyük bir bütünün parçası olduğu gerçeğini kanıtlar. Jung,

Mysterium Coniunctionis'te bu daha büyük birliği *Unus Mundus* veya tek dünya olarak tanımlamıştı.

Jung'a bir altın bokböceğiyle ilgili rüyasını anlatan hastası klasik bir örnektir. Tam o esnada Jung pencerede hafif bir tıkırtı duydu. İkinci tıkırtıdan sonra açmak için kalkıp pencereye yürüdü. Pencereye vardığında karşısına Mısır'ın kutsal bokböceği çıktı ve içeri uçup ellerine kondu. Jung ellerini hastasının önünde açıp şöyle dedi: "İşte bokböceğiniz." Bu olay hastanın fazla rasyonel tutumunu kırdı ve içeride, daha derinde bir şeylerle anlamlı bir temas kurmasını sağlayan, aşkın bir deneyim yaşamasına yardım etti. Dr. Cynthia Cavalli'nin açıkladığı gibi: "İçsel bir olayın dışarıdaki olaylarla açıklanamayacak bir şekilde bağlantılı olduğunun farkına varmak bireyleri afallatarak normal bir dünya görüşünün dışına atar, onlara yaşamda iş başında olan daha büyük örüntülerin anlık bir işaretini gösterir ve dolayısıyla onların tutumlarını radikal bir biçimde değiştirir, bu da kabule ve iyileşmeye imkân tanır."¹⁰⁸

Eşzamanlılık kimi zaman iyileşmeyi doğurmaz, onu yansıtır. Jungiyen analist ve yazar Ann Belford Ulanov buna klinik bir örnek verir. Erkek bir danışan, çok ağlamasının cezası olarak karanlık bir çatı katına kilitlendiği acı dolu bir çocukluk deneyimini tanımlamakta zorluk çekiyordu. Nihayetinde kişisel aydınlanma yaşadığı bir ana erişti ve bu travma ile sahip olduğu kompulsif ve büyüleyici fetiş arasındaki bağlantının farkına vardı. Bu yeni tutuma eriştiği esnada çocukluk evindeki çatı katına yıldırım düşmüştü. Evde zarar gören tek yer çatı katıydı.¹⁰⁹

Özyaşamöyküsünde Jung, 1909'da Viyana'ya yolculuk ederlerken Freud'a geleceği görmek ve parapsikoloji hakkında



Jung'un hastalarından biri Mısır'ın kutsal bokböceğiyle ilgili bir rüyasını anlattı, sonunda bunun ilerleme için bir katalizör olduğu anlaşıldı.

soru soracak olmaktan duyduğu heyecanın hikâyesini anlatır. Freud yaşamının sonlarına doğru bu alanlarda araştırma yapmaya meraklı olsa da o zamanlar bu konulara kuşkucu yaklaşıyordu ve Jung'un tüm suallerinin önünü kesmişti. Jung bu anlaşmazlığı şöyle tarif eder:

Freud düşüncelerini aktarırken tuhaf bir hisse kapıldım. Sanki diyaframım demirden yapılmaydı ve kıpkırmızı kesilip akkorlaşan bir tonoz gibi yanmaya başlamıştı. Tam o esnada yanı başımızda duran

kitaplıktan öyle büyük bir gürültü geldi ki üzerimize yıkılacağı korkusuyla ikimiz de telaşla ayağa fırladık. Freud'a, "İşte, katalitik tezahür denen olaylara bir örnek bu," dedim. "Yok artık," diye bağırdı Freud. "Bu düpedüz zırvalık." "Hayır, değil," diye yanıtladım. "Yanılıyorsunuz, Sayın Profesör. Size söylediklerimi kanıtlamak adına biraz sonra bir başka gürültü kopacağını öngörüyorum!" Sahiden de lafımı bitirmeye kalmadan kitaplıktan bir gümbürtü daha geldi, bugüne dek bana bu kendinden eminliği verenin ne olduğunu bilmiyordum. Fakat şüpheyeye yer kalmaz bir şekilde gürültünün bir daha gerçekleşeceğinden emindim. Freud dehşet içinde bana bakakaldı.¹¹⁰

Jung'un hikâyesi bize duygunun mevcudiyetini –Freud'un değilse de Jung'un duyguları– ve bu enerjinin yakındaki bir kitaplığa aşikâr aktarımını gösterir. Jung bunu gerçekleşmeden önce bedeninde hissetmişti. Böyle bir hadise mümkün dahi olabilir mi? *Skeptic* dergisinin yayımcısı Michael Shermer *Scientific American*'da yayımladığı benzer bir deneyimden oldukça etkilenmişti.¹¹¹ Alman nişanlısı Jennifer kendi eşyalarını Shermer'in Kaliforniya, Beverly Hills'teki evine kargolamıştı. Eşyalar arasında kadının büyükbabasına ait, aile yadigârı elektronik radyo da vardı; büyükbabası kadının tek baba figürü olmuştu fakat o henüz 16 yaşındayken vefat etmişti. Radyoyu tamir etmeye çalışmışlardı fakat bir sonuç alamamışlardı. Düğün günleri gelip çatığında kadın bir şeylerin ters gittiğini hissetti ve keşke büyükbabası orada olsa da mihraba birlikte yürüseler, diye geçirdi içinden. Müstakbel

kocasını, yalnız konuşmak için arka taraftaki bir yatak odasına çekti. Odada müzik çaldığını duyabiliyorlardı fakat sesin nereden geldiğini çözememişlerdi.

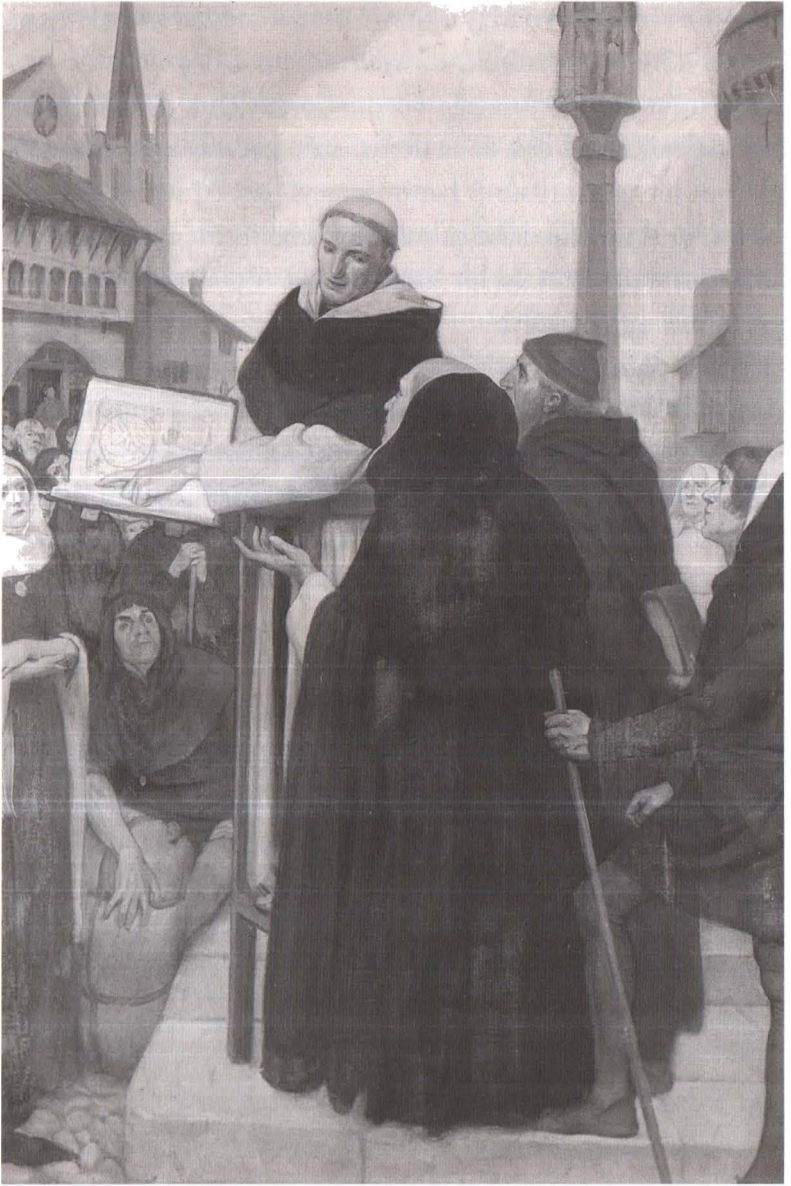
Dizüstü bilgisayarları ve iPhone'ları aradık... O esnada Jennifer bana, doğaüstü gerilim filmi Şeytan'da izleyicilerin tüylerini diken diken eden o bakıştan bu yana hiç görmediğim bir bakış attı. "Düşündüğüm şey olamaz, değil mi?" dedi. Çalışma masasının çekmecesini açtı ve büyükbabasının transistörlü radyosunu çıkardı, radyodan romantik bir aşk şarkısı yayılıyordu. Taş kesmiş bir sessizlikle dakikalarca oturduk. "Büyükbabam burada, bizimle," dedi Jennifer gözyaşları içinde. "Yalnız değilim." Radyo olması gerektiği gibi ertesi gün çalışmayı bıraktı ve o zamandan beri de sessizlik içinde... Bu hatırlatıcı, derin olayların tüyler ürpertici rastlantısı Jennifer'a büyükbabasının orada olduğuna ve müziğin onun olur verme hediyesi olduğuna dair keskin bir his vermişti. İtiraf etmem gerekiyor ki bu olay beni şok etti ve kuşkuculuğumu her bakımdan sarstı.¹¹²

Tüm bu örneklerde, madde bir kişinin içsel psikolojik durumunu açıkça yansıtmak veya dışavurmak için bir araya gelir. Madde bir anlığına can kazanır. Bu örneklerin her birinde güçlü bir mana mevcuttur ve hakiki bir kişisel dönüşümü ya doğururlar ya da aksettirirler. Eşzamanlılıklar hayata karşı tutumumuzu, *Weltanschauung*'umuzu değiştirebilir ve bu olaylarda es geçmemiz en muhtemel olan unsurlardan biri

hissiyatın varlığıdır. Jung dışarıdaki olayların içsel manalarla eşgüdümüne yol açan alanı üretmede duyarlılığın bilhassa özel bir rolü olduğunu gördü. “Eşzamanlı olgular çoğunlukla duygusal durumlarda ortaya çıkar; örneğin ölüm, hastalık, kaza ve benzeri durumlarda... Bunları, bilinçli olması gerekmeyen artmış duygusal hareketlenme anlarında görece bir sıklıkla gözlemleriz.”¹¹³

İnsan kültürleri binlerce yıldır hissi durumların ve olayların etkileşimini gözlemlemiştir. Simyacılar bu birleştirici gerçeklik tasavvurlarından *Unus Mundus* olarak söz ederken Antik Çin’de bu görüş Taoizm felsefesi içinde yaşar. Taoçulara göre içimizde hissettiklerimizin gerçekliği, yaşamın kaosunun üstesinden başarıyla gelmemizi sağlayan şeydir. Sahicilik, samimiyet ve tevazu doğru yolu bulmamızı sağlayan davranışlardır. Tao’ya inanmak, dünyada hisler vasıtasıyla yolunu bulmaya inanmaktır. Burada içerideki hal ile dışarıdaki dünyanın ortak alanının gerçekliğinin verili olduğu varsayılır. Dünyadaki her şey arasında bir duygudaşlık olduğu görüşü, Ortaçağ zamanlarından beri Hermetik düşüncenin ve diğer Avrupa geleneklerinin de bir parçasıydı. 1250’de Aziz Aquinolu Tomasso’nun öğretmeni Albertus Magnus şöyle yazdı: “İnsan ruhunda bir şeyleri değiştirmek için belirli bir güç bulunur ve diğer şeyleri ona tabi kılar, özellikle çok fazla sevgi veya nefret veya ona benzer bir hissin içine daldığı zaman... Uzun bir süre buna inanmadım... [fakat] insan ruhunun duyarlılığının tüm bu şeylerin baş nedeni olduğunu keşfettim.”

Düşünme ve ussallığa ayrıcalık tanımaya alışkın olduğumuz için bize göre duygunun gerçekliğimizde böylesine



Ortaçağ'da yaşamış din adamı Albertus Magnus Aziz Aquinolu Tomasso'ya eğitim vermişti ve daha sonra Tomasso aziz ilan edildi.

“büyülü” bir rol oynadığını hayal etmek radikal bir görüştür. Jung’a göre eşzamanlılık, dünyanın hem amaç hem de mayıyla dolu olduğunu açığa vurur. Gerçekliğin, Batılı ussallığın sunduğundan çok daha derin, daha karmaşık ve daha sevgi dolu bir görüntüsünü benimsemeyi gerektirir. Eşzamanlılık en iyi ihtimalle daha çabuk büyümenin ön aşamasına, en kötü ihtimalle de belki bir hastalığa giden mekanik bir dünya görüşünü açığa çıkarır.

Jung çağımızın aşırı ussal tutumunu, *bilimcilik* denen şeyin bir yönünü, maskülen dengesizliğin bir semptomu ve kültürümüzün bir hastalığı olarak değerlendiriyordu. Ussallığa ve kesinliğe imtiyaz tanırken kırılganlıkla, samimiyetle, başkalarıyla ve dünyayla bağlantı kurma anlayışıyla alay ede-



16. yüzyılda yaşamış Taocu bir ustanın Çince tablosu. Taocu felsefede kişinin içsel yaşamını takip etmesi gerçek dünyada yönünü bulması için rehberlik eder.

riz. Akademisyen Richard Tarnas eşzamanlılığın çağımızın krizi için önemini anlatır. Olguların, “mana arayışındaki insan özne ile manayı geçersiz kılan nesnel dünya arasında yer alan modern dünya görüşündeki hizipçilik bakımından özel bir geçerliliği”¹¹⁴ vardır.

Kendimizi evrendeki tek özne olarak düşlerken eşzamanlılık bize özne ile nesnenin daima iç içe geçmiş olduğu gerçeğini gösterir. Mana bizler için daima mevcuttur. Şamanizm ve kehanetle ilgili pratikler şifalandırmak için o alanla bağlantı kurar. “Eşzamanlılık ilkesi dünyanın uzun zamandır kayıp halde olan birliğini modern düşüncenin erişimine taşır ve çağımızın ayrılık ve ikiliklerindeki telafi edici unsur gibi hareket eder.”¹¹⁵ Kuşkucu dünyanın önde gelen isimlerinden Michael Shermer bile (yukarıda anlatılan) kendi deneyiminden “Gizem içerisindeki mucizeler için bize açılabilirken algının kapılarını kapamamalıyız,”¹¹⁶ diyecek kadar etkilenmişti. Böyle bir gerçeklik içinde yaşadığımızı keşfetmek bize hem ayrıcalık hem de sorumluluk verir. Yazar J. Gary Sparks şöyle der: “Ruh ve madde meselesi hepimizin yüzleşmek için çağrı aldığı bir şeydir. Çağımızın ödevi, zaman ve uzay içinde yaşamı, yaşamdaki fiziksel olaylarla ilişkiyi varoluşun kutsal sunağı kılmaktır.”¹¹⁷

Eşzamanlılığın yaşandığı bir dünyada yaşadığımızı gerçekten anlamak ve olayların iyileşme ve daha yüksek bir bilinç elde etmek için bir araya getirilebileceğini kabul etmek bizden bir şeyler ister. Bizden yaşama daha dolu dolu katılmamız, doyusuya yaşamamız, bu hayrete düşüren gerçeği varoluşumuzun bütünüyle tanıştırmamız istenir. Ve bu olayları düşünen zihinlerimizle anlamanın yanı sıra hakikatin ve gü-

cün bizi duygusal olarak vurmasına izin vermek, bizi manayı deneyimlemeye götüren ve iyileşmemizi sağlayan şeydir. Marie-Louise von Franz şöyle der: “‘Mananın’ idraki, basit bir bilgi veya irfan edinmek değildir, daha ziyade tıpkı zihne dokunduğu gibi yüreğe de dokunan kuvvetli bir deneyimdir.”¹¹⁸

Bizler için daha da zorlayıcı olan, eşzamanlı olayların yalnızca kişisel açıdan yüceltici bir yorumunu yapmaktan kaçınmaktır. Bir eşzamanlılığın yalnızca bir nimet, olup bitmekte olan, noksan kalmış daha büyük olasılıklar olduğu yaygın biçimde düşünülür. “Çünkü eşzamanlılıkların bir gölge tarafı vardır, tıpkı kendi kendine büyüklenen bir manayı keşfetmek için ıvır zıvır şeylerin abartılması gibi.”¹¹⁹ Bugün tüketici olmaya, eşzamanlılıklarımızın ne manaya gelmesini istiyorsak o manaya gelmesini beklemeye alışkınız. Fakat eşzamanlılıklar yalnızca “tanrıların” katılımına, iş başında olabilecek arketiplere işaret eder, canımızın istediklerine değil. O yüzden yalnızca görmeyi istediğimiz şeylerin değil, biz tarafından görülme isteyen şeylerin de arayışında olmalıyız.

Eşzamanlılıkların genelde ruhtaki dengesizliklerin telafisi gibi görüldüğü unutulmamalıdır, keza bilinçdışı da semptomlar ve rüyalar aracılığıyla aynı şeyi yapar. Jung bu anlayışı, yapabildiği en iyi şekilde hayata geçirmeye çalıştı, bu kendisiyle ilgili görmek istemediği bir şeyi görmek anlamına gelse bile. Henry Fierz, Jung’la bir karşılaşmasını anlatmış, bunun nasıl bir şeye benzediğini betimlemişti.¹²⁰ 1950’lerde, Fierz yakın zamanda ölmüş bir biliminsanının yazdığı kitabı yayına hazırlamak üzere işe alınmıştı. Projede ilerlemeden evvel yayıncılar Fierz’dan Jung’un fikrini almasını istedi. Akşam beşte buluştular ve Jung, Fierz’a çalışmanın yayımlanmaması

gerektiğini düşündüğünü söyledi. Fierz hemfikir değildi ve aralarındaki tartışma “yakıcı” bir hal aldı:

Jung kol saatine baktı, belli ki mesele üstüne yeterince vakit harcadığını ve beni eve geri gönderebileceğini düşünüyordu. Saatine bakıp şöyle dedi: “Ne zaman geldiniz?”

Ben: “Kararlaştırdığımız gibi saat beşte.”

Jung: “Fakat bu tuhaf. Saatim saatçiden daha bu sabah geldi, tamamen yenilenmişti fakat şu an ben de saat 5.05. Fakat siz daha uzun süredir burada olmalısınız. Sizin saatiniz kaç?”

Ben: “5.35.”

Bunun üstüne Jung dedi ki: “Yani siz doğru zamandasınız, ben yanlış zamandayım. Hadi şu meseleyi yeniden konuşalım.”

Belki de mükemmel İsviçreli eşzamanlılığında, Jung yeni tamir edilmiş bozuk saatinin ona “saatin kaç olduğunu” göstermesine izin verdi. Olup bitenlerle ilgili anlamadığı bir şeyler olduğunu fark etmek için kendine müsaade etti. Burada “uzak” olan kişinin kendisi olabileceği düşüncesini farkındalığına taşıyan gerçekliğin sembolik niteliğinin üstünde yeterince durdu. Jung, bilinçdışına karşılık egosuna ayrıcalık tanımak yerine neyi gözden geçiriyor olabileceğini görmek için bu olaylara baktı. J. Gary Sparks şöyle açıklar: “Cerahatli bir yarıyı temizleyen ve iyileştiren, şu andaki yaşama yön vermektir. Jung bunu söylemekten asla yorulmadı. Geçmiş keşfedildikten sonra düne ilişkin ilave soruşturma daha ileri bir iyileşmenin



Jung saatini tamir ettirmiş olmasına rağmen zamanın gerçekliğinin saatin ona söylediğinden daha fazlası olabileceğini kabul etmeye gönüllüydü.

önünü açmaz. Şu ana yönelik tutumdaki bir değişiklikse açar ve bu tutum değişikliği tam da bir eşzamanlılığının işidir.”¹²¹

Jung sonunda 1952 yılında “Eşzamanlılık Üzerine” başlıklı ilk makalesini yayımladı. Önerilen başka okumaların arasında, Marie-Louise von Franz’ın *On Divination and Synchronicity* ve Robert Aziz’in *C.G. Jung’s Psychology of Religion and Synchronicity* başlıklı kitapları bulunur, hakiki, büyük bir tarihi yolculuk için de Richard Tarnas’ın *Cosmos and Psyche* başlıklı kitabına göz atın.

EYÜP’E CEVAP

1951’de geçirdiği hummalı bir hastalık sırasında Jung, yirminci yüzyılın en derin ve tartışmalı kitaplarından biri haline gelen 100 sayfalık bir makale yazdı. *Eyüp’e Cevap*, Tanrı’nın Şeytan’la girdiği bir iddianın üstüne hayatının mahvolmasına

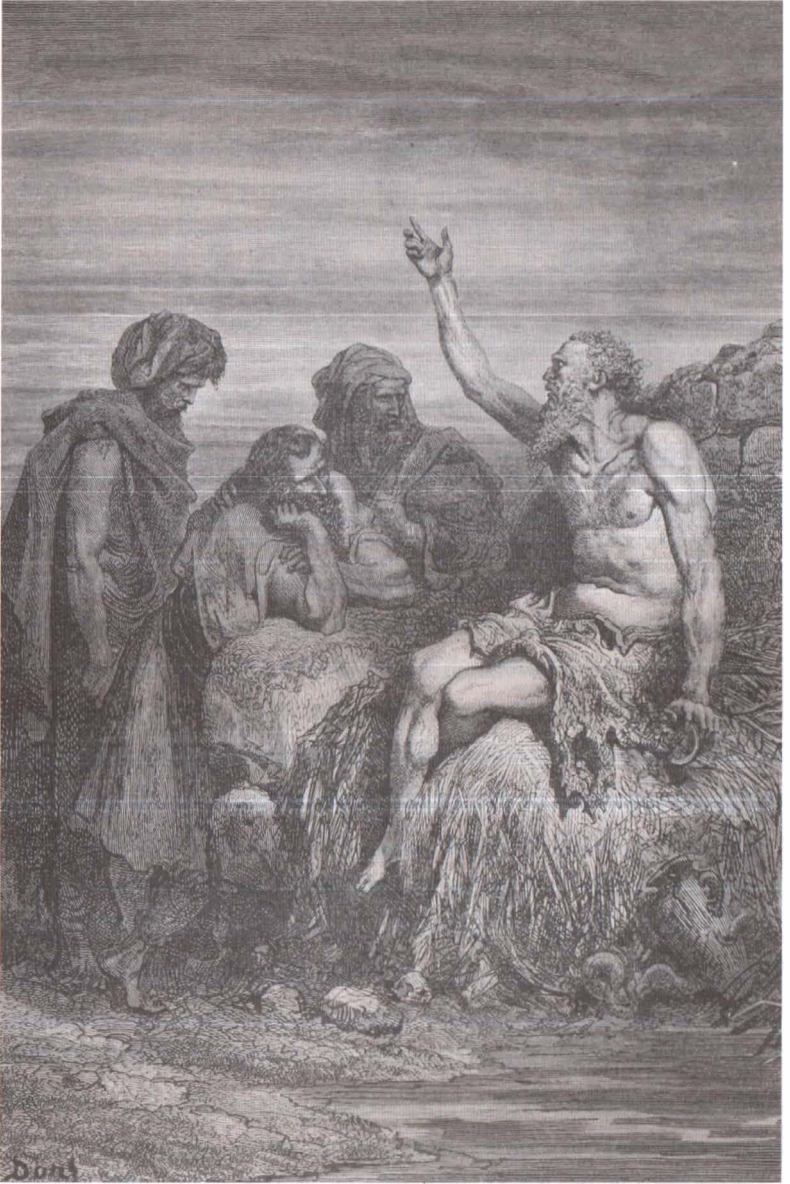
izin verdiği kutsal kitaptan bir karakteri inceler. İncil’de Tanrı’ya karşılık insanlığın oynadığı rolü irdeler. Yahudi-Hıristiyan Tanrı imgesini terapi koltuğuna oturtur; kitap, gücünü ve kötü şöhretini de buradan alır. Jung *Eyüp’e Cevap*’ı bir haftada yazdı fakat kitap kırk yıllık düşünme sürecinin bir özeti idi. 1952’de Mircea Eliade’e “Kitap hep aklımdaydı,” demişti.

Sade bir din adamı ile spiritüel bir annenin (ve büyükbabanın) oğlu olan, küçük bir çocukken fallik bir Tanrı imgesine dair esrarlı bir rüya gören, kendi içinde ve başkalarında ruhun tinsel yönünü derinden takip eden Jung, bu sorunun en başından beri onunla birlikte olduğunu dürüstlikle söylebilirdi.

Eyüp’e Cevap’ta Jung yalnızca metafiziksel değil, psikolojik bakımdan da konuşur. Bize ilahi imgelerin ve kendimize dair imgelerin doğası hakkında bir şeyler gösterir. Kitap, İncil’de insan karakterlerin hikâyesinin ahlaki eylemine önderlik ettiği, süregiden bir örüntüyü inceler. Jung Eyüp’e odaklansa da hikâyesinin İbrahim’le başladığına ve İsa’da daha bütün bir sembolik dışavurum gerektirdiğine inanır.

Jung bu tür materyalleri değerlendirirken okurları gıcınduracağını bilir fakat insanları gücendirebilmenin ne çok farklı yolu olduğunu görmek şaşırtıcıdır. Uşular Jung’un Tanrı imgesini ne çok ciddiye aldığını düşünüp gücendi: “Büyü artık! Amma çok şey bekliyorsun. Dünya öyle bir yer değil!” diye düşünmüştü Jungiye analist ve yazar Edward Edinger ilk başta.¹²² Bunu bilen Jung, kitabın açılışını müşfik okurdan hoşgörü dileyerek özenli bir nezaketle yapar.

İnsanlardan fiziksel hakikatler ile psikolojik hakikatler arasındaki farkı akıllarının bir köşesinde tutmalarını ister. Fakat



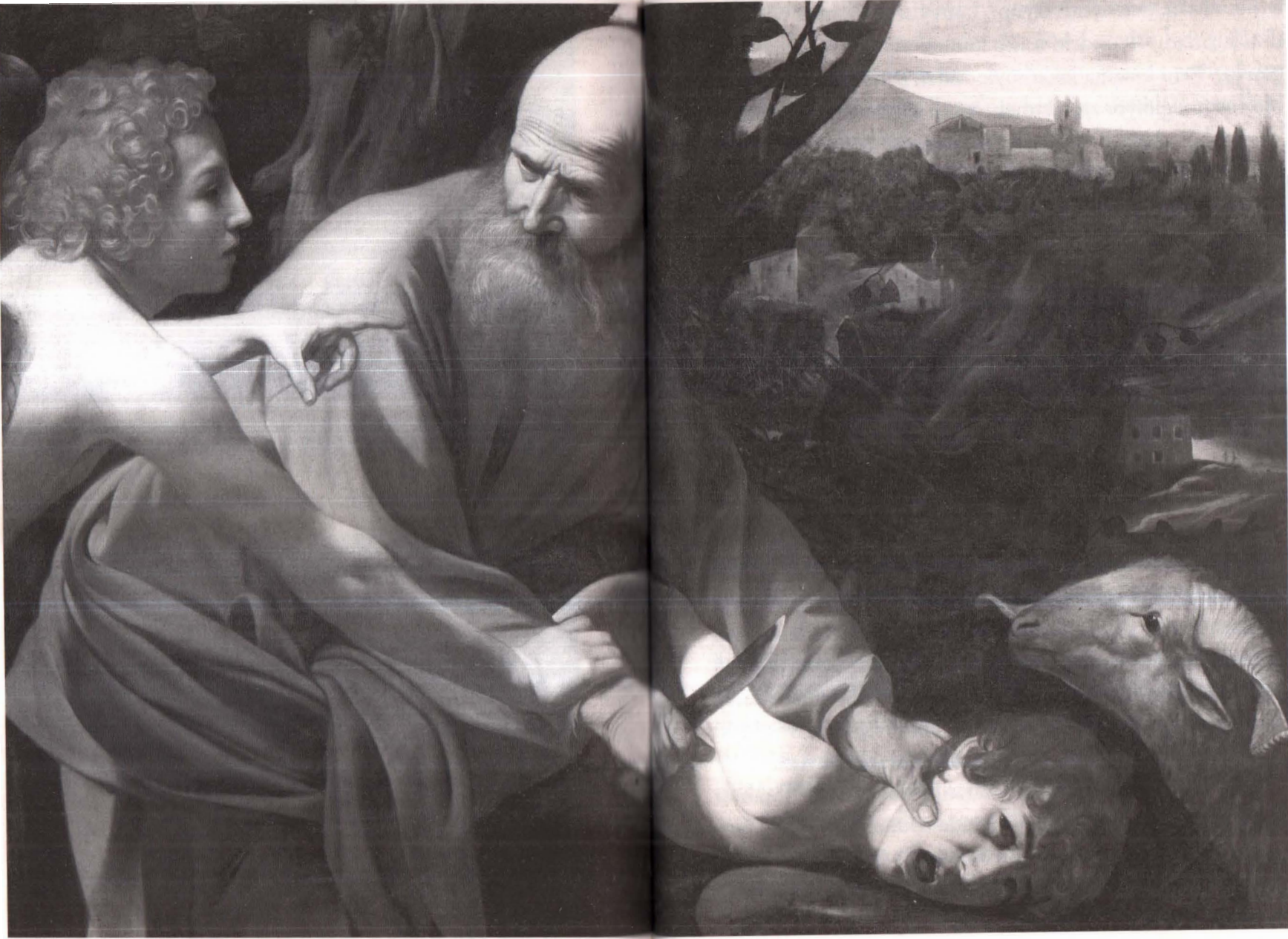
Carl Jung 1951'de *Eyüp'e Cevap* başlıklı bir kitap yazdı; kitapta kendi psikanalitik yöntemlerini İncil'deki Eyüp karakterine uygulamaya çalıştı.

o bölümün açılışını da Kral Davut'un kutsal kitaptaki hikâyesinden bir alıntıyla yapar: "Senin için üzgünüm kardeşim." Bu, Jung'un kültürümüzdeki derin bir çatışmanın üstüne gittiğine işaret eder: Pek çoğumuzun içinde hâlâ capcanlı ve sağlam durumda olan bir çatışmanın. Kibarca rica etmiş olsa da içimizde, çok derinlerdeki bazı bam tellerine basmak üzere olduğunu da bilir.

Kutsal Kitap'ta bulunan Eyüp Kitabı, Tanrı'nın Şeytan'a Eyüp'ün ne kadar inançlı olduğu konusunda övünmesiyle başlar. Şeytan'ın cevabı basitçe şöyledir: "Elbette şu anda sadık, sen ona tüm nimetleri sunmuşken fakat elinden her şeyi aldığında neler olacağını birlikte görelim." Tanrı, "Anlaştık," der ve zavallı Eyüp'ün hikâyesi başlar.

Kısa süre içinde Eyüp hayvan sürülerini, hizmetçilerini, oğullarını ve kızlarını kaybettiği olaylar yaşar. Fakat inançlı kalmaya devam eder. *Baba* filmini andıran bir pazarlık içinde, Şeytan daha fazla acı çektirmeden evvel Tanrı'ya geri dönüp kontrol eder ve sınırını öğrenir: "Fakat hayatını kurtaracaksın." İşler daha da ileri gider; Eyüp'ün bedeni baştan aşağı çıbanlarla dolar ve Eyüp'ün, eski evinin külleri üstünde otururken bu çıbanları kırık bir çömlek parçasıyla kaşması gerekir.

Eyüp'ün karısı "Tanrı'ya lanet edip ölmesi" gerektiğini söyler. Onunla kederlenmek için üç arkadaşı gelir ve ağızlarını bıçak açmadan Eyüp'le birlikte bir hafta boyunca otururlar. Fazla söze gerek yok, Eyüp acı içindedir fakat yine de Tanrı'ya lanet etmez. Arkadaşları bu mesele üstüne onunla konuşur fakat pek bir yardımları olmaz, "hepiniz sefil avuntularsınız". Bir *New York Times* incelemesine göre arkadaşlarının gördüğü sorun, Eyüp'ün "Tanrı'dan kendisine Tanrı'ya karşılık yardım



İncil'deki hikâyede, Tanrı, İbrahim'e oğlu İshak'ı kurban etmesini emreder. Jung'un görüşüne göre bu yalnızca İbrahim'in inancını test amaçlı bir emir değildi, aynı zamanda Tanrı'nın kendi çatışmalı doğasını ifade etmesinin bir yoluydu.

etmesini beklemesi idi”. Eyüp, Tanrı’yla yüzleşmek için kendini hazırladı: “İçimdeki acıyla konuşacağım. Tanrı’ya diyeceğim ki, ‘Beni kınama fakat söyle neden benimle çekişiyorsun. Hoşuna mı gidiyor zulmetmek, kendi ellerinden çıkma emeği hor görüp kötülerin öğütlerini cilalamak? Sende insan gözü mü var? İnsan nasıl görürse sen de öyle mi görüyorsun?’”

Eyüp artık yenilmiş ve ezilmiş olsa da, Tanrı ona cevabını herhangi bir açıklama yapmak yerine bir kasırganın içinde görünüp kudretini, engin gücünü, “korkunç görkemini” ilan ederek verir. Tanrı, Eyüp’e Livyatan’ın kuvvetli hayvani doğasını gösterir. Belki de en kötüsü, Eyüp idrak etmekten yoksunmuş gibi davranır ve “bilinçdışına iner”.

Fakat Eyüp ayan beyan görür. Başına gelenin ne olduğunu ve kimin hatası olduğunu net biçimde bilir. Tanrı kendini Eyüp’e dehşetiyle açık eder. “Eyüp, Tanrı’nın iç çelişkisinin farkına varır. ...Bir açıklama umudu dahi olmadan kendi meselesini Tanrı’nın huzuruna taşımadaki ısrarıyla davasından vazgeçmedi ve böylelikle Tanrı’yı gerçek doğasını açığa çıkarmaya zorlayan engelin ta kendisini yarattı.”¹²³

Tanrı’nın bir gölgesi olabilir mi? Tanrı kendi içinde Şeytan’ı da barındırır mı? Tanrı’nın gölgesi kendini ona açık edebilsin diye mi insanlık Tanrı’nın elinde acı çekiyor? Böyle bir anlayış, kötülüğe karşı mücadelemize geçerli bir amaç katar ve ahlaki eylem ile bilinçlilik uğruna verdiğimiz mücadeleyi yüceltir.

Jung bunun ilk delillerini, Yaratılış bölümünde İbrahim Tanrı’ya Sodom ve Gomora’yı, içinde kötülerle birlikte iyi insanlar da öleceğinden yerle bir etmemesi için yalvardığında görmüştü. Burada İbrahim, Tanrı’yı daha büyük bir merhametliliğe yönlendirir. Yaratılış bölümünde daha sonra Tan-

rı, İbrahim'e ilk oğlu İshak'ı kendisine kurban etmek üzere hazırlayarak bağlamasını emreder. Son anda bir koç görünür ve Tanrı'nın gönderdiği elçi, İbrahim'e oğlunun yerine koçu kurban etmesini söyler. Tanrı'nın kendi çatışmalı doğası İbrahim'in inancı üzerinden bir kez daha test edilir.

Jung, Tanrısal Varlık'ın kendini eleştiren yansımasının dellillerini aramak için Yahudilikteki Midraşik literatüre döndü ve geç dönem bir örnekle karşılaştı: "Yahveh [Tanrı] başrahip İsmail'den hayır duası ister ve İsmail şöyle cevap verir: 'Merhametin öfkeni bastırsın, şefkatin diğer özelliklerine üstün gelsin...' Her Şeye Gücü Yeten, tamamen kutsanmış bir insanın kendisinden üstün olduğunu hisseder."¹²⁴

Bu çatışma kendini en açık biçimde Eyüp'te dışavurur. "Yahveh hata etmişti fakat bunun farkına varmamıştı... Eyüp ilahi adaletsizliğin şüphesiz bilincindedir ve bu yüzden Yahveh'den daha bilinçlidir. Bu, ahlaki bilinçte mesafe katetmiş insanın daha az bilinçli bir Tanrı'nın *karşısında* güç algılanan üstünlüğüdür."¹²⁵ Jung, Eyüp'ün çektiği acının ona yalnızca daha berber bir Tanrı anlayışı getirmekle kalmadığını, bu yeni anlayışın Tanrı'ya da tesir etmiş olması gerektiğini fark etti. "Yahveh'in ikili doğasının kamu malı haline gelmeyip sadece kendisinden gizli kalması mümkün değildir. Tanrı'yı tanıyan herkesin onun üzerinde bir etkisi vardır."¹²⁶ Bu süreç Hristiyanlıktaki tanrılaştıran insan inancını öngörür ve insanlığın ilahi tiyatrodaki bir rolü olduğu fikri Gnostisizm ve başka yerlerde de yer alır.¹²⁷

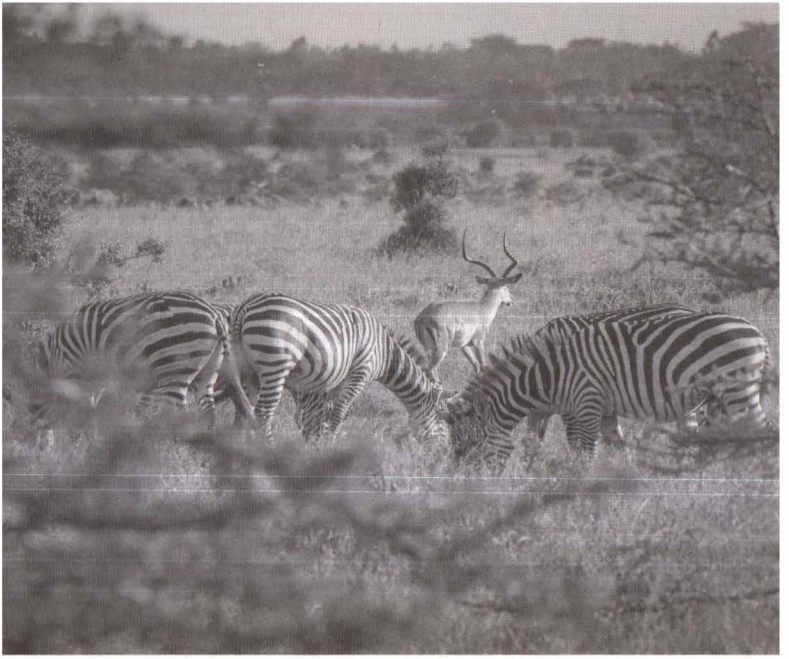
Jung'un hem analizanı hem de öğrencisi olan, Sami Dilleri ve Din Tarihi alanında doktora derecesi bulunan Rivkah Klu-ger, Jung'un bunu kendisine şöyle tarif ettiğini yazar: "Tanrı, Eyüp'e ıstırap çektirerek ona musallat olmuş ve onu kendi

doğasının dışına itmişti, böylelikle Tanrı kendini tanımaya ulaşmıştı... Ve insan Eyüp'ü günahıtan kurtaran şey buydu. Bu, sahiden de Eyüp'ün muammasının çözümüdür, yani Eyüp'ün kaderinin sahici bir gerekçelendirmesidir. Bu arka plan olmaksızın Eyüp'ün kaderi, gaddarlığı ve adaletsizliğiyle açık bir sorun olarak kalırdı. Eyüp burada açık şekilde bir kurban olarak görünür fakat aynı zamanda ilahi yazgının taşıyıcısıdır ve bu da çektiği ıstıraba anlam, ruhuna da kurtuluş sunar.”¹²⁸

Bu, “insanın Tanrı'ya hizmetidir; bu hizmet karanlıktan aydınlığa çıkmak anlamına gelir, böylece Yaratıcı kendinin bilincine varabilir. İnsanı yaratılış tasarısına anlamlı bir şekilde yerleştiren ve aynı zamanda yaratılışa anlam katacak tek amaç budur”.¹²⁹

Jung insanlığın Yaratıcı'ya yaratılışı geri yansıtmada bir rol oynadığını görmüştü. Jung'a göre bu yalnızca felsefi bir görüş değildi, aynı zamanda 1925'te Afrika'ya yaptığı seyahat sırasında onu güçlü bir şekilde vuran, vücuda bürünmüş, duygusal bir öngörüydü. Afrika'da Athi Plains'te devasa ceylan, antilop ve zebra sürüleriyle karşılaşmıştı. Yol arkadaşlarını geride bırakıp en başından beri olduğu haliyle dünyaya gözlerini dikti:

Orada bilincin kozmik anlamını su götürmez biçimde kavradım... Bir insan, yani ben, gözle görülmez bir yaratıcılık edimiyle, dünyaya nesnel bir varoluş katarak ona kusursuz damgasını vurmuştum. Bu edimi genelde yalnızca Tanrı'ya atfederiz... Fakat şimdi bunun ne olduğunu ve hatta daha fazlasını

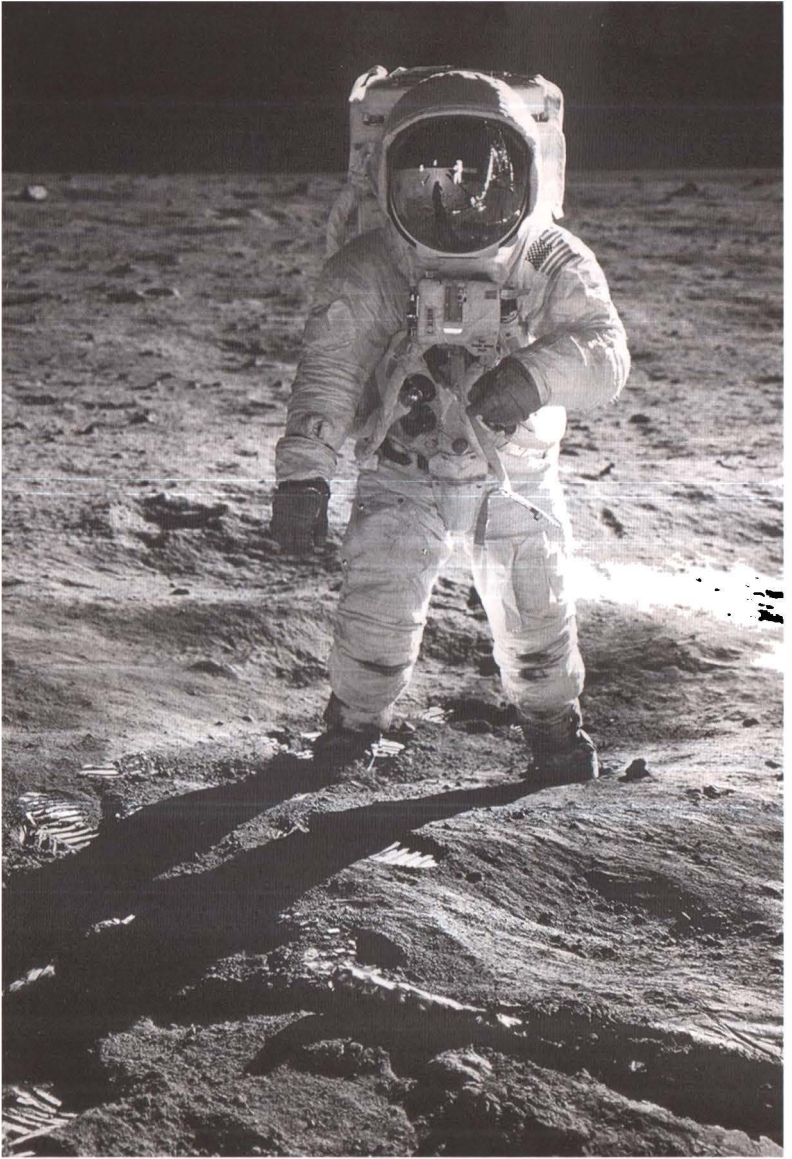


Jung'un 1925'te ziyaret ettiği Kenya'daki Nairobi Ulusal Parkı'nda yer alan Athi Plains çok sayıda antilop ve zebranın yuvasıdır.

biliyordum: İnsan, yaratılışın tamamlanmasının ayrılmaz bir parçasıydı; çünkü aslında insanın kendisi dünyanın ikinci bir yaratıcısıydı ve dünyaya nesnel varoluşunu kazandıran bir tek oydu. Yüz milyonlarca yıldır insan dünyayı işitmese, görmese, sessizce karnını doyurmasa, doğurmasa, başını sallamasa dünya, varoluşunun ortaya çıkmadığı zifiri bir karanlık içinde bilinmez sonuna doğru sürüp giderdi. İnsan bilinci, nesnel varoluşu ve anlamı yarattı ve insan, varoluşun azametli sürecinde doldurulamaz yerini aldı.¹³⁰

Jung insanlığın süregiden ilahi tiyatrodaki önemli bir yeri olduğunu düşünür. Tanrı'nın insanlığa ihtiyacı olduğuna ve insanlığın da Tanrı'ya ihtiyacı olduğuna inanır; yani her bir taraf ilerlemek için diğerine ihtiyaç duyar. İnsanlığı ilahi tiyatronun içine yerleştirmek kimileri için zorlu bir düşünce olsa da bilince ve ahlaki eyleme yönelik dürtümüze bir amaç katar. Farkındalıkla attığımız her adım kozmik gölgeyi ışığa çeken ve evrensel ölçekte bir kum taneciğine dönüşen bir adımdır. Edward Edinger'in belirttiği gibi "Yeni mit, yaratılan evrenin ve onun en muhteşem çiçeği insanlığın, bilincin yaratılışı girişimini düzenlediğini, her bir bireyin bu süreçte eşsiz bir deney olduğunu ve her bir birey tarafından yaratılan bilincin genel toplamının kolektif hazineye kalıcı bir ilave olarak yerleştirildiğini varsayar".¹³¹

Her birimiz kendi adımıza tinsel sorunlara karar verebilirken çağımızın psikolojik sorunları Jung'un yeni anlayışını göz önünde bulundurma ihtiyacına işaret eder. Çağımızda tanrıların gücünü elimizde tutuyoruz, bizden önce gelen hiçbir insan kuşağı böylesi bir güce sahip olmadı. Atom çağından bu yana, gezegen üstündeki yaşam ve ölüm gücünü elimizde tutuyoruz. Metaforik bakımdan, Ay'a çıktığımızda tarihte ilk kez tanrıların yüzüne dokunduk. İklim değişikliği ile gezegene neler yaptığımızı görmeye gelince, uygar gölgemizle ve baskın kurumlarımızın yaşam üretmeyip yaşamı yok ettiği gerçeğiyle yüzleşmek zorunda kalıyoruz. "Modern insan kendi tinsel yaşamının daha derin bir kaynağını keşfedebilir. Bunu yapmak için kötülükle mücadele etmek, gölgesiyle yüzleşmek, şeytanla bütünleşmek zorundadır. Bundan başka bir seçenek yoktur."¹³² Kendi içimizdeki ve kültürümüzdeki



1969'da astronotlar Ay'a ayak bastığında insanlığın elindeki olağanüstü gücü gözler önüne serdi. O zamanlar Jung kolektif gölgemizle yüzleşmenin hiç olmadığı kadar önemli olduğunu söyledi.

kötülükle yüzleşmeliyiz. Gezegenimiz ve kendimiz için, yaşam ve ölüm üzerindeki gücü elimizde tuttuğumuzu itiraf etmeliyiz. Tanrıların gücüne daha önce hiç olmadığı kadar sahip olduğumuzu kabullenmezsek bu etkilerin gölge tarafını korkunç sonuçlara sebebiyet vererek bilinçdışı düzeyinde dışavurabiliriz. “Dünya pamuk ipliğine bağlı ve o iplik de insanın ruhu... Büyük tehlike biziz.”

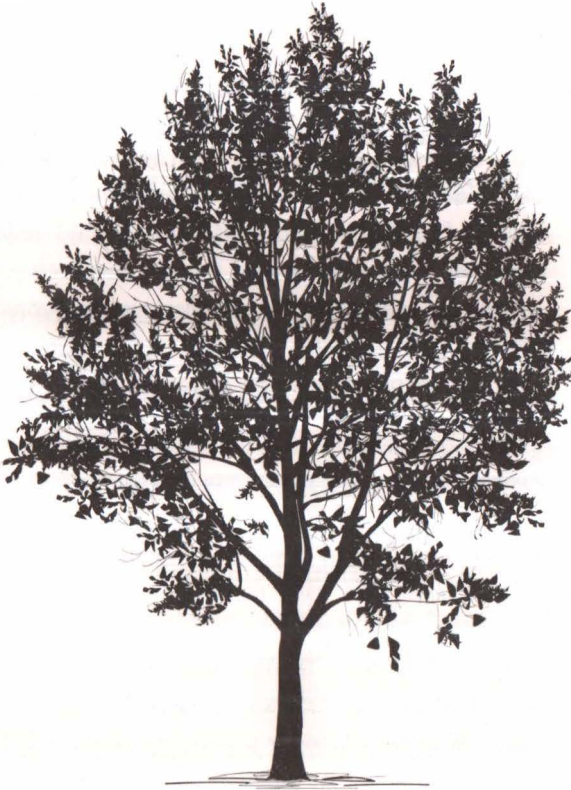
Eyüp’e Cevap ve Edinger’in derinlemesine yorumlarını ya-
kından incelemek isterseniz *The Creation of Consciousness and
The Transformation of the God-Image*’ı okumanızı öneririm.

YAŞAMININ SON YILLARI

Eylül 1939’da Freud, Londra’da hayatını kaybetti. Jung hayatının geri kalanında Freud’u methetmeye ve onun Batılı düşünceye katkısını teslim etmeye devam edecekti. Toni Wolff, 1953 Mart’ında öldü ve onun ölümü Jung’u afallattı. Jung, Wolff’un onuruna Çince karakterlerle “Lotus Rahibe Esra-rengiz” yazılı bir taş anıt oydu. İki sene sonra, 1955’te Emma Jung öldü ve Jung onun için de bir taş oydu. Elbette bu iki kadının kaybı, yaşamının son yıllarında Jung’un karakterini değiştirdi. Bu noktadan itibaren çocukları ona refakatçilik etmek için Küsnacht’taki eve gidip onunla kalacaktı.

Carl Gustav Jung 6 Haziran 1961’de evinde hayatını kaybetti. Öldüğü esnada Zürih Gölü’nü gök gürültülü fırtına kapladı ve Jung’un okumak için sık sık altında oturduğu görkemli kavak ağacı düşen yıldırımla yarıldı. İyi dostu Laurens van der Post’un Jung hakkında bir belgesel filmde verdiği röportajda bu eşzamanlılık yıllar sonra tekrarlandı: “Jung’un ölümüyle ilgili doğrudan kameraya konuşma zamanım gel-

diğinde ve yıldırımın Jung'un en sevdiği ağacı nasıl tahrip ettiğini anlatacakken bahçeye bir kez daha yıldırım düştü. Gök öyle bir gümbürdedi ki ürktüm ve yıldırım, ürküşüm ve yıldırımın konuşmama mâni oluşu herkesin görebilmesi için bugüne dek o filmde kayıt altında kaldı; fırtınanın harabeye çevirdiği gölün ve rüzgârın kamçıladığı ağaçların üstünde parıldayan yıldırım da ekranda görülebiliyordu.”¹³³



Jung öldükten kısa süre sonra bahçesindeki kavak ağacına yıldırım düştü.

Önemli Noktalar

- **Sımya** - Jung simyanın süreçleri ve evreleri ile bizim psikolojik gelişimimiz arasında bir ilişki gördü. 1944'te yayımlanan kitabı *Psychologie und Alchemie*'de simyayı bireyleşmenin bir metaforu olarak inceler. *Mysterium Coniunctionis* (1963) isimli kitabındaysa arketipsel maskülen ile feminen arasındaki kutsal evliliğe odaklanır.
- **Eşzamanlılık** - Dışsal olaylar ile içsel psikolojik durumların anlamlı karşılıklı ilişkisine gönderme yapmak için Jung tarafından türetilmiş bir terim. Bu olaylar genelde duygusal olarak yüklü olunan zamanlarda ortaya çıkar ve çoğunlukla bizi farkındalığa taşınmaya ihtiyaç duyan bir şeylere yönlendirir. Bilincin gelişimini yansıtmak için mekânların ve nesnelerin amaca yönelik düzenlenmek üzere bir araya getirilebileceğinin farkına varmak bizi gerçekliğin doğasına yeni bir gözle bakmaya zorlar.
- **Eyüp'e Cevap** - Jung'un 1952'de yayımladığı bu kitap, Eyüp Kitabı'nın ahlaki ve psikolojik imalarını değerlendirir. Jung, İncil'in başından sonuna, etik gelişime önderlik edenlerin insan karakterler olduğunu gözlemlemiştir. Tıpkı İbrahim'in ve İsa'nın hikâyeleri gibi Eyüp'ün hikâyesi de Tanrı'yı [Yahveh] kendi karanlık tarafıyla yüzleşmeye sürükler. Bu anlayış insanlığı ilahi tiyatroya anlam içeren bir şekilde yerleştirir ve kötülük ile ahlaki eylem ve bilince yönelik dürtümüze amaç yüklü bir açıklama getirir.

Ek I

Carl Jung ve II. Dünya Savaşı

II. Dünya Savaşı sırasında Jung'un, Mihver Devletleri liderlerinin psikolojik profillerini Mary Bancroft'a vererek Müttefik Devletlere yardım ettiği artık bilinmektedir. Bancroft bu bilgileri Stratejik Hizmetler Bürosu'ndan (OSS), CIA selefi Allen Dulles'a aktardı. Dulles Jung'un katkılarının muazzam önemini teslim etti.

Hem savaş esnasında hem de sonrasında Jung'a yönelik Yahudi karşıtlığı suçlamaları yapılmıştır. Bu suçlamalar, General Medical Society for Psychotherapy'nin dergisi *Zentralblatt*'taki editörlüğünden kaynaklanır. Naziler 1933'te iktidara geldiğinde Jung derginin Nazilerin kontrolüne girmesini önlemek umuduyla derginin editörlüğünü devraldı. Cemiyeti bir Alman kuruluşundan ziyade uluslararası bir kuruluşa dönüştürdü ve etkilerini azaltmak için cemiyeti ulusal gruplara ayırdı. Bu adımlar herkes tarafından bilinmiyordu.

Aralık 1933'te derginin Almanca nüshasında Nazi yanlısı bir ek yer aldı fakat Jung'un onayı veya haberi yoktu. 1930'lar boyunca Jung ve daha sonraki yardımcı editörü C.A. Meier,

Yahudi yazarların makalelerine ve çalışmalara dair incelemelerine dergide yer verdi. Jung'un 1937'deki *Psikoloji ve Din* alışması, Almanya'daki kitle hareketinin tehlikelerine karşı uyarıda bulundu. Fransız Yahudi ğrencisi Jolande Jacobi'nin 1939'da yayımlanan kitabına bir nsz yazdı. 1940'ta Jung görevinden istifa etti ve kuruluş tamamen Nazilerin kontrolüne geçti. O zamandan sonra Jung Almanya'da kara listeye alındı ve yazdıkları ortadan kaldırıldı. Jung savaş boyunca İsviçre'nin Alman işgaline uğramasından korktu. Kara listeye alındığı için böyle bir işgalin onu lme götürme ihtimali olduğunu biliyordu. "Eleştirel ifadelerimden ötürü Gestapo tarafından 'stm çizilmişti', kitaplarım Almanya'da yasaklandı ve Fransa'da da büyük kısmı yok edildi."¹³⁴

Jung'un sekreteri Aniela Jaff, *From the Life and Work of C.G. Jung* isimli kitabında bu suçlamaları daha bütün bir şekilde anlatır. Kendisi de Yahudi olan Jaff, 1938'de Jung'la birlikte analize başladı. Jung Almanya'dan kaçmasında ona yardım edip kendisine istihdam sağladı, ilk başta Psikoloji Kulübü'nde, daha sonra da kendi yanında işe girmesine yardım etti. Jung'a yönelik Yahudi karşıtlığı suçlamaları, hem Yahudi hem de zamanın tıbbi kurumları tarafından reddedilen Sigmund Freud'u akıl hocası olarak seçmesini ve yaşamı boyunca en yakınındaki mesleki ve kişisel işbirliklerinin bir kısmının Yahudi olduğunu görmezden gelir.

Jung'a yönelik ırkçılık suçlamaları talihsizdir, çünkü hem başka şartlarda onun kitaplarını okumaya ilgi duyacak insanlar ı uzakta tutar hem de Jung dünya kültürlerini ve dünya mitolojisini metheden biridir. Jung Avrupa dışı akademik çalışmaları destekledi, *Altın ieğin Sırri* (klasik Taocu bir me-

tin) ve *I Ching*'e önsöz yazdı. Amerikan Yerlilerinin haklarını savundu ve 1932'de onların tam vatandaşlığa geçirilmesi çağrısında bulundu. Ayrıca Yerlilere yapılanın acımasızlık olduğunun da farkındaydı. "Eğer bir Pueblo yerlisi bir gün bana 'Siz Avrupalılar her şeyi yerle bir eden yaratıklardan daha be-tersiniz' derse söylediğine nazikçe katılmak zorundayım,"¹³⁵ demişti. Jung onlara edilen zalimliklerdeki suç ortaklığını kabul ediyordu. Yerli insanları kendi köklerinden koparmak için gönderilen misyonerler fikrinden nefret ediyordu ve Af-rikalılar hakkında kötü şeyler söyleyen insanlara o kadar kızı-yordu ki bu yüzden bir partiyi terk etmişti. Buna şahitlik eden Laurens van der Post'tu; kendisi Jung'un Afrika'yı, "kültürle-ri, inançları, ırkları ve renkleri ne kadar farklı olursa olsun, herkes tarafından paylaşılan insan ruhu alanının, açıklamak için *kolektif bilinçdışı* terimini türettiği bir alanın geçerliliği ve evrenselliği hakkında sahip olabileceği tüm şüpheleri sonun-da çözdüğü"¹³⁶ için sevdiğini yazmıştı.

Ek II

Jung'a Dair

Güncel Bir Alan Kılavuzu

Giriş bölümünde bahsettiğim gibi Jungiyen topluluk dünya çapında organik olarak büyüyen bir fenomen. Jungiyen psikoloji geleneği yalnızca analistler, psikoterapistler ve onların hastaları tarafından değil, kurumların, akademisyenlerin, sanatçıların, yazarların, iş insanlarının, ilahiyatçıların, biliminsanlarının ve diğerlerinin de dahil olduğu geniş bir ağ tarafından ayakta tutuluyor. Yalnızca Jung'un değil, bu yaklaşımı kendi yöntemleriyle ileri taşıyan pek çok etkili yazarın çalışmalarını okuyan milyonlarca okuru kapsıyor. Bu büyük aile tarif edilemeyecek kadar geniş bir alana yayılıyor; fakat günümüzdeki Jungiyen yaşamın merkezinde bulunan birkaç süregiden kuruluş var (atladığımız bir grup olmuştaysa şimdiden özür diliyoruz).

Bu ekosistemin belkemiğini enstitüler oluşturuyor. Jungiyen enstitüler modern psikoterapötik yaklaşımlarla geleneksel Jungiyen anlayışın derinliğini bütünleştiren, dünya çapında klinik eğitimler veriyor. Eğitim gören analistlerin psikoloji derslerinin yanı sıra programa başlamadan önce 50-100 saat-

lik ve program sırasında da 300 saatlik kişisel analizi tamamlaması gerekiyor. Hem kapsamlı bir kişisel analizi –kendileri üstünde çalışırlar– hem de mükemmel bir psikolojik eğitimi tamamladıkları için program mezunları “pipoları” iyi tanırlar ve bilinçdışının dinamiklerine dair deneyimlenmiş bir aşinalıkları vardır. Bu anlayış onları kendi benzer yolculuklarına atılmış kişiler için faydalı rehberler haline getirir.

Uluslararası Analitik Psikoloji Birliği (IAAP) Jungiyen analistlerin örgütlenme zeminidir ve merkezi Zürih’tir. IAAP her sene yıllık kongreye ev sahipliği yapıyor ve 58 ülkede ortakları veya şubeleri bulunuyor (iaap.org). IAAP’nin internet sitesinde dünyanın dört bir yanından grup üyelerinin listesi yer alıyor. Listede Güney Afrika, Japonya, Kore, Avustralya, Venezuela, Meksika, Brezilya, Arjantin ve Avrupa, Kanada ve ABD’nin dört bir yanından ülkeler bulunuyor.

Zürih’teki ilk Jungiyen Enstitü, hareketin birincil merkezi konumunda yer alır ve hem klinisyenlere hem de kamuya ders alma imkânı sunmaktadır (www.junginstitut.ch). Ayrıca Jung von Franz Center’ın (www.jungvonfranz.center) yanı sıra Zürih Uluslararası Analitik Psikoloji Fakültesi (www.isapzurich.com) de burada kuruldu.

New York, Boston, Los Angeles, San Francisco, Chicago, Dallas ve Pittsburgh’ta analitik eğitim veren ve seçkin kamu programları sunan Jung Enstitüleri bulunurken ABD, Londra, Berlin ve Avrupa’nın dört bir yanında, ayrıca Kanada, İsrail, Fransa, Meksika ve Brezilya’da Bölgelerarası Jungiyen Analistler Birliği bulunuyor. Asya, Latin Amerika ve Orta ile Doğu Avrupa’da ilgili klinisyenler ve diğerlerinden oluşan grupların sayısı büyüyor. Daha geniş çapta Jungiyen aile

içinde, Londra, New York ve Los Angeles'taki birkaç farklı kuruluşun da dahil olduğu çeşitli ayrıışmış dernekler ve gruplar da bulunuyor.

Jung'un ailesi C.G. Jung'un yayımlanmış çalışmalarının mirasını etkin biçimde düzenliyor. Arşivlerden çıkarılan yeni materyallerin yayına hazırlanmasında ABD'li kâr amacı gütmeyen bir kuruluş olan Philemon Foundation (philemon-foundation.org) aileye yardımcı oluyor. Aile Küsnacht'taki evin kapılarını rezervasyonla biletli turlara da açtı (www.cg-junghaus.ch).

Pacifica Graduate Institute, Jungiyeen dünyanın Kuzey Amerika'nın Batı Kıyısı'ndaki ana merkezi. Kaliforniya, Santa Barbara'da bulunan iki kampüsünde, Jungiyeen odaklı psikoloji alanında ve ilişkili disiplinlerde lisansüstü programlar sunuyor. Geniş çapta katılım alan kamu programları ve konferanslar düzenliyor ve Joseph Campbell, James Hillman, Marija Gimbutas ve Marion Woodman arşivlerinin yuvası (www.pacifica.edu). Pacifica'nın kurucu başkanı Dr. Stephen Aizenstat (dreamtending.com) ayrıca Global Dream Initiative'i (Küresel Rüya İnisiyatifi) başlattı; inisiyatif dahilinde rüya gören kişilerden oluşan iletişim ağı, dünya için iyileştirici olasılıklar adına ruhu dinlemek için bir araya geliyor (www.globaldreaminitiative.com).

Diğer Jungiyeen odaklı lisansüstü programlar ve dersler sunan kurumlar arasında şunlar bulunuyor: Birleşik Krallık'ta Essex Üniversitesi Jungiyeen ve Jungiyeen Sonrası çalışmalar alanında bir yüksek lisans programı sunuyor; Kanada, Toronto'daki New College'da Disiplinlerarası Jungiyeen Teori Dersleri veriliyor; Kaliforniya, Saybrook'taki CIIS'te

(www.ciis.edu) Sonoma State'te programlar yer alıyor.

Akademik kuruluşlar arasında Jungian Society for Scholarly Studies (Jungiyen Akademik Çalışmalar Birliği) (www.jungiansociety.org) ve Jungiyen Çalışmalar alanındaki mesleki, klinik ve akademik çevreler ile uluslararası kitle ve diğerleri arasında köprü kuran *International Journal of Jungian Studies* (IJJS) yer alıyor.

Olağanüstü yerel kuruluşlardan oluşan bir ağ Jungiyen organizmanın taban örgütlenmesini oluşturuyor. The Houston Jung Center (junghouston.org) dört dörtlük programlarıyla uzun süre liderlik konumundaydı fakat San Diego Friends of Jung'dan (jungsandiego.org) Dublin'deki Jung Centre'a (www.jungcentre.com) ve Southern Alabama Friends of Jung'dan (friendsofjungsouth.org) Kanada, Britanya Kolumbiyası'ndaki Comox Valley C.G. Jung Society'e (comoxjung.com) kadar birlikler ve gruplar küresel çapta yayıldı. Size en yakın olana bir bakın!

Bunlara ek olarak, Jungiyen dünya içinde pek çok yeni ve/veya internet temelli kuruluşlar da yer alıyor. Depth Psychology Alliance tartışmalar, internet üzerinden etkinlikler ve dersler sunan geniş bir topluluk (www.depthpsychologyalliance.com). Avrupa'da Stillpoint Spaces herkese açık canlı etkinliklere ve internet üzerinden etkinliklere ev sahipliği yapıyor ve tüm derinlemesine psikoloji türlerinden gelen klinisyenler, kişileri terapistle yönlendirme hizmeti veriyor (www.stillpointspaces.com). Jungian Online, Jungiyen analistlerle ve terapistlerle canlı video görüşmeleri üzerinden çalışmak isteyen müşterilere yol gösteriyor ve internet üzerinden konuşmalara ve diğer etkinliklere ev sahipliği yapıyor (www.jungianonline.com).

Güney Afrika'da, Centre for Applied Jungian Studies internet üzerinden erişilebilir dersler sunuyor (appliedjung.com). Jung Archademy kişisel gelişim için karma video/canlı dersler sunan çevrimiçi bir okul, öğretim kadrosunda psikologlar, akademisyenler ve Jungiye analistler bulunuyor (www.jungarchademy.com). Son olarak, oldukça popüler ve aydınlatıcı *This Jungian Life* podcast'inin her bölümünde üç analist söyleşi yapıyor (www.thisjungianlife.com).

Jung'un Yaşamının ve Yayınlarının Kronolojisi

- 1875** Carl Gustav Jung 26 Temmuz'da İsviçre'deki Kesswil şehrinde doğdu.
- 1879** Jung ailesi Basel yakınlarındaki Kleinhüngen'e taşındı.
- 1895-1900** Jung Basel Üniversitesi'nde tıp eğitimine başladı.
- 1896** 28 Ocak'ta babası öldü.
- 1900** Zürih'teki Burghölzli Akıl Hastanesi'nde tanınmış psikiyatr Eugen Bleuler'in ikinci asistanı olarak çalışmaya başladı.
- 1902** Burghölzli'de ikinci asistan oldu.
Tıp alanındaki doktora tezi *Sözde Gizemli Fenomenlerin Psikolojisi ve Patolojisi*'ni tamamladı.
- 1902-1903** Kış döneminde Salpêtrière'de Pierre Janet'yle birlikte çalıştı.
- 1903** Emma Rauschenbach (1882'de doğdu) ile evlendi. İkisinin beş çocuğu oldu.
- 1905-1909** Burghölzli'de klinik yöneticiliği yaptı.
- 1905-1913** Zürih Tıp Fakültesi'nde profesör oldu, psikiyatri alanında ders verdi.
- 1907** *Dementia Praecox'un Psikolojisi* (şizofreni üzerine). Şubat'ta Viyana'da Sigmund Freud'la tanıştı.
- 1909-1913** Psikanalizin önde gelen dergisinde başeditör oldu.
- 1909** Küsnacht'ta özel uygulamalara başladı.
Konferans vermek için Freud'la birlikte Massachusetts'teki Clark Üniversitesi'ne yolculuk etti.
- 1910-1913** Bilinçdışıyla yüzleşme dönemi.
- 1910** Antonia "Toni" Wolff'la tanıştı.
- 1912** New York'taki Fordham Üniversitesi'nde konferans verdi.
Dönüşüm Sembolleri.
Freud'la yolları ayrıldı.
- 1913** Zürih Üniversitesi'ndeki öğretmenlik görevinden istifa etti.
- 1917** Mandala çizme pratiğine başladı.
- 1918-1919** İngiliz askerler için savaş tutsaklarına komutanlık etti.
- 1921** *Psikolojide Tipler*.
- 1923** Zürih Gölü'nde bulunan Bollingen'deki kuleyi inşa etmeye başladı.
Annesi öldü.
Zürih Psikoloji Kulübü'nde Richard Wilhelm, I Ching üzerine sunum yaptı.

- 1924-1925** ABD'ye seyahat etti, New Mexico'daki Pueblo Yerlilerini ziyaret etti.
- 1925-1926** Afrika yolculuğu. Elgon Dağı'ndaki Elgonileri ziyaret etti.
- 1928** *Ben ve Bilinçdışı.*
Psişik Enerji.
- 1929** *Altın Çiçeğin Sırrı* üzerine yorum.
- 1935** Zürih Federal Teknoloji Üniversitesi'nde (EHT Zürih) profesör oldu.
İsviçre Uygulamalı Psikoloji Cemiyeti'ni kurdu.
Londra'daki Tavistock konferansları.
- 1936** Harvard'dan fahri doktora unvanı aldı.
- 1937** Yale'deki Terry Konferansları.
- 1938** Hindistan seyahati.
- 1940** *Psikoloji ve Din*
- 1941** C. Kerényi'yle birlikte *Einführung in das Wesen der Mythologie.*
- 1942** EHT Zürih'teki profesörlüğünden istifa etti.
- 1944** *Psychologie und Alchemie.*
- 1946** *Die Psychologie der Übertragung.*
- 1948** Zürih'teki C.G. Jung Enstitüsü'nü kurdu.
- 1951** *Aion.*
- 1952** *Eşzamanlılık: Nedensellik Dışı Bağlayıcı Bir İlke.*
Eyüp'e Cevap.
- 1953** 21 Mart'ta Antonia "Toni" Wolff hayatını kaybetti.
Collected Works'ün ilk cildi İngilizce basıldı.
- 1955** 27 Kasım'da eşi Emma hayatını kaybetti.
- 1956** *Mysterium Coniunctionis.*
- 1957** *Keşfedilmemiş Benlik.*
- 1961** *İnsan ve Sembolleri*'ndeki "Bilinçdışına Giriş"i tamamladı.
On gün sonra, 6 Haziran'da, Küsnacht'taki evinde hayatını kaybetti.

Sonnotlar

Giriş

- 1 Carl Jung, *Collected Works*, Princeton University Press, 1970-1979, Cilt 13, par. 119
- 2 Deirdre Bair, *Jung: A Biography*, Little Brown, 2003, s. 493
- 3 Carl Jung, *The Undiscovered Self*, Princeton University Press, 1957, s. 78

Bölüm 1: Jung Psikolojisi

- 4 C. Hall ve V. Nordby, *A Primer of Jungian Psychology*, Taplinger Publishing Company, 1973, s. 29
- 5 Aniela Jaffé, *From the Life and Work of C.G. Jung*, Daimon Verlag, 1989, s. 113
- 6 Hall ve Nordby, *A Primer of Jungian Psychology*, s. 64
- 7 E.A. Bennet, *What Jung Really Said*, Schocken Books, 1966, s. 34
- 8 June Singer, *Boundaries of the Soul*, Penguin Books, 1972, s. 44
- 9 Jung, *Collected Works*, Cilt 3, par. 84
- 10 a.g.e., Cilt 8, par. 96
- 11 Bennett, *What Jung Really Said*, s. 42
- 12 Jung, *Collected Works*, Cilt 8, s. 225
- 13 a.g.e., Cilt 7, s. 287
- 14 a.g.e., *Collected Works*, Cilt 15, par. 119
- 15 Carl Jung, *Memories, Dreams, Reflections*, Penguin Books, 1961, s. 140
- 16 Carl Jung, *Boundaries of the Soul* içinde Singer'dan alıntı, s. 8
- 17 Robert A. Johnson, *Inner Work*, Harper Collins, 1981, s. 4

Bölüm 2: Gölge

- 18 Singer, *Boundaries of the Soul*, s. 36
- 19 a.g.e., s. 164
- 20 a.g.e., s. 159
- 21 Jung, *Collected Works*, Cilt 9, Kısım 1, par. 221
- 22 Singer, *Boundaries of the Soul*, s. 164-165
- 23 Elie Humbert, *C.G. Jung: The Fundamentals of Theory and Practice*, Chiron Publications, 1988, s. 49
- 24 Jung, *Memories, Dreams, Reflections*, s. 246
- 25 Connie Zweig ve Jeremiah Abrams, *Meeting the Shadow: The Hidden Power of the Dark Side of Human Nature*, Penguin, 1991.
- 26 Jung, *The Undiscovered Self*, s. 110
- 27 Robert A. Johnson, *Owning Your Own Shadow*, Harper, 1994, s. 4
- 28 Humbert, *C.G. Jung*, s. 48
- 29 Carl Jung, *Collected Works*, Cilt 9, Kısım 2, par. 423

- 30 a.g.e., Cilt 11, par. 134
31 Ann Belford Ulanov, *The Wisdom of the Psyche*, Paulist Press, 1971, s. 35-36

Bölüm 3: İçsel Çalışma

- 32 Jung, *Collected Works*, Cilt 10, par. 318
33 Robert Bosnak, *A Little Course in Dreams*, Shambhala Publications, 1988, s. 7
34 Jung, *Collected Works*, Cilt 18, par. 52
35 Deb Powers, <https://dreamtending.com/blog/most-important-terms-meaning-of-dreams/>
36 Carl Jung, *Letters*, Cilt 1, s. 28-29
37 Andrew Samuels, Bani Shorter ve Fred Plaut, *A Critical Dictionary of Jungian Analysis*, Routledge & Kegan Paul, 1986, s. 9
38 Humbert, *C.G. Jung*, s. 25-26
39 Singer, *Boundaries of the Soul*, s. 288
40 Ann Belford Ulanov, Tinsellik ve Din Konferansı'ndaki konuşması, San Francisco Jung Society, 2003
41 Singer, *Boundaries of the Soul*, s. 312
42 Jung, *Collected Works*, Cilt 9, Kısım 2, par. 14
43 a.g.e., Cilt 11, par. 292
44 Singer, *Boundaries of the Soul*, s. 312
45 Becca Tarnas, "The Back of Beyond: The Red Books of C.G. Jung and J.R.R. Tolkien", Doktora tezi, California Institute of Integral Studies, 2018
46 Elisabeth Pomès, IAAP, özel görüşme.
47 Humbert, *C.G. Jung*, s. 29-30
48 Johnson, *Inner Work*, s. 100

Bölüm 4: Benlik

- 49 Jung, *Collected Works*, Cilt 11, par. 390
50 C.G. Jung ve William McGuire, *C.G. Jung Speaking: Interviews and Encounters*, Princeton University Press, 1987, s. 328
51 Singer, *Boundaries of the Soul*, s. 240
52 a.g.e., s. 218
53 Ulrich Hoerni, Thomas Fischer ve Bettina Kaufmann (ed.), *The Art of C.G. Jung*, W.W. Norton, 2018, s. 120
54 Carl Jung, *Flying Saucers: A Modern Myth of Things Seen in the Skies*, Princeton University Press, 1959
55 Gary Bobroff, *Crop Circles, Jung & the Reemergence of the Archetypal Feminine*, North Atlantic, 2014
56 Lionel Corbett, *The Religious Function of the Psyche*, Chiron Books, 1996, s. 46-47

- 57 Jung ve McGuire, *C.G. Jung Speaking*, s. 401
58 Barbara Hannah, *Jung: His Life and Work*, s. 115
59 Jung, *Memories, Dreams, Reflections*, s. 209
60 Humbert, *C.G. Jung*, s. 122
61 Laurens van der Post, *Jung and The Story of Our Time*, Penguin, 1975, s. 177
62 Jung, *Collected Works*, Cilt 16, par. 452
63 a.g.e., Cilt 14, par. 756
64 a.g.e., Cilt 7, par. 509
65 Marie-Louise von Franz, *Archetypal Dimensions of the Psyche*, Penguin, 1997, s. 98
66 Jung, *Collected Works*, Cilt 8, par. 514
67 a.g.e., Cilt 8, par. 459
68 a.g.e., Cilt 18, par. 1099

Bölüm 5: Kişilik Tipleri

- 69 Jung, *Collected Works*, Cilt 6, s. v
70 Humbert, *C.G. Jung*, s. 109
71 Jung, *Collected Works*, Cilt 6, par. 976f
72 Carl Jung, *Dream Analysis 1: Notes of the Seminar Given in 1928-30*, Routledge, Taylor & Francis Books, 1984, s. 75
73 Jung ve McGuire, *C.G. Jung Speaking*, s. 309
74 Jung, *Collected Works*, Cilt 17, par. 359

Bölüm 6: Arketipler

- 75 Jung, *Memories, Dreams, Reflections*, s. 182
76 Jung, *Collected Works*, Cilt 8, s. 112
77 Carl Jung, *Man and His Symbols*, Routledge, 1984, s. 57
78 Marie-Louise von Franz, *Projection and Re-collection in Jungian Psychology*, Open Court, 1980, s. 85
79 Jung, *Collected Works*, Cilt 9, Kısım 1, par. 404
80 Carl Jung, *'Protocols' for Memories, Dreams, Reflections*, 1958
81 Jung, *Collected Works*, Cilt 9, Kısım 1, par. 289
82 Carl Jung, *Answer to Job*, Princeton University Press, 1952, par. 742

Bölüm 7: Anima ve Animus

- 83 Carl Jung, "Marriage as a Psychological Relationship", *Collected Works*, 1925, Cilt 17, par. 338
84 Carl Jung, *The Red Book*, W.W. Norton, 2009, s. 263
85 Jung, *Collected Works*, Cilt 13, s. 60
86 Ulanov, *The Wisdom of the Psyche*, s. 42-43

- 87 Marie-Louise von Franz, *The Interpretation of Fairy Tales*, Shambhala, 1970
- 88 Daniel J. Meckel ve Robert L. Moore, *Self and Liberation: The Jung-Buddhism Dialogue*, Paulist Press, 1992, s. 313
- 89 Erich Neumann, *The Origins and History of Consciousness*, Princeton University Press, 1959, s. 121
- 90 Jeffrey Raff, *Jung and the Alchemical Imagination*, Nicolas-Hays, 2000, s. 102
- 91 Jung, *Collected Works*, Cilt 5, par. 344
- 92 Anne Baring ve Jules Cashford, *The Myth of the Goddess: Evolution of an Image*, Viking, 1991, s. 66
- 93 Ulanov, *The Wisdom of the Psyche*, s. 133
- 94 Jung, *Collected Works*, Cilt 10, par. 295
- 95 E. Gadon, *The Once and Future Goddess*, Harper One, 1989, s. 76
- 96 Baring ve Cashford, *The Myth of the Goddess*, s. 66
- 97 Esther M. Harding, *Women's Mysteries Ancient and Modern*, Putnam, 1935, s. 42
- 98 Marja Reinau, *Love Matters for Psychic Transformation*, Fisher King Press, 2016, önsöz
- 99 Richard Tarnas, *The Passion of the Western Mind*, Penguin Random House, 1991, önsöz
- 100 Carl Jung, *Civilization in Transition*, Princeton University Press, 1970, par. 585
- 101 Carl Jung, *The Spiritual Problem of Modern Man*, Princeton University Press, par. 154
- 102 Robert Johnson, *We: Understanding the Psychology of Romantic Love*, Harper Collins, 1983, s. 76
- 103 Tarnas, *The Passion of the Western Mind*, önsöz
- 104 "The Geography of the Soul. An Interview with Marie-Louise von Franz", *Jungian Directions, Newsletter of the C.G. Jung Society of Vancouver*, Kış-İlkbahar 1994, s. 2-5

Bölüm 8: Eşzamanlılık

- 105 Monika Wikman, *Pregnant Darkness: Alchemy and the Rebirth of Consciousness*, Nicolas-Hays, 2004, s. xxii
- 106 Jung ve McGuire, *C.G. Jung Speaking*, s. 229
- 107 Samuels, Shorter ve Plaut, *A Critical Dictionary of Jungian Analysis*, s. 12
- 108 Cynthia Cavalli, "An Exploration of objective meaning in transformational synchronicities", *International Journal of Human Resources Development and Management*, 2013

- 109 Polly Young-Eisendrath ve Terence Dawson, *The Cambridge Companion to Jung*, Cambridge University Press, 1997, s. 311
- 110 Jung, *Memories, Dreams, Reflections*, s. 155
- 111 Michael Shermer, "Anomalous Events that Can Shake One's Skepticism to the Core", *Scientific American*, 1 Ekim 2014
- 112 a.g.e.
- 113 Jung, *Letters*, Cilt 2, s. 538-539
- 114 Richard Tarnas, *Cosmos and Psyche*, s. 56
- 115 Jaffé, *From the Life and Work of C.G. Jung*, Harper & Row, 1968, s. 45
- 116 Shermer, "Anomalous Events that Can Shake One's Skepticism to the Core", *Scientific American*, 1 Ekim 2014
- 117 J. Gary Sparks, *At the Heart of the Matter*, Inner City Books, 2007, s. 105
- 118 Marie-Louise von Franz, *Psyche and Matter*, Shambhala, 2001, s. 257
- 119 Tarnas, *Cosmos and Psyche*, s. 56
- 120 Ferne Jensen & Sidney Mullen (ed.), *C.G. Jung, Emma Jung and Toni Wolff - A Collection of Remembrances*, San Francisco Analitik Psikoloji Kulübü, 1982, s. 20
- 121 Sparks, *At the Heart of the Matter*, s. 55
- 122 Edward Edinger, *Transformation of the God-Image*, Inner City Books, 1992, s. 28
- 123 Jung, *Collected Works*, Cilt 11, par. 584
- 124 Jung ve McGuire, *C.G. Jung Speaking*, s. 226
- 125 a.g.e., s. 227
- 126 Jung, *Answer to Job*, par. 617
- 127 Edward Edinger, *The Creation of Consciousness*, Inner City Books, 1984, s. 19
- 128 Rivkah Kluger, *Satan in the Old Testament*, Northwestern University Press, 1967, s. 129
- 129 Jung, *Memories, Dreams, Reflections*, s. 338
- 130 a.g.e., s. 253-274
- 131 Edinger, *The Creation of Consciousness*, s. 23
- 132 Jung ve McGuire, *C.G. Jung Speaking*, s. 230
- 133 van der Post, *Jung and the Story of Our Time*, s. 275

Ek I: Carl Jung ve II. Dünya Savaşı

- 134 Jung, *Letters*, Cilt 1, s. 404
- 135 a.g.e., Cilt 1, s. 370
- 136 van der Post, *Jung and the Story of Our Time*, s. 48-49

A

About Men and Women (Guzie ve Guzie) 182
 Adler, Alfred 100, 147, 148, 150
 Aizenstat, Stephen 97, 270
 aktarım-karşıaktarım alanı 237
Alchemical Psychology (Cavalli) 239
Altın Çiçeğin Sırrı 266
Amerikan Tanrıları (Gaiman) 171
 amplifikasyon 90-91, 97, 116
 analizan 30, 111, 116, 238
Anılar, Düşler, Düşünceler (Jung) 136
 anima/animus
 feminen/maskülen formlar 208-227, 228
 tanımı 199, 201-207, 228
 anne arketipi 182-185, 194
 arabulucu arketipi 188
Archetype Revisited (Stevens) 126
 arketipik psikoloji 18
 arketipler
 anne 182-185, 194
 aradaki gerilimler 191-193
 âşık 189-90
 baba 182-185, 194
 benlik 125-126
 bilge kişi 180, 186-188, 195
 çocuk 188-191, 195
 gölge 78, 81
 kahraman 176-180, 194
 kâşif 189
 kral 180-186, 194
 kraliçe 180-186, 194
 savaşçı 177-180
 şaman 180, 188, 195
 tanımı 167-172,
 kolektif bilinçdışı 172-176, 194

Yunan tanrıları 169-171

âşâğılık kompleksi 37
 âşık arketipi 189-90
 âşkın işlev 44, 135, 142
 Aziz, Robert 250

B

baba arketipi 182-185, 194
 bağımlılık 106
 Bancroft, Mary 16, 265
 Baring, Anne 216
 Basel Karnavalı 26, 28-29
 Basel Üniversitesi 14
 Beatles, The 18
 benliğin imgeleri 123-126
 benlik
 arketipi 125-126
 imgeleri 123-126
 tanımı 119-121
 ve bireyleşme 119, 121, 124, 140, 142
 ve UFO'lar 124
 Bergman, Ingmar 18
 bilge kişi arketipi 180, 186-188, 195
 bilinçdışı
 Jung'un yüzleşmesi 132-138, 142
 Tanımı 51
 ve içsel çalışma 94
 ve Jung psikolojisi 39-41, 43-44, 48, 51 ayrıca bkz. gölge
Bilinçdışı Psikolojisi (Jung) 127, 131
 bilinçdışıyla yüzleşme 132-138, 142
 bireyleşme
 tanımı 116
 ve benlik 121, 124, 139, 140, 142
 ve içsel çalışma 86, 88, 107, 111
 ve Jung psikolojisi 45

Bleuler, Eugen 32, 273
Bollingen 30-31
Borsa (Stone) 178
Bosnak, Robert 96
Brando, Marlon 18
BTS 11
Burghölzli Hastanesi 32, 33
bütünlük
 tanımı 116
 ve benlik 119, 142
 ve gölge 80
 ve içsel çalışma 86, 100, 102, 110
 ve Jung psikolojisi 45

C
C.G. Jung's *Psychology of Religion and Synchronicity* (Aziz) 250
Cain, Susan 150
Campbell, Joseph 18, 176, 270
Cashford, Jules 216
Cavalli, Cynthia 240
Cavalli, Thom 239
Centre for Applied Jungian Studies 272
Cook Briggs, Katherine 150
Corbett, Lionel 125
Cosmos and Psyche (Tarnas) 250
Creation of Consciousness, The (Edinger) 262

çağrışım 97, 116
çocuk arketipi 188-191, 195

D
Dante 204, 205
Demeter-Persephone hikâyesi 210-211
Depth Psychology Alliance 271
dışadönüklük 146, 147, 149-152, 162

Doors, The 18
Dönüşüm Sembolleri (Jung) 131, 136-137
DreamTending™ 97
Dulles, Allen 17
duyum 146, 147, 152-156, 160, 163
düşünme 146, 147, 157-158, 163
Dylan, Bob 155-156

E
Edinger, Edward 126, 262
Ego and Archetype (Edinger) 126
Einstein, Albert 19, 21, 239
Eisenhower, Dwight 17
Eliade, Mircea 238, 251
Estés, Clarissa Pinkola 19
etkin imgelem 85, 88, 98, 102, 116, 142
Eyüp'e Cevap (Jung) 19, 250-262, 264
eşzamanlılık 19
 fikrin gelişimi 239-250
 tanımı 225, 227, 264
 ve Eyüp'e Cevap 250-262, 264
 ve simya 231-239, 264
"Eşzamanlılık Üzerine" (Jung) 250

F
Fellini, Federico 18
feminen/maskülen formlar 208-227, 228
feminenin kaybı 219-225
Fierz, Henry 248
Frankenstein (Shelley) 72-73
Franz, Marie-Louis von 140, 175, 190, 204, 225, 232, 239, 248, 250, 269
Freud, Sigmund
 Jung'la kopuş 126-132, 136
 ve arketipler 173

ve bilinç 45
ve bilinçdışı 39-43
ve eşzamanlılık 240-242
ve feminen/maskülen formlar
210
ve kişilik tipleri 147
ve kompleksler 36-37
ve rüya yorumu 39-41, 90
ve sembolizm 41, 43, 45

From the Life and Work of C. G. Jung (Jaffé) 266

G

Gabriel, Peter 155
Gaiman, Neil 171
Glengarry Glen Ross (Mamet) 178
Global Dream Initiative (Küresel Rüya İnisiyatifi) 270
Gollum 108-110
gölge
arketipi 78-81
içimizdeki reddedilmiş öteki
63
insan doğası ve toplumsal kurallar arasındaki çatışma olarak 55-58
kolektif gölge 69-73, 82
nitelikleri 77-78, 80, 81
tanımı 14, 82
tanınması 74, 76-77
ve içsel çalışma 86-93
ve Jekyll ve Hyde hikâyesi 62-66
ve persona 58-62, 63
yansıtması 67-70, 72
gölge yansıtması 67-70, 72, 82
Graham, Martha 18
Guzie, Noreen 182, 186, 192
Guzie, Tad 182, 186, 192
günlük tutmak 74, 85
Günlük Yaşamın Psikopatolojisi (Freud) 36

H

Hamlet (Shakespeare) 37, 38
Harding, Esther 216, 220
Hillman, James 18
hissetme 146, 147, 157-158
Hitler, Adolf 17
Hobbit, The (Tolkein) 108, 110
Hollis, James 19

I-I

I Ching 18, 267
II. Dünya Savaşı 16, 265-267
içedönüklük 146, 147, 149-152, 162
içsel çalışma
önemi 85-89
ve bireyleşme 88, 107, 111
ve etkin imgelem 98-101, 104
ve gölge 102-110
ve Jungiyen Analiz 110-115
ve rüya yorumu 89-98
İlahi Komedi 204

J

Jacobi, Jolande 266
Jaffé, Aniela 27, 266
Jahrbuch für psychoanalytische und psychopathologische Forschungen 126
Jekyll ve Hyde hikâyesi 62-66
Johnson, Robert A. 113
Jones, Grace 178
Joyce, James 16
Julius Caesar (Shakespeare) 89
Jung and Sex (Santana) 203
Jung and the Alchemical Imagination (Raff) 239
JUNG Archademy 272
Jung, Carl
bilinçdışıyla yüzleşme 132-138, 142
bir pratik olarak içsel yaşam 13-14

etkisi 9-20, 268-272
Freud'la kopuş 126-132, 136
ırkçılık suçlamaları 266, 267
kişilik tipi 150
kökleri 25-27, 30
rüyaları 132-138, 172-173
son yılları 262-263
ve II. Dünya Savaşı 16, 265-267
Yahudi karşıtlığı suçlamaları
266, 267
Jung, Emma 26, 136, 149, 262
Jungian Online 271
Jungiyen Analiz 110-115, 116
Jungiyen Enstitüler 268-272

K

Kâbil ve Habil 56
kahraman arketipi 176-180, 194
Kahramanın Sonsuz Yolculuğu
(Campbell) 176
Kant, Immanuel 26, 167
kâşif arketipi 189
Katz, Nathan 204
kehanet sanatı 18
Kelime Çağrışım Testi 32-35, 51,
126
Kenobi, Ben 186
Keşfedilmemiş Benlik (Jung) 20
Kırmızı Kitap: Liber Novus (Jung)
14, 101, 133, 134
kişilik tipleri
dışadönüklük 146, 147, 149-
152, 162
duyum 146, 147, 152-156, 160,
163
düşünme 146, 147, 157-158, 163
gelişimi 158, 160-161
hissetme 146, 147, 157-158
içedönüklük 146, 147, 149-152,
162
sezgi 146, 147, 152-156, 160,
163

teorisi 145-147,
ve nevroz 160-161
Kluger, Rivkah 257
kolektif bilinçdışı 172-176, 194
kolektif gölge 69-73, 82
kolektif ruh 138-141
kompleksler 36-39, 51, 69
kral arketipi 180-186, 194
kraliçe arketipi 180-186, 194
Kronos 184, 184
*Kurtlarla Koşan Kadınlar: Vahşi
Kadın Arketipine Dair Mit ve
Öyküler* (Estés) 19
Küsnacht 26, 262

L

Lawrence, D. H. 16
Lévy-Bruhl, Lucien 216
Lucas, George 18, 177

M

Magnus, Albertus 244
Mamet, David 178
mandala 124, 125
Map of the Soul: Persona (BTS)
11
maskülen/feminen formlar 208-
227, 228
maskülenin düşüşü 214-227, 228
Meckel, Daniel J. 126
Meier, C. A. 265
Mellick, Jill 14
Miller, Jeff 126
Moore, Robert L. 126, 180, 184, 186
Moore, Thomas 19
*Mükemmellik Tutkusu: Daima Saf
Olan Gelin* (Woodman) 19
Myers-Briggs Tip Belirleyici 15,
150
Myers-Briggs, Isabelle 150
Mysterium Coniunctionis (Jung)
239

- N**
 Nietzsche, Friedrich 70, 71, 80, 214
 Nixon, Richard 182, 183
- O**
 Oidipal teori 43, 46-47
On Divination and Synchronicity (Franz) 250
 OSS 16, 265
Owl Was a Baker's Daughter: Obesity, Anorexia Nervosa, and the Repressed Feminine, The (Woodman) 19
- P**
 Pacifica Graduate Institute 97, 270
 Pauli, Wolfgang 19, 239
 persona 58-63, 82
 Peterson, Jordan 183
 Philemon Foundation 270
 Police, The 19
 Pomès, Elisabeth 110
 güç kompleksi 37, 72, 76
Pregnant Darkness: Alchemy and the Rebirth of Consciousness (Wikman) 239
 Pressault, David 78
 Pressfield, Stephen 80, 104-106
Problem of the Puer Aeternus, The (Franz) 190
 psikanaliz 40, 41
 Psikoloji Kulübü 268
Psikoloji ve Din (Jung) 266
 Psikolojide Tipler (Jung) 145, 149, 162
Psychologie und Alchemie (Jung) 239
 puella kompleksi 190
 puer kompleksi 190
- R**
 Raff, Geoffrey 209, 239
Religious Function of the Psyche (Corbett) 126
 Rolling Stones, The 18
 Romanyshyn, Robert 72
 ruh
 kolektif 138-141
 modeli 56
 ve sembolizm 41, 43-45, 51
 rüya yorumu
 Jung psikolojisindeki yeri 39-41
 Jung'un deneyimi 132-138, 172-174
 ve içsel çalışma 89-98
Rüyaların Yorumu (Freud) 39
- S-Ş**
Sakinler de Kazanır: Konuşmadan Duramayan Bir Dünyada İçedönüklerin Gücü (Cain) 150
 Santana, Edward 203
 savaşçı arketipi 177-180
 Schopenhauer, Arthur 167, 168
Self and Liberation: The Jung/Buddhism Dialogue (Meckel ve Moore) 126
 sembolizm 41, 43-45, 51, 90, 96, 116
 seneks tip kişilik 184
 sezgi 146, 147, 152-156, 160, 163
Sgt. Pepper's Lonely Hearts Club Band (Beatles) 18
 "She's Your Lover Now" (Dylan) 155
 Shelley, Mary 72, 73
 Shermer, Michael 242, 247
 simya 231-239, 264
 Singer, June 104, 108, 123
 Skywalker, Luke 177, 188

Smith, Carleton 95, 131
 Sparks, J, Gary 247-249
 Stein, Murray 11
 Stevens, Anthony 126
 Stevenson, Robert Louis 62, 72
 Stillpoint Spaces 271
 Stone, Oliver 178
Structural Forms of the Feminine Psyche, The (Wolff) 178, 191
 "Sympathy For The Devil"
 (Rolling Stones) 18
Synchronicity (Police) 19
 şaman arketipi 180, 188, 195

T

Taoizm 122, 244
 Tarnas, Becca 108
 Tarnas, Richard 221, 247
 temenos 123
This Jungian Life (podcast) 76, 104, 272
Transcendent Function, The (Miller)
Transformation of the God-Image, The (Edinger) 262
Transforming Sexuality (Ulanov) 203

U

UFO'lar 124
 Ulanov, Ann 80, 103, 124, 203, 213, 227, 240, 276
 Unus Mundus 240, 244

V

Vader, Darth 188
 van der Post, Laurens 262
Victor Frankenstein, the Monster and the Shadows of Technology (Romanyshyn) 72

W

Wedding of Sophia: The Divine Feminine in Psychoid Alchemy (Raff) 239
Weltanschauung 45, 48, 49, 51, 243
 Wikman, Monika 237
 Willendorf Venüsü 216, 217
 Wolff, Toni Anna 30, 113-115, 136, 149, 152, 178, 188-193, 262
 Woodman, Marion 19, 216

Y

yansıtma 67-70, 72, 82
 yaşam felsefesi 45, 48, 145, 179
Yıldız Savaşları 18, 177, 186-188
 Yoda 186
Yüzüklerin Efendisi (Tolkien) 109, 110

Z

Zentralblatt 265
 Zofingia Kulübü 26
 Zürih 26

Resimler İçin Yararlanılan Kaynaklar

Alamy: 27, 28

Bridgeman Images: 125

Diomedia: 101, 134

Getty Images: 49, 75, 114, 131, 177, 200

Library of Congress: 13, 90, 95, 130, 137

Public Domain: 10, 12, 17, 21, 31, 33, 34, 35, 38, 42, 56, 57, 62, 68, 71, 73,
79, 105, 128, 139, 148, 156, 168, 170, 179, 181, 183, 190, 205,
207, 211, 212, 217, 223, 224, 226, 233, 236, 246, 252, 254, 261

Shutterstock: 61, 66, 87, 92, 109, 120, 122, 141, 173, 209, 241, 250, 259,
263

Wellcome Collection: 154, 159, 185, 187, 234, 245

Yazar Hakkında

Gary Bobroff Saskatoon'da büyüdü ve ilk kişilik tipi testine 12 yaşındayken girdi, o zamandan beri de Jung'a takılıp kaldı. Lisans diplomasını British Columbia Üniversitesinden aldı ve Pacifica Graduate Institute'te Jung odaklı psikolojik danışmanlık üzerine yüksek lisans yaptı. Onaylı bir Myers-Briggs Tip Belirleyici uygulayıcısı. Uluslararası bir konuşmacı ve atölye lideri olan Gary, cazip ve erişilebilir yollara ilişkin yeni fikirler sunuyor. *Jung, Crop Circles and the Reemergence of the Archetypal Feminine* (North Atlantic, 2014) kitabının yazarıdır.

Çevirmen Hakkında

Hilal Dikmen ilkokul ve lise eğitimini Ankara'da tamamladıktan sonra İstanbul Bilgi Üniversitesi Karşılaştırmalı Edebiyat ile Sahne ve Gösteri Sanatları Yönetimi bölümlerinden mezun oldu. Yüksek lisans eğitimine Koç Üniversitesi Karşılaştırmalı Tarih ve Toplum Çalışmaları Bölümü'nde devam ediyor. Şu anda İlkısır Yayınevi'nde editör olarak çalışıyor. *Taşların Seçimi* (2006) isimli bir romanı bulunan Hilal Dikmen'in Türkçeleştirdiği eserler arasında *Mağara Ressamları* (2017), *Cinselliğin Kısa Tarihi* (2017) ve *Ölüm Defteri* (2017) yer alıyor.

Analitik psikolojinin kurucusu Carl Jung insan ruhuna yaklaşımımızda bir devrim yarattı. Bu kapsamlı inceleme Jung'un fikirlerini merak uyandırıcı ve kolay anlaşılır bir dille sunuyor. Persona, gölge, kolektif bilinçdışı, anima ve animus, eşzamanlılık gibi pek çok kavramı ayrıntılarıyla açıklıyor. Doğu mistisizmi, mitoloji ve rüya analizinin Jung'un teorileri üstündeki etkilerini inceliyor.

Bilinçdışı denen karanlık arazide gezinmenin en iyi yolu nedir? Rüyaları nasıl yorumlarız? İçdünyamızla nasıl ilişki kurarız? Kâbuslarımızın dehşetinden kendimizi nasıl özgür kılabiliriz? Teknolojinin gölgesinin farkında mıyız? Çağımızın krizleri insanlığın geçmişte benimsediği hangi değerlerin gölgesidir?

Jung'un düşüncelerini yakından tanımak ve içdünyamızın önemini anlamak için harika bir rehber!



İLK SATIR

www.ilksatir.com.tr | satis@ilksatir.com.tr |    / ilksatir

978-605-06722-5-1



9 786050 672251