

# Keyifli Okumalar Dileriz

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

## RESMİ WEB SİTEMİZ

<https://rantey.org>

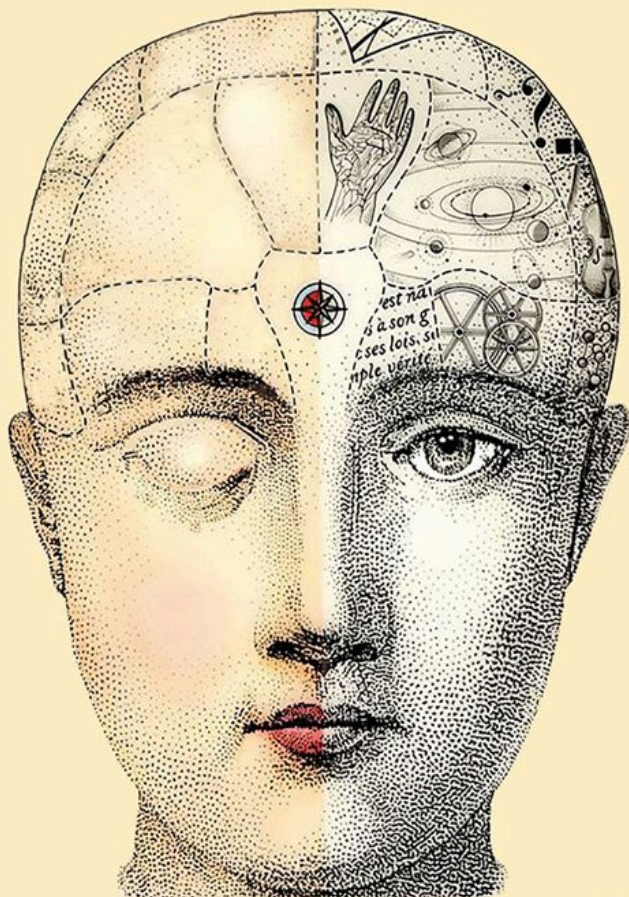
### Yedek ve Duyuru Kanallarımız

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>

DOUWE DRAAISMA

# Düş Dokumacısı





DOUWE DRAAISMA

## Düş Dokumacısı

Douwe Draaisma (1953) Hollanda'daki Groningen Üniversitesi'nde psikoloji ve felsefe eğitimi almıştır ve halen aynı üniversitenin Psikoloji Tarihi ve Teorisi bölümünde öğretim üyeliği yapmaktadır. Utrecht Üniversitesi'ndeyken bellek dilinin metaforik doğası hakkında yazdığı tez 1993'te *Bellek Metaforları* (Metis, 2007) adıyla kitaplaşmış ve Hollanda Ulusal Psikologlar Enstitüsü'nün verdiği Heymans Ödülü'nü kazanan kitap hem kendi dilinde hem de çevrildiği sekiz dilde büyük ilgi görmüştür. 2001'de yayımlanan *Yaşlandıkça Hayat Neden Çabuk Geçer* (Metis, 2008) adlı kitabıysa dana da büyük bir yankı uyandırmış ve on bir dile çevrilmiştir. Draaisma bu kitapla Hollanda'da dört ödül almıştır: "En iyi düşünsel deneme" kitabına verilen J. Greshoff Ödülü, bilgi ve bilim alanında en iyi inceleme kitabına verilen Euroka Ödülü, Jan Hanlo Edebi Deneme Ödülü ve Ulusal Psikologlar Enstitüsü'nün "psikoloji alanını en iyi tanıtan" kitaplara verdiği medya ödülü.

DeneySEL psikolojinin ilk dönemlerinde kesinlik kavramının rolü üzerine yaptığı araştırmaların sonuçlarını *The Age of Precision: F. C. Donders and the Measurement of Mind* (2002, Kesinlik Çağı: F. C. Donders ve Zihnin Ölçümü) adlı kitapta yayımlayan Draaisma'nın diğer eserleri arasında *Aklın Çıkmazları* (2006; YKY, 2010) ve *Unutmanın Kitabı* (2010; YKY, 2015) sayılabilir. Yazarın Hollandalı psikolog-felsefeci Heymans, William James, zaman ölçümünün tarihi ve nörolojinin tarihi konusunda kaleme aldığı çeşitli bilimsel makaleleri de vardır.



Metis Yayınları  
İpek Sokak 5, 34433 Beyoğlu, İstanbul  
e-posta: info@metiskitap.com  
www.metiskitap.com  
Yayınevi Sertifika No: 10726

Düş Dokumacısı  
Douwe Draaisma

Hollandaca Basımı:  
De dromenwever  
Historische Uitgeverij, 2013

© Douwe Draaisma, 2013  
© Metis Yayınları, 2014  
Çeviri Eser © Türkay Yalnız, 2014

İlk Basım: Kasım 2015

Yayına Hazırlayan: Özde Duygu Gürkan

Kapak Tasarımı: Emine Bora  
Dizgi ve Baskı Öncesi Hazırlık: Metis Yayıncılık Ltd.  
Baskı ve Cilt: Yaylacık Matbaacılık Ltd.  
Fatih Sanayi Sitesi No. 12/197 Topkapı, İstanbul  
Matbaa Sertifika No: 11931

ISBN-13: 978-605-316-006-9

**N**ederlands  
letterenfonds  
dutch foundation  
for literature

Hollanda Edebiyat Fonu'nun çeviriye yaptığı destekle yayımlanmıştır. Yayıncı, bu değerli katkılar için kuruma teşekkür eder.

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

**DOUWE DRAAISMA**

# **Düş Dokumacısı**

Çeviren:

**Türkay Yalnız**



**metis**

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



# İçindekiler

|                                                                                                             |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Başlarken .....                                                                                             | 11  |
| Düş Dokumacısı<br><i>Beyin ve Düşler Üzerine</i> .....                                                      | 21  |
| Hareketsiz Hareketli<br><i>Düşte Uçmak ve Süzülmek Üzerine</i> .....                                        | 48  |
| Gece Utancı! Gece Utancı!<br><i>Çıplaklık Düşleri Üzerine</i> .....                                         | 63  |
| Kaldın<br><i>Sınav Düşleri Üzerine</i> .....                                                                | 73  |
| “Aman Mary,” dedi Bay Lincoln Dalgın Dalgın,<br>“Sadece Bir Düş Bu”<br><i>Kehanet Düşleri Üzerine</i> ..... | 84  |
| Düş Gördüğümüzü Bilmek<br><i>Berrak Düşler Üzerine</i> .....                                                | 108 |
| Prof. Brücke’nin O Şahane Mavi Gözleri<br><i>Düşlerin Rengi Üzerine</i> .....                               | 130 |
| Görüntü Dışı<br><i>Körlerin Düşleri Üzerine</i> .....                                                       | 146 |



|                                                   |     |
|---------------------------------------------------|-----|
| <b>Siz Kesin Bir Radyo Oyunundaymış Gibi</b>      |     |
| <b>Düş Görüyorsunuzdur!</b>                       |     |
| <i>Vincent Bijlo'nun Düş Yaşamı Üzerine</i> ..... | 160 |
| <b>Dehşetli Bir Takırtı</b>                       |     |
| <i>Düşte Zaman Üzerine</i> .....                  | 169 |
| <b>Gecenin Dehşeti</b>                            |     |
| <i>Kâbuslar Üzerine</i> .....                     | 181 |
| <b>Işıkları Söndürebilir miyiz?</b>               |     |
| <i>Erotik Düşler Üzerine</i> .....                | 207 |
| <b>Gece Kalıntıları</b> .....                     | 229 |
| <b>Notlar</b> .....                               | 235 |
| <b>Adlar Dizini</b> .....                         | 253 |

Düşler için tipik olan, düş görene genellikle bir yorumlama ihtiyacı hissettirmesidir. Hayalleri not etmek, birilerine anlatmak ya da “Ne anlama geliyor olabilir bu?” diye sormak insanın aklına pek nadiren gelir. Gelgelelim düşler akıl karıştıran bir yana sahip gibidir, özel bir şekilde ilginç bir yanları vardır – işte bu yüzden yorumlanmalarını isteriz.

LUDWIG WITTGENSTEIN

*Lectures and Conversations on Aesthetics,*

*Psychology, and Religious Belief*

Rush Rhees ile 1943'teki söyleşisinden,

Oxford, 1966, s. 45



# Başlarken

DÜŞLERLE İLGİLİ kitaplardan hep uzak durmuşumdur. Bunlar kitapçılarda hep yanlış bir bölümde bulunur, avra okuma ve bedendışı deneyimle ilgili kitaplarla birlikte, ezoterizm ve ruhçuluk bölümünde. Çoğu da düşlerin yorumlanmasına dairdir, içlerinde düşünüzde gördüğünüz bir anahtarın, şaha kalkan bir atın, devrilmiş bir ağacın ne anlama geldiğini arayabileceğiniz düş yorumu sözlükleri, ansiklopedileridir bunlar. İnsanı aptal yerine koydukları sonucuna varmanız için bu kitaplardan iki tanesini incelemeniz yeterlidir: O at birinde ayrı ötekinde ayrı anlamdadır ve anlaşılan, her ikisinin de temel aldığı düşünce tarzına göre atın on altı yaşında bir kızın mı, altmış yaşında bir adamın mı düşüne girdiği fark etmez.

Düşler üzerine ikinci bir grup kitap ezoterizm bölümünde yer almaz, ama en az onlar kadar cazibesiz görünür. Nörolog veya fizyologların düşler üzerine yazdıkları, daha çok uyku hakkındadır. Bu kitaplardan, REM uykusuyla derin uyku, EEG'deki alfa dalgalarıyla beta dalgaları, değişen hormon düzeyleriyle hareket sisteminin bloke ve debloke edilmesi arasındaki farklılıklara dair her şeyi öğrenirsiniz. Gerçekten düşler üzerine olan bölümse genellikle kısadır ve uykudaki beyin veya bedende yapılan ölçümlerin açıklamalarıyla geçiştirilir.

Kendi düş yaşamım da beni ateşli bir bilimsel merakla zorlamadı. Varla yok arası bir şey zaten. Gördüğüm tek tük düşler –sınav düşleriyle ilgili bölümde yazdığım, Annejet van der Zijl'le olanın dışında belki– pek az şaşırtıcıdır, onları da çoğun çabucak unutuveririm. Çok simge içeren BİF Yanlış Anlaşılacakları arasında ben gözden

kaçırım. Düşlerini anlatanların anlattıkları da nadiren bir etki bırakmıştır bende. Öykü tekniği açısından düşler vahim eksiklikler gösterir. Olmadık bir yerden başlar ve tam düğümün çözülmesini beklediğiniz anda biterler; akış düzensiz, olaylar tuhaftır. Er ya da geç, konuşan bir tavşan belirir, sonrasında da anlatılana dikkati vermek gittikçe güçleşir. “Ne rüyaydı ama...” diye başlayıp “derken uyandım”la biten bu anlatılara öykü denemez pek. Henry James, “düş anlat, okur kaybet”i bir edebiyat yasası olarak formüle etmişse de, bunun kahvaltılık sofraları için bir görgü kuralı olmasında hiçbir sakınca yoktur.

Ne var ki düşler konusundaki bütün bu duyasızlığım üç yıl önce aniden son buluverdi. Ressam bir arkadaşım, kendisi için körlerin düşleri hakkında bilinenleri araştırıp araştıramayacağımı sordu. Doğuştan körlerin düşlerinde görsel imgeler bulunmaz, peki ama o zaman ne olur düşlerinde? O boşluk sesler, kokular ve dokunma izlenimleriyle mi doldurulur? Görüntüsüz düşe gene de düş denebilir mi? Kendisi için bu konuda bir dosya açacağım sözünü vererek okumalara başladım.

Daha önce elimi attığım hiçbir konu körlerin düşleri kadar dal budak salmamıştı.

Bir Alman hekimi, daha 1838’de, körler yurdunda kalanların kendisine anlattığı düş deneyimlerini raporlamıştı. Günümüzdeyse körler, MRI tarayıcılarıyla yapılan deneylere katılmak üzere laboratuvarlara davet ediliyorlar. Araştırmalarla geçen yüz elli yıl içinde, birbirinden ilginç sorular silsilesine yanıtlar elde edilmiş durumda. Görüntülerin olmayışı öteki duylara daha geniş bir alanın açılması anlamına mı gelir? Körler daha çok, sözgelimi müzik ya da konuşmalar üzerine mi düş görür? Beyinlerindeki görme merkezleri kullanılmadan mı kalır, yoksa o merkezler yavaş yavaş diğer duylarca mı işgal edilir? İnsan ileri yaşta kör olursa, zamanla görüntüler de silinmeye başlar mı düşlerinden? Düşlerinde bir süre daha kendilerini, tıpkı amputasyon yapılmış kişilerin yıllarca düşlerinde bedenlerini sağlam olarak gördükleri gibi, gözleri gören biri olarak görmeye devam mı ederler? Kör birisi rüyasında kendini, gören biri olarak *düşleyebilir mi*? Ya da kör olduğunu görüntülerle görebilir mi *düşünde*? Ücretsiz PDF Kitap Arsivi - <https://rantey.org>

O tek bir duyunun kapanması bir pencere açmıştı. Körlerin düşlerinde, kimi zaman deneysel araştırmaya, kimi zaman da tekrar körlerin içebakışlarına başvurmaya gerektiren sorular gizliydi. Ne ki bunlar, benim kendi düşlerim hakkında onca yıl doğal kabul etmiş olduğum şeyleri de bir güzel alaşağı etti. Gören biri olarak, düşünce deneyi yöntemiyle düşünüzde görsel ne var ne yok atmaya çalışıp, sonra geriye kalanın, körlerin düş yaşamı hakkında bir izlenim verdiğine inanırsanız, körlerde görsel imgeler olmasa da *uzamsal* imgelerin olduğunun ayırdına genellikle varamazsınız. İstemedenden fazlasıyla şeyi atmışsınızdır. Körlerin düşlerinde sandalyenin rengi değil, şekli vardır.

Uyku laboratuvarından çıkan fizyolojik bulgular da, daha iyi incelendiğinde düşler açısından ilginç sonuçlar göstermiştir. REM uykusunda gözler gözkapakları altında fıldır fıldır oynar, “Rapid Eye Movements” (Hızlı Göz Hareketleri) adını uykunun bu dönemine veren de budur. Önceleri bu hareketlerin, insanın düşte geçen olayları gözleriyle takip etmeye çalışmasından kaynaklandığı düşünülmüştür. Bu teze karşı önemli bir argüman, doğuştan körlerde yapılan deneylerden çıkmıştır: Bu hızlı göz hareketleri onlarda da vardır.

O arkadaşşıma körlerin düşlerine ilişkin öğrendiklerimi bir rapor halinde ilettim, beklemediğim denli ilham verici bir soru sormuş olduğu için de kendisine teşekkür ettim. Ne var ki bu araştırma beni, belki de hiç üzerinde durmayıp umursamadan geçtiğim şeyler üzerine daha derin düşünmeye sevk etti. O andan itibaren de sorular birer birer kulisten sahneye fırlamaya başladı. Düşteki görüntüler gerçekte “bir tür film” gibi deneyimleniyorsa, neden onca insan düşlerini siyahbeyaz mı, renkli mi gördükleri sorusunu cevaplamayı çok zor bulur? İnsan izlediği filmin renkli mi, siyahbeyaz mı olduğunu bilmez mi? Şayet düşlerini renkli gördüklerinden eminse insanlar, düşteki sahneler doğal renklerinde mi olur, yoksa düşleyene düş gördüğünü belli etmek açısından, bunlar hafiften değişiklikler mi gösterir? Düş görürken insan düş gördüğünü idrak edebilir mi? Ve bu, düşe yön verilebileceği anlamına da gelir mi? Düşteki tuhaf olayları, tutarsızlıkları tamamen normalmiş gibi kabul ederken, insan neden anlatırken birden bunların imkânsız şeyler olduğunu idrak ediverir? Üzerine bir an olsun düşünmediğim ama şimdi açıklanma-

larını arzuladığım ayrıntılar çıkıp duruyordu. Çoğu insan stresli dönemlerinde sınav düşleri görür. Bir sınava, çoğunlukla da lise yıllarında girdikleri bir tanesine yeniden girmeleri gerekir ve bu kez hiç de başarılı geçmez. Fakat niçin, araştırmaların gösterdiği gibi, hem de zamanında başarıyla vermiş olduğunuz bir sınav olur bu hep? Gündüz yaşanan stres neden hiç başarısız olduğunuz bir sınavı hatırlamanıza sebep olmaz?

Körlerin düşleri konusunda başıma gelen, diğer tür düşlerde de tekrarlandı. Sınav ya da çıplaklık düşü, erotik düş ya da kâbus, berak düş ya da uçma düşleri olsun, hepsinde, okur ya da üzerine düşünürken bir şeyleri ortaya çıkarıyormuş gibi oluyordu insan; o düşlerin esrarengizliği adeta sis perdelerini araladıkça ancak ortaya çıkıyordu. Birkaç ay sonra düşler üzerine *yazmamak* imkânsız olmuştu.

*Düş Dokumacısı*'nın bölümlerinin çoğu merakımın uzayan ipliklerine bağlana bağlana ördü kendini. Erotik düşler, en derinlerde yatan cinsel arzuların mı ifadesidir? Cinsel fantazilerle aynı mıdır, yoksa düşlerin kendi repertuarı mı vardır? Kâbuslardaki korku niçin genellikle insanın hareket edememesi hissiyle ilintilidir? Uçma düşleri neden her zaman hoş duygular bırakır görende? Uçarken, havada süzülürken düşme korkusunu neden hiç duyurmaz bu düşler? Düş görmek ve düş gördüğünü bilmek gibi tuhaf bir ikilik nasıl ortaya çıkmıştır? Ve elbette soruların en zoru: *Bir anlamı var mıdır düşlerin? Düşleyen hakkında bir şey anlatırlar mı? Yoksa düşlerimiz, beyin hücrelerimizin kaotik yayılım ateşinden başka bir şey olmayıp, sakar bilinçdışımızın ya da beynimizin bir bölümünün beceriksizce bir örüntü dokumaya çalışma çabası mıdır?*

Düşlerle rakamları, rakamlarla düşleri hep yan yana tutmayı yeğledim. Düşlerle ilgili bilimsel yayınların çoğunda, özellikle de son dönem yapılanlarda, düşler nadiren yer alıyor. Sayılıyor ve sınıflandırılıyorlar; kişilik yapısı, yaş, cinsiyet, yaratıcılık, kültür, uyku evresi, ilaç kullanımı, beyin aktivitesi, hormonlar ve daha bir sürü başka etmenle bağıntıları inceleniyor ama düşlerin kendisi gitgide kayboluyor. İnsana ne kadar tuhaf gelse de, erotik düşlerle ilgili derleme makalelerinde erotik düşler, kâbuslarla ilgili monografiler-

de kâbuslar yer almıyor. O literatür, farklı türdeki kâbusların uykunun evreleriyle yahut erotik düşlerin cinsel uyarılmanın fizyolojisiyle bağlantısını açıklamak için var – insanların düşünde ne gördüğünü, bu düşlerin onlar için ne anlama geldiğini açıklamak için değil.

Düş defterleri ya da günlükler gibi, düşlerin topluca bulunabildiği yerlerde de simetrik olarak aynı itiraz geçerli. Oralarda da düşlerin kendi analiz ve ilişkilendirilmeleri noksan. Çağdaş düş araştırmaları perspektifinden itirazlar olsa da, 1900 yılında Freud, *Düşlerin Yorumu*'yla hem düşleri hem de bilimsel araştırmasını ele alma açısından cesur bir denemede bulunmuştur. Aynı liyakati, Hollandalı meslektaşı, psikiyatr ve yazar Frederik van Eeden'in çalışmaları da hak eder. Van Eeden yalnızca, görülen düşün içinde düş görüldüğünün idrak edildiği "berrak düş"ün isim babası değildi; kendisi aynı zamanda, 1875 yılında, on beş yaşındayken düşlerini günlüklerine ve düş defterlerine not etmeye başlamış ve bunu 1927 yılına, ölümünden beş yıl öncesine dek sürdürmüştü. Düş defterleri bin kadar düş içeriyordu. Freud'un *Düşlerin Yorumu*'nda, çıplaklık, uçma, sınav düşleri gibi hemen herkesin ara sıra gördüğünü düşündüğü düşleri "tipik düşler" olarak adlandırıp bunların listesini verdiği vakitlerde, Van Eeden zaten çeyrek yüzyıldır böyle düşleri not edip kendi özel hayatının o ânıyla ilintilendirmişti. Birçoğumuz gibi Van Eeden'in da düşlerle ilgili belleği olağanüstü değildi; onları sabahleyin hemen yazması gerekir, defterlerinden de görüldüğü üzere, bazen iki hafta öncesinin düşünü bile hatırlamadığı olurdu. Ancak sizi temin ederim ki, gördüğü düşlerden bazıları sizlerin de belleklerinize kazınacaktır. Anlattıkları, her kahvaltı sofrasında dikkatle dinlenilmeyi hak edecek türdendi. Van Eeden, Freud ile birlikte bu kitapta en fazla atıfta bulunulacak yazar olacaktır.

Freud'dan söz açılmışken, ona ve geçen yüzyılda düşlerle meşgul olmuş psikanalistlere çifte rol biçilmiştir. Psikanalitik düş kuramının geçerliliği ve sınanabilirliği konusunda haklı çekinceler mevcuttur. Gene de bu kitapta değişik bölümlerde psikanalistlere de şapka çıkarılacaktır, zira psikanalistler psikolojinin düşleri çok öznel ve uçucu bulup terk ettiği dönemde bile konu üzerine düşünüp yazmaya devam etmişlerdir. Düşler ancak çok şüpheyle tutulur bir



şeyler bulunur gibi olduğu vakit –1953 yılında– saygın bir bilimsel araştırma konusu olarak yeniden ele alınmaya başlamıştır. Psikanalistler çok uzun yıllar “ateş bekçileri” olmuşlardır. Düşler üzerine yazdıkları da insana ferahlık verecek ölçüde samimidir – öyle samimi ki, yalnızca kendi çevrelerince yayımlanan dergilerde yer bulabilmişlerdir. Psikolojinin ana akımının bulgularını yayımladığı dergilerse, gece hayatı hakkındaki makaleler konusunda açıkçası aşırı edepli bir tutum izlemiştir.

Düş görmenin sinirsel mekanizmalarından –dokuma tezgâhından, ipliklerden– ve içeriğinin nicel analizine dair anlatılması gerekenlerin çoğundan birinci bölümde bahsedeceğim. Beynimizin bazı kısımları bizler uyurken nöbet tutmak zorunda kalıp düş olarak deneyimlediğimiz öyküleri dokumaya başlar. Bu düşler EEG’deki dalgalanmalardan, nörotransmitterlerden, hormonlardan ve daha onlarca başka nörolojik ve fizyolojik koşuldan etkilenir. 1953’ten sonra dünyanın her yerinde kurulmuş olan uyku laboratuvarlarında, geçen yarım yüzyılda beynimizin bizlere nasıl düş gördürmeyi başardığı konusunda birçok şey aydınlatılmıştır.

Fakat bu, *ne* düşlediğimizi açıklamaz. Hatta “serebral sabitler” –herkeste aynı şekilde seyreden beyin süreçleri– bireyden bireye değişen düşler doğurmaktadır. “Uyku felci” olarak adlandırılan fenomen de bunun bir örneğidir. Çok özgül bir nörolojik rahatsızlık, herkesin dehşet verici olarak deneyimlediği sanrılı bir düşe yol açarken, o dehşetin aldığı şekil düş görenin dinsel geçmişine ya da büyürken maruz kaldığı korku öykülerine bağlı olabilmektedir. Nörolojik ve fizyolojik süreçler düşlerde hep koşulları işaret eder, öyküyü ve o öykünün düş gören için ne anlama geldiğini değil.

Diğer bölümler ise bir sıralamadan ziyade kümelemeyi gerekli kıldı. İlk üçünde “tipik düşler”i, Freud’un formüle ettiği biçime sadık kalarak, uçma, çıplaklık ve sınav düşlerini ele alacağım. Bu tür düşleri “herkes” gördüğü için Freud bu konuyu öyle ilginç bulmazdı. Çabucak yazıp geçmişti. Ne ki tipik düşler, tam da o kolaylıkla tanınan motiflerinden ötürü, tarihsel, kültürel ve kişisel değişkenlere hassasiyeti araştırmak için çok uygundur. Sınav düşleri özellikle sosyal mevkilerin ve eğitimlere ve sınavlara bağlı olduğu meri-

tokratik toplumlarda mı görülür? Yoksa daha ziyade, kişi üzerinde bir baskı hissettiğinde düş onu geçmişteki benzer bir duruma mı götürür? Başarısız olunan sınav, başaramama korkusuna mı işaret eder? Çıplaklık düşleri de böylesi soruları akla getirir. Vücudun giysilerle örtüldüğü kültürlerde mi görülür bu düşler sadece? Yoksa düşün asıl özü çıplaklık değildir de, düşü gören kişinin hissettiği yoğun utanç duygusu mudur? O utanç duygusu başka kültürlerde kendine başka bir ifade yolu mu bulur? Ya da çıplaklık düşlerinde önemli olan, çıplaklık veya utanç değil de düşteki diğer kişilerin bu çıplaklığa ilgisiz ve kayıtsız kalmaları mıdır?

Devamında gelen haberci ve berrak düşlerle ilgili bölümler de birbirleriyle ilintilidir. Hiçbir düş sınıfıyla bu ikisiyle olduğu kadar çok deney yapılmamıştır. Her iki tür düşte de deneyler düşün içinden dış dünyayla temas kurma üzerine yoğunlaşmıştır. Uyku laboratuvarları çağından çok daha önceleri, Van Eeden berrak düşlerinde dış dünyaya düş görmekte olduğuna dair bir işaret vermeye çalışmıştır. Her şeyi denemiştir: Bağırmayı, yüksek sesle şarkı söylemeyi; hatta bir keresinde düşünde karşılaştığı kişiden, karşılaşmalarının gerçekleştiğinin kanıtı olarak kendisine bir mektup yollamasını rica etmiştir. Yarım yüzyıl sonra, berrak düş görenler uyku laboratuvarlarına denek olarak gelmiş, berrak düş görmeye başladıklarında, sözleşilen işareti göz hareketleriyle vermeye çalışmışlardır.

Daha da geniş bir literatür, görülen düşün aynısının çıkması nedeniyle neredeyse kehanet gibi kabul edilmiş düşler hakkındadır. Altmışlı yılların sonuyla yetmişlerin başında değişik uyku laboratuvarlarında düşleri deneysel olarak yönlendirmek amacıyla, başka bir yerde uyuyan “alıcı”nın düşüne çoğunlukla bir “verici” tarafından telepatik yolla bir bilginin iletilmesine çalışılmıştır. Albert Heijn süpermarketler zincirinin sahibi Gerrit Jan Heijn’in kaçırılma olayında olduğu gibi, telepatik ve durugörüşel düşler laboratuvar dışında da doğruluğu açısından araştırılmıştır. Hem berrak düşler hem de haberci düşler, seferber edilebilecek tüm teknik ve istatistik incelikler kullanılarak büyük oranda çağdaş düş araştırma süreçlerinden geçirilmiştir.

Bunları takip eden üç bölüm, düşteki “görüntüler”i keskinleştirme denemesidir. İnsan-Paninida düşte ne gördü? Düşün size sundu-

ğu görüntüleri bir seyircinin film izlediği gibi mi izlersiniz? Bu görüntülerin renkli mi, siyahbeyaz mı olduğunu bilebilir misiniz? Yoksa film, her zaman kendinizin yer aldığı bir düş deneyimi için yanlış bir metafor mudur? Düşler acaba çok farklı bir şekilde mi görsel medyanın etkisi altındadır? Bazı araştırmacıların öne sürdüğü gibi, siyahbeyaz veya renkli filmlerle büyümüş olmanız düş yaşamınızı algılayışınızı farklı mı etkiler? Renkliden siyahbeyaza geçiş yapmak gibi, düşleri aktarırken kullanılan sinema gelenekleri düş yaşamını etkileyebilir mi?

Körlerin düşlerine ilişkin bölümde, görme engelli kabareci ve yazar Vincent Bijlo ile yapılan söyleşiye yer verdim. Bijlo, bir içebakış, içeriden bir rapor sunuyor, durumu birinci ağızdan anlatıyor bize. Düşleri görüntüsüz, ancak arada bir kendisine yardımcı olmak amacıyla ima edildiği gibi “radyo oyunu” değil bunlar. Berrak düşlerin, çıplaklık düşlerinin, erotik düşlerin şeklinden ve yaşattıklarından, düşlerle düşler anlatılırken kullanılan –kendisinin de kullandığı– görsel dil ilişkisinden ve körlüğünür: değil de, bilhassa ilerleyen sağırlığının düşlerinde nasıl boy gösterdiğinden bahsediyor Bijlo.

Bazı düşler daha yeni başlamış gibidir ki uyanıveririz hemen: Uyarılmış düşlerdir bunlar. Odada yere bir şey düşer, dışardan tuhaf bir ses gelir, çalar saat öter – derken size birkaç saniye gibi gelen bir süre içinde, o sesi düşün öyküsünün tamamen doğal bir sonuymuş gibi algıladığınız bir düş görürsünüz. Sebebiyle sonlanan bir düştür bu. Uyarılmış düşün tek muamması da bu değildir. Beyin nasıl olup da inandırıcı bir öyküyü böylesine hızlı dokumayı becerir? Yoksa insana bu kadar hızlı gibi gelmesinin nedeni, uyandıran uyarının altında görülmekte olan bir düşün orta yerinde girmesi midir? Düşte zaman akışı hakkında ne biliyoruz sahiden?

Son olarak, tıpkı uçma düşlerinin veya uyarılmış düşlerin şimdi olduğu gibi, kâbuslarla erotik düşler de bir ikili oluşturuyor, belki de sırf “erotik kâbus” yüzyıllar boyu doğal bir düş kategorisi olarak kabul gördüğü için. Şimdilerde çok doğal görünen karşılıklı dışlama ilişkisi çok da uzun bir geçmişe sahip değildir. Nörolog ve fizyologlar ellerindeki en gelişmiş teknikleri kullanarak her iki düş türü için de bir açıklama getirmeye çalışmaktadırlar. Kâbuslarda bu başarmıştır. Farklı türdeki BDK’lere düşleri ve beraberinde getirdikleri

bedensel süreçler konusunda çok şey aydınlatılmıştır. Erotik düşlerde ise bu başarılamamıştır. Yalnızca erotik düşlerle ereksiyon arasındaki ilişkiye dair araştırmalar, ilk bakışta pek de karmaşık bir mesele değilmiş gibi görünse de, öylesine yeni sorular doğurmuştur ki, erotik düşler şu an yüz yıl öncekinden daha büyük bir muammaya dönüşmüştür.

“Ayakta Uyumak” (Sleeping Standing Up) adlı şiirinde Elizabeth Bishop, uyumak üzere uzanıldığında dünya doksan derece döndüğü, “doksan karanlık derece” yan yattığı için, gündüzün sakın sakın sırtüstü yatan düşüncelerin ayağa kalkıp sık ağaçlardan bir orman oluşturduğunu yazar. Düş araştırmaları ve bunların meydana getirdiği literatür de böyle girilmesi zor bir ormandır. Her daim karanlıktır, yolsuz yolaksızdır, daha evvel başkalarının geçtiği patikalar çoktan kapanmıştır, genellikle. Gizemli bir çekim gücü vardır. Ama dönüldükten sonra, yeniden açık alana çıkılınca, hep o orman tarafından yutulmamış olmanın verdiği bir ferahlık hissi kaplar insanın içini.



# Düş Dokumacısı

## Beyin ve Düşler Üzerine

EMEKLİ OLUNCA bazı araştırmacılarda, akademik yükümlülüklerle birlikte uzmanlık alanlarının kısıtlamalarından da kurtulmaya özlem doğar. Kimya laboratuvarında, beyin araştırmalarıyla ya da virüs çalışmalarlarıyla geçen uzun bir kariyerin ardından sıra, inançla bilim arasındaki ilişki, toplumun yapısı, düşünen insanın maddi evrenin içindeki yeri gibi daha büyük meseleleri incelemeye gelmiştir.

1932 yılı Nobel Ödülü sahibi, tanınmış nörofizyolog Charles Sherrington için de o an 1937 yılında, Gifford Konferanslarını vermesi istendiğinde gelmişti. Sinirsel tepiler ve refleksler alanındaki parlak kariyerinin ardından şimdi, en olgun çağında, sekseninde, beyinle bilinç arasındaki ilişkiyi daha geniş, daha felsefi bir perspektiften bakarak özgürce ele alıyordu. Bu konferanslar 1940 yılında *Man On His Nature* (İnsan ve Doğası) başlığıyla yayımlandı.<sup>1</sup>

Anlattıklarının çoğu o zamandan bu zamana unutulup gitmiştir. Eserinin gene de bir atıf klasiği haline gelmesini Sherrington kitabın iki sayfasına ve bir metafora borçludur. Beyin ve omurilikte uykudan uyanırkenki faaliyeti, büyük bir ışıklı noktacılar kitlesinin hatlar ve kavşaklar boyunca hızlı ve ritmik bir şekilde hareket etmeye başlaması olarak hayal etmesini ister okurdan. Beynin dış tabakası –korteks– “içinde o âna değin neredeyse hiçbir ışıkçık yanmamış ya da hareket etmemişken, şimdi kıvılcımlarla, ritmik çakan noktacılarla, hatlar boyunca dört bir yana ilerleyen ışık sinyalleriyle dolu bir bölgeye dönüşmüştür”. Bunu o çok bilinen metafor takip eder:

“Beyin kitlesi hızla, içinde çakan milyonlarca mekiğin değişken örüntüler dokuduğu muhteşem bir dokuma tezgâhına dönüşür; her örüntünün bir anlamı vardır ama hiçbirisi kalıcı değildir; altörüntülerin sürekli değişen uyumudur bu.”<sup>2</sup> Beyin uyanmıştır, günün geri kalanında mekikler “çakmaya” devam edecektir.

Uykudaki beyindeyse aksine karanlık hüküm sürer. Birkaç kavşak ve hat aydınlıktır. Nabızı ve nefesi devam ettirebilmek adına tek tük yerlerde az biraz faaliyet vardır, ama büyük bölümü “uyku esnasında karanlığa gömülüdür, özellikle de korteks. Arada sırada şurada burada bir ışıkçığın yandığı ya da hareket ettiği olur, ama çabucak sönüverir bu da.”<sup>3</sup> Dokuma tezgâhı durmuştur, yarı karanlığın içinde kıpırtısızdır, ancak ertesi sabah kıvılcımlar saçarak yeniden harekete geçecektir.

Sherrington 1952’de öldü. Ertesi yıl *Science*, Sherrington’ın metaforunun gece bölümünü bir anda geçersiz kılan bir keşfi yayımladı.<sup>4</sup>

Chicago Üniversitesi uyku laboratuvarında çalışan Eugene Aserinsky, EEG kayıtlarıyla, uykudaki beynin gecede dört-beş kez aniden aktifleştğini keşfetmişti. Denek uyumayı sürdürmekteydi, her şey derin bir dinlenmede gibiydi ama beyni upuyandı. Sanki bütün ışıklar koşuşmaktaydı ve dokuma tezgâhı birdenbire örüntülerini gündüzki hızında yeniden dokumaya başlıyordu. İnsanlar uykunun bu evresinde uyandırıldıklarında, düş gördüklerini söylemeleri olasılığı çok fazlaydı. Bu sonuçların herkesçe kabul görmesi epey zaman alacaktı. Uyku ve düş görmenin nörofizyolojisinde bir devrimin gerçekleşmiş olduğunun farkına daha sonra varıldı. Sherrington’ın mekikleri geceleyin de gelip geçici örüntülerini dokuyordu belli ki. Görünüşe göre bunların bazısını da düş olarak deneyimliyorduk.

Düş araştırmaları için 1953 bir devrim yılıdır, haklı olarak. Ama birçok devrim yılı daha vardır: 1900, 1929, 1966, 1977. Bu yılların hepsine dair eşit bilgiye sahip değiliz ve burada da her birine aynı oranda ayrıntılı girmeyeceğim, ama düşlerin oluşması, işlevi ve anlamı hakkındaki şu anki bilgilerimize bir giriş olması açısından bunlar görmezden gelinemez. Düş görmenin nörofizyolojisi bir kasa olarak düşünülecek olsa bile, kitapımı açmak için aynı anda çevrilmesi

gereken iki anahtara ihtiyaç vardır. İlki 1929'da bulundu, ikincisi 1953'te. 1953'ten sonra, düşler üzerine daha önce yayımlanmış her şey adeta "bilimöncesi" döneme ait sayıldı. Oysaki 1900'de de düşlerin gerçekten bilimsel olarak incelenmesine ancak o zaman bir başlangıç yapılabileceği ileri sürülmüştü.

## Kral Yolu

1899 Kasımının ilk haftası *Düşlerin Yorumu* kitapçılara gönderildi.<sup>5</sup> Yayınevi önce yayım yılı olarak 1900 yazmak düşüncesindeydi, böylece geçmişi yüzyıldan kalma bir kitapmış gibi gelmeyecekti insanlara. Tirajı yüksek değil, altı yüz adetti; hepsinin alıcısını bulması da epey bir zaman aldı. İkinci basıma 1909'da ancak ihtiyaç duyuldu.

Bugün ilk basımdan edinmek isteyen birinin kesenin ağzını epey bir açması gerekir. Arada sırada sahaflarda boy gösterdiğinde, elli bin avroyu aşan fiyatlar biçilir. Daha sonraki basımlar piyasada biraz daha fazladır. Tirajlar artırılmış ve yeniden basımlar birbirini takip etmiştir. Freud'un bizzat gözden geçirdiği son basım, sekizinci basım olarak 1930'da yayımlanmıştır.

Freud'un nöroloji uzmanlığı eğitimi aldığı, fizyoloji laboratuvarında çalıştığı yıllarda bilimsel aygıtlar işlevlerinin gerekleri kadar estetik kurallarının gereklerine de uyan bir dış görünüme sahipti. Her aygıt pirinç ya da tunçtan, cam veya parlak maundan dönemin üslup talimatına göre yapılır, hangi işi görecekse görsün, ister elektriksel uyarıyı ölçmek için, ister reaksiyon zamanlarını kaydetmek için olsun, biçimi belli bir zarafet içerirdi. Freud'un düş kuramı da böylesi bir aygıt benzer. *Düşlerin Yorumu*'nu okumaya başlayan (ve Freud'un temel yaklaşımını tabii ki kabul etmeye hazır) kişi, gözlerinin önüne sanatkârane bir şekilde tasarlanmış, çarkları mil-leri zarafetle birbirini kavrayan bir aygıt getirir. Bu izlenim Freud'un düş kuramı üzerine daha az bilinen ikinci bir yayınında daha da güçlenir. *Düşlerin Yorumu*'nun yayımlanmasının üzerinden bir yıl bile geçmeden, kitabın fazla bir tepki uyandırmamasının verdiği kaygıyla Freud, temel düş kuramı için bir özeti yazmaya karar ver-



di. Bu kez tarihsel açıklamalara ve kendi düşlerinin geniş analizine yer vermeksizin, kendisini düşlerin oluşum ve yorumlanışındaki temel mekanizmalarla sınırladı. “Düşler Üzerine” bir psikiyatri dergisinde bölümler halinde yayımlandı, kırk sayfa bile değildi. Yayıncı büyük çalışmasının küçük ölçekteki versiyonu gibiydi, tıpkı tasarım çiziminin aygıtın kendisi için olduğu gibi.<sup>6</sup>

Freud, düş kuramının sanrıların ve histerinin tedavisinde değerini kanıtlamış bir yöntemden, serbest çağrışımdan ortaya çıktığını yazar. Hastalarından zihinlerine gelen ne ise, alakasız veya saçma da olsa serbestçe söylemelerini istemiştir. Kendi düşlerinin analizinde tam da bu çağrışımların her şeyi, kısmen unutulmuş anıları, dürtüleri, duyguları, duygu hallerini, özlemleri serbest bıraktığının farkına varmıştı. Bunların hepsi düşün kendisi içinde yer almıyor ama düşler tarafından kışkırtılıyordu. Bellekte hazırda olan düş –yani görünür düş– gerçek düşünceleri içeren düştən –yani gizli düştən– farklıydı. Gizli düşü görünür düşe çevirmeye ya da resmetmeye “düş çalışması” ve bunu yeniden eski haline getirmeye “analiz çalışması” adını vermişti.

Çocukların düşleri çoğun basit, saklanmamış dilek düşleridir. Amcasına bir sepet kiraz götürmek zorunda olup da o kirazlardan sadece birkaç tanesinin tadına bakabilmiş bir oğlan çocuğu, o gece rüyasında bütün kirazları yiyip bitirdiğini görmüştü. Teyzesinde yatıya kalıp büyük bir yatakta uyumuş bir kız çocuğu düşünde çok küçük bir yatakta yatmakta olduğunu görmüştü, kuşkusuz bu onun daha şimdiden “büyük” bir kız olma dileğinin ifadesiydi. Bu saydam düşler yetişkinlerin rüyaları için de tipik olan iki özelliği gösterir. Çoğun önceki gün olmuş bir şeye, gündüzki hayata eklenir, bir “gündüz kalıntısı”nın etrafında örülürler. Bu şekilde de bir dileği ortaya koyarlar ki yerine getirilsin. Kutup keşfine çıkmış kâşiflerin, çektikleri mahrumiyetin ortasında zengin bir sofra, yığınla tütün düşlemeleri gibi, yetişkinlerin bazı düşleri hâlâ çocuk düşlerinin “bebeksi” karakterini gösterir, ama gizli dileği ortaya çıkarmak için genellikle daha fazla çabaya ihtiyaç vardır. Freud’un hastalarından birinin, düşünde, karısının beklenmedik âdet kanamasını görmesi, hamile kalmamış olmasını dilemesi anlamına geliyor olsa gerekti. Gizli düşle görünür düş arasındaki mesafe –ki bu da ger-

çekleştirilen düş çalışmasının daha fazla olması manasına gelir— düş analizine de o kadar çok ihtiyaç vardır demektir.

Düş analizi en çok söküm işlemine benzer. Psikanalistin, gizli düş düşüncelerinden görünür düşün nasıl meydana getirildiğinden başlaması gerekir. Her ne kadar bunun çözümü için bile epey bir kafa yormak gerekse de, bereket, düş çalışması belirli birkaç sabit mekanizmayı kullanır. İlki “yoğunlaştırma”dır. Düşte ortak öğeler bir araya getirilir, tıpkı Francis Galton’ın üç kız kardeşi aynı hassas plak üzerine ayrı ayrı fotoğraflayıp sonradan “bileşik portre”de birleştirdiği gibi. Bu da düşlerde görüntülerin neden genellikle bulanık olduğunu açıklar: Ortak olan apaçık çıkar ortaya ama farklılıklar imgeyi bulanıklaştırır. Düşlerde “karma tipler” yoğunlaştırmanın sonucudur: Birisi arkadaşınız gibi gözükse de sesi bir akrabanızın sesidir. Analizde düş görenin bu iki tipi birleştirme güdüsü araştırılmalıdır.

İkinci mekanizma “yer değiştirme”dir. Bir düş öğesine uyan ruhsal yoğunluk başka bir öğeye taşınır. Bunun maskeleyici bir etkisi vardır: Düşte açık seçik ve besbelli gibi görünen şey, tam da bulanık ve ikincil bir izlenim uyandıran şeyde bulunabilecek esastan türer. Gündüz kalıntıları genellikle gün içinde pek fazla ilgi çekmeyen, sıradan ve saçma sapanmış gibi görünen şeylere işaret eder. Ama yer değiştirmeyeyle düşün gerçek anlamı tam da orada kendini ortaya koyabilir.

Sonra da gizli düşün düşüncelerinin görüntülere dönüştürülmesi gerekir ki, bu da üçüncü mekanizmadır. Düş özellikle görsel bir etkinlik; düş çalışması da bu yüzden metaforları, benzerlikleri, simgeleri, analogileri kullanır. Karşıtlık, örtüşme, inkâr ya da ters çevirme gibi soyutlamalar düşler için kullanılamaz, demek ki görsel bir biçim almaları gerekir. Mantıksal bağlantıları verebilmek için düş, birbiriyle alakalı şeyleri tek bir durum içine yerleştirir, “tıpkı ressamın, Parnassus tablosu için, asla birlikte bir dağ tepesinde bulunmamış ama soyut anlamda bir grup oluşturan bütün şairleri bir araya getirmesi gibi”.<sup>7</sup>

Tüm bu işlemler nedeniyle görünür düşte gizli düşü tanımak pek mümkün olmaz. Bunun da iyi bir sebebi vardır. Görünür düşü gizli düşe geri döndüren kişi, her daim tatsız, istatistiksel ve acı veren dü-

şünce ve yaşantılarla karşılaşır. Doğrusu bunlar baskılanmış malzemelerdir ve bu da nedensiz değildir. Rahatsız edici dürtüler, yasak özelemler, uyanırken inatla inkâr edeceğiniz düşüncelerdir bunlar. Gündüz zihninizin bu bölümü, bilinçdışınız, sıkı sıkı kapalı tutulur. Bir sansürcü buradan bilinçli yaşantınıza bir sızıntı olmaması için nöbettedir. Uyku esnasında da bu sansür devam eder ama gündüzki tetiktelik kalmamıştır. Yer değiştirme, yoğunlaştırma ve simgeleştirme, gizli düş düşüncelerinin kılık değiştirmiş olarak sansürcüye gelmesini sağlar; o da uyku mahmurluğundan, geçmelerine izin verir. Uyanır uyanmaz sansür kendini toparlar. düşlerin tekrar unutulvermesinin nedeni de budur.

Bununla düşün işlevi de açıktır. Uyku sırasında bütün dikkat söndürülmez. Birisi isminizle seslense ya da tanımadığınız bir ses gelse bir yerlerden, uyanırsınız. Bu dikkatin bir kısmı da içeriden gelecek rahatsız edici uyaranlara yöneltilmiştir: bilince sızmaya çalışan baskılanmış ve bastırılmış dileklere. O dilekleri yerine gelmiş gibi tasavvur edince, uyuyan kişi, uyandırılmak şöyle dursun rahatsız bile edilmemiş olacaktır. Düş aslında uykunun bekçisidir. Uyarılmış düşlerde de işleyen aynı mekanizmadır. Uyuru uyandırmaya çalışan uyaran –çarpan bir pencere, sokaktan gelen bir bağırtı– bir öyküyle sarmalanır, böylece acil karakterini yitirir ve dolayısıyla düş uykuyu bir süre daha uzatmış olur. Kâbuslarda olduğu üzere, düşün içeriği artık bilinçdışında tutulamayacak denli rahatsız edici boyuta gelmişse, uyuru uyandırmaktan başka çare kalmaz. O halde düş, “mahalle sakinlerini uyandırmamak için ilkin rahatsızlık verenleri susturarak, daha sonra rahatsızlık endişe verici boyuta ulaşır ve tek başına bununla başa çıkamayacak olursa, mahalleliyi uykularından uyandırarak görevini yerine getiren özenli bir gece bekçisi gibi” hareket eder.<sup>8</sup>

1911’de Freud erotik düşlerle ilgili bölüme bir paragraf daha ekledi. Düşlerin çoğu, psikanaliz yoluyla elde edilen deneyimlerin gösterdiği üzere, cinsel bir dileği vurguluyordu. Şaşılacak bir şey değildi bu: Kültürümüzde cinsel dürtüler kadar şiddetle bastırılan ve yine cinsel dürtüler kadar bundan kolaylıkla kaçıp kurtuluveren bir başka dürtü yoktu. Bariz cinsel düşleri yorumlamak ilginç değildi, böyle düşlerdeki kişiler ve faaliyetler çok düşündürücü olsa bile.

Oysaki görünürde tamamıyla masum, cinsellikle uzaktan yakından ilgisi olmayan düşlerin de –analiz sonrası– cinsel arzuları vurguladığı ortaya çıkmıştı. Maskeleyerek için düş çalışması geniş bir simge repertuarını kullanmaktaydı. Özellikle cinsel organlar “genellikle çok şaşırtıcı simgeler olarak gösterilebilmekte” idi.<sup>9</sup> Geniş bir kitle için –bugün bile– tipik “Freudcu” düş yorumu algısını belirleyen bölümler burada ortaya çıkmıştı. Erkeklik uzvu sopalar, keskin silahlar, ağaç gövdeleri şeklinde belirtmekte, kadınlık uzvuysa kutular, faytonlar, fırınlar, sobalar biçiminde tezahür etmekteydi. Cinsel ilişkiyi temsil eden merdivenden çıkma eylemi ve penisi temsil eden kırıvat gibi diğer simgeler daha az anlaşıldı, ama bunlar analiz pratiğinde sabit ifade araçları olarak yerlerini çoktan almıştı. İnsan zihninin simge oluşturmadaki gücü, zeplin gibi yeni buluşların da erotik düş repertuarına alınmasını sağlamıştı. Gerçi simgelerin listesi ne denli kapsamlı olursa olsun analitik yorumlamanın yerini alamıyordu. Bunlar düşün yalnızca bir kısmını aydınlatıyordu; gerisinin, o zeplinin bu bireyin gizli erotik düşü mü yoksa zeplinle ilgili görülmüş bir düş mü olduğunun saptanması içinse yine bir uzmanın yardımına gerek duyuluyordu.

Düşün “bilinçdışına giden kral yolu” olarak tasavvur edilmesi “Düşler Üzerine”de yer almaz. *Düşlerin Yorumu*’nda da yoktur. Freud orada başka bir şey yazmıştır: “Düşlerin yorumu bugün kişinin iç dünyasının bilinçdışı bilgisine giden bir kral yoludur.”<sup>10</sup> Bu kral yolu yüce, imtiyazlı bir girişle ilgili çağrışımlar uyandırır da, Freud’un kullandığı dönemdeki anlamı bu değildi metaforun, ayrıca onun kastettiği de bu değildi. Kral yolu, Kral Darius’un milattan önce beşinci yüzyılda uçsuz bucaksız Pers Krallığı’nda haberleşmeyi sağlamak amacıyla yaptırdığı 2700 kilometreye yakın uzunluktaki efsanevi yoldu. İki yüzyıl sonra Yunan Kralı Ptolemaeus kendisine geometri öğreten Öklit’e daha kolay bir yolun olup olmadığını sorduğunda, ondan, “Efendim, geometride kral yolu yoktur,” yanıtını almıştı. Kral yolu, bilgi edinmenin hızlı, basit ve zahmeti az bir yöntemi anlamına geliyordu. Düşler tam da bunu sunuyordu. “Düşlerin analiziyle,” diye yazmıştı Freud sonraki cümlede, “bu son derece muhteşem ve gizemli aygıtın bileşimini kavramaya doğru bir adım atarız.”<sup>11</sup> Burada söz konusu olan, bilinçdışının bileşimi, çalışma

şeklidir – içeriği değil. Kişinin bastırıldığı şeyin ne olduğunu bilebilmek için düşlerinin yorumlanması, tıpkı dil sürçmelerinin ve yanılgılarının yorumlanması gibi, psikanalistin elindeki araçlardan sadece biridir.

Bugün, sergi, kongre ve anma kitaplarıyla *Düşlerin Yorumu*'nun yüzüncü yılının kutlanmasının üzerinden on üç yıl geçmişken, Freud sanki 1900 yılında, her biri üzerine bir kütüphane dolusu kitap yazılmış iki kitap yayımlatmış gibidir.

Bir tanesi hiç azalmayan saygınlığı ile övünse yeridir. Ressamlara, sinemacılara, koreograflara, bestecilere, yazar ve şairlere ilham kaynağı olmuştur.<sup>12</sup> Düşlere ve bastırmaya ilişkin sezgilerimize işlemiştir. Kültür mirasımızda yerini çoktan alan bir miladı oluşturmuş, öylesine dal budak salıp her şeye nüfuz etmiştir ki, kaynağı kimi zaman görünmez olmuştur.

Diğeri ise spekülasyon ve yanıltmanın ikonası yerine konmuştur. İçinde formüle edilen düş kuramının sınanması olanaksızdı. Gizli düş düşünceleriyle görünür düş arasındaki ayrım, fazla geniş bir hareket alanı sağlıyordu. Yoğunlaştırma, yer değiştirme ve simgeleştirme sonsuz sayıda yoruma olanak vermekteydi. Bilince girişteki sansürcü gibi bir kişileştirme, vahim bir döngüyü gündeme getirmişti: Neyin geçip neyin geçemeyeceğini nereden bilmekteydi bu sansürcü? Bilinçdışına gidip gelen trafik bir nörolojik boşlukta oluyordu, bu trafiği mümkün kılacak özgül tek bir beyin devresi mevcut değildi. Kendini ciddiye alan bir bilimde böylesi kuramlara yer olamazdı.

Bu ikilik Freud daha hayattayken dile getirilmişti. Freud düşler üzerine yazmayı sürdürmüştü, ama bu yazıların çoğu ekleme ve açıklamalar şeklindeydi, çok az şey geri çekilmiş ya da yeniden gözden geçirilmişti. *Düşlerin Yorumu*'nun yeni basımlarını 1930 yılına kadar kendisi güncelleştirdi. Birinciyle sekizinci basımlar arasındaki otuz yılda düşler üzerine olan kuramı büyük ölçüde değişmeden kaldı – ama aynı zamanda her şey farklıydı da. *Düşlerin Yorumu*'nu yazarken, düşlerin kaynağı ve anlamı hakkındaki fikirlerinden küçük bir arkadaş çevresiyle hastaları –ki onlar da kısmen– haberdardı, zira Freud bir klinisyen ve psikopatların nöbetçisiydi.

1930'da düşlerin yorumlanması bir sektör olmuş ve dünya çapında bir boyuta ulaşmıştı. Psikanaliz okulları kurulmuş ve ayrılmış; kitapçılarda Freudcu düş yorumu ansiklopedileri yerini almış; çözümlenmeleri için yüzlerce düş her gün psikanalist koltuklarında anlatılır olmuştu. Her kültürlü kişi, düşlerin cinsel dilek gerçekleşmesi ya da bilinçdışına götüren kral yolu olduğuna dair bir şeyler duymuşa benziyordu.

Ne ki, bir şey de yok olmuştu.

Kısaca formüle edilecek olursa: Freud'dan önceki dünya. İlk hastaları hâlâ o dünyadan gelmeydi. Açıkçası psikanaliz henüz düş yaşamına nüfuz etmemiş olduğu için, Freud onlardan "Freudcu" düşler duymazdı. Bu "Freudcu düş" kavramının dökümünü yapmak kolay değildir. "Freudcu" sıfatı yorumlamaya mı, yoksa düşe mi aittir? İlk ihtimalde, insanlar daha evvel ne üzerine düş görüyorlarsa yine onları görmeye devam ediyorlardır: Uçmakla, çok geç kalmakla, takip edilmekle, sınavla ilgilidir bunlar, ne var ki şimdi bu düşlere psikanalitik yorumlar getiriliyordur. İkinci ihtimaldeyse, değişen, düşlerin kendisidir: Düşler Ödipal bir karakter alır, baba katliyle ilgili olur, iğdiş edilme korkusunu açığa vurur; bunlar Freud'dan önce düş günlüklerinde hiç bu ölçüde görülmemiş tema ve motiflerdir. Bu iki ihtimal arasında seçim yapmak zor, belki de imkânsızdır. Çıplaklık ve sınav düşleriyle ilgili bölümlerde görüleceği üzere, psikanalitik düş kuramının gerçekten doğru olup olmadığını araştırmada zerre kadar karmaşa yaratmayan bir döngü ortaya koyar her ikisi de.

Freud 1900'de düş araştırmalarının asıl şimdi, kendisiyle, *Düşlerin Yorumu*'nun yayımlanmasıyla başladığı kanaatindeydi. Psikanaliz bilimöncesi dönemin sonunu belirtiyordu. *Düşlerin Yorumu*'nun ilk sayfalarından birinde de "uyku meselesi" ile uğraşmak için pek fazla bir neden görmediğini yazmıştı, kuramı düşler üzerinedi.<sup>13</sup> İronik bir şekilde, yeri geldiğinde Freud'u düş araştırmalarının bilimöncesi dönemine ait gören keşif de tam buradan, uykunun araştırılmasından çıkmıştı.

Ancak ilkin uykudaki beyin süreçlerine girişi mümkün kılacak bir aygıtın icadı gerekiyordu.

## “Bir Çeşit Beyin Aynası”

Alman nörolog Hans Berger’in hayatında pek çok şey yolunda gitmemişti. 1892’deki bir olay –ki daha on dokuz yaşındaydı o zaman– onlarca yılını alacak ve daha da önemlisi onu boğup bunaltacak bir deneysel programın esin kaynağı olmuştu. Aynı olay neredeyse ölümlüne de yol açıyordu. Altmış sekizinde, mutsuz bir şekilde şefliğini yürütmüş olduğu kliniğin ıssız bir köşesinde kendini asarak öldürmesi de depresyon ve hayal kırıklığı ile geçen yılların hemen hemen doğal bir sonucuydu. Hastanenin bodrum katında inatla, gün gelip çalışacağına bir tek kendisinin inandığı bir aygıtı imal etmekle uğraşan aykırı bir tip olduğunu, hayatının büyük bir bölümünde kendisi de biliyordu.

Hans Berger 1873’te Bavyera’nın Coburg kentinde doğdu. Gök-bilimci olmak istediği için üniversitenin matematik bölümüne kaydoldu ancak çok geçmeden okulu bıraktı. Süvari olarak orduya yazıldı. Bir gün talimde şaha kalkan atı onu sırtından attı. Altı at koşulu bir arabanın tekerleklerinin tam önüne kapaklandı. Birkaç saniye sonra kendisini ezip geçmesini beklediği araba son anda durunca, şaşkınlık içindeki Berger’in burnu bile kanamadı. Yıllar sonra, 1940’ta, bu olayın ardından o gün ne olduğunu yazdı. Akşamleyin birliğine, babası tarafından yollanmış bir telgraf iletilmişti. Hayatı boyunca ailesinden bir tek telgraf almamış olan Berger afallamıştı. Coburg’da, yüz kilometre ötede bulunan evlerindeki ablası, kazanın olduğu anlarda başına kötü bir şey gelmiş olabileceği hissiyle babasına kardeşinin sağlığının yerinde olup olmadığını öğrenmesi için bu telgrafı çekmesini söylemişti. “Bu doğal bir telepati vakasıydı,” diyordu Hans Berger, “ölümle burun buruna geldiğim anda ben bir verici gibi davranmıştım, çok sevdiğim ablam da alıcı gibi.”<sup>14</sup> İnsan beyni olağanüstü durumlarda bir sinyal yollayabiliyordu demek ki, bu da beyin dokusunda bir tür “ruhsal enerji”nin bulunduğu anlamına geliyor olabilirdi.

O andan itibaren Berger’in ufkunda tek bir ideal oldu: Bu enerjinin fiziksel temelini kaydedebilecek bir aygıt geliştirmek istiyordu. Tıp eğitimi başladı. Ancak daha sonra Jena’daki Friedrich Schil-

ler Üniversitesi'nin Psikiyatri-Nöroloji kliniğinde görev alacaktı. Günlüğünde ifade ettiği üzere, orada “bir çeşit beyin aynası” geliştirmek için denemelere başlayacaktı.<sup>15</sup> Köpekleri narkozla bayıltıp kafataslarını açıyor, birkaç santimetre arayla çinko plakalar yerleştirirdiği beyinde, galvanometreyle voltaj farklılıklarını ölçmeye çalışıyordu. Çinko plaka fikrini, elektrokardiyografında bunları kullanan Willem Einthoven'dan almıştı. Gelgelelim Berger'in elde ettiği sonuçlar hiç yüz güldürücü değildi. Aynı köpekte bir keresinde bulunduğu akımı sonra bulamıyor, akım bazen bir hayvanda mevcutken diğer beşinde hiç görülüyordu. Beyin soğuyunca, ortada akım denen bir şey kalmıyordu. Hayvan yerine insan kullanınca durum düzelmişti. Berger için dönüm noktası 6 Temmuz 1924'te gerçekleşti. On yedi yaşındaki bir delikanlı, beynindeki tümör nedeniyle ameliyat edilmiş, açılan kafatasının üzeri saçlı deri ile kapatılmıştı. Berger dört santimetre arayla iki elektrodu, beyin zarının hemen üstüne gelecek şekilde batırıp, ilk kez insan beyninden elektrik sinyali almayı başarmıştı.

Berger'in mesai arkadaşı, beyin cerrahı Guleke, ona tümör veya şarapnel yaralanması nedeniyle kafatasları açılmış hastalarını yol-luyordu düzenli olarak. Berger elektrotlarını kafa derisinden sokup, gitgide daha da hassasına bağladığı galvanometreleriyle voltajdaki farklılıkları kaydediyordu. Farklılığın ortaya çıkardığı ritmik dalgalanmalar kâğıt üzerinde ayrı frekanslar olarak gözüküyordu. Berger, elektrotların beyne kadar sokulmayıp sinyallerin saçlı deriye yakın kaydedilmesi halinde daha belirgin örüntülerin kaydedildiğine şahit olup şaşırmıştı.

Bir sonraki mantıksal adımsa, kafatasında delik *olmaksızın*, akımın doğrudan saçlı deriden kaydıydı. 1920'de kel bir tıp öğrencisi araştırmasında gönüllü deneklik etmiş, ancak sonuçlar başarısız olmuştu. Ama satın aldıkları, son derece güçlü bir galvanometre olan Siemens & Halske marka aygıt yeni fırsatlar sunuyordu. Bu defa, oğlu Klaus'un buna ikna olması gerekiyordu – şayet böyle denebilirse tabii. Deneyler boyunca –on beş ile on yedi yaşları arası– saç neredeyse sıfıra vurulacak ve kafa derisinin farklı farklı yerlerine, babası tarafından gümüş, platin, kurşun “vesaire vesaire” elektrotlar sokularak yapılan uzun deney dizilerinde deneklik edecekti Klaus.



Daha sonraları elektrotlar deriye yapıştırılmaya başladı. Bir elektrodun tam tepeye, diğerinin oksipital bölgeye konmasının en iyisi olduğu görüldü. Berger kendi üzerinde de deney yapardı, ama tepesi ya da başı tamamıyla kel olanlarda en iyi sonuç alındığından, yeni deneklerini böyle kişilerden seçiyordu. On dört denekten yalnızca bir tanesi –o da tam da o bölgesi kel olduğundan– kadındı.

Berger'in keşfini yayımladığı 1929 tarihli ve “İnsanda Elektroansefalografi Üzerine” başlıklı makalesi nöroloji yıllıkları içinde belki de en çok akılda kalan yayındır.<sup>16</sup> Elektroansefalografi ya da EEG, nörolojik araştırmalarda halen en geçerli ölçüm tekniklerinden biridir. Berger dinlenmede kaydedilen ve saniyede on dalga ile karakterize edilen “alfa dalgaları”nı, ayrıca kişi aniden gözlerini açınca ya da dikkatini yoğunlaştırınca “beta dalgaları”na saniyede yirmi-otuz dalga arası geçişi bulan ilk kişidir. Tümör, epilepsi, narkoz ve uykunun EEG’de değişikliklere yol açtığını ilk bulan yine odur.

Berger ilk EEG kaydını, Willem Einthoven’ın elektrokardiyografı için Nobel Ödülü aldığı yıl olan 1924’te yapmıştı. Ama benzeri bir başarı öyküsü ona nasip olmadı. 1929’da yayımladığı makalesi ilkin dikkat çekmediği gibi, bulguları yaygın olarak aşağılandı. Aygıtında kesin bir arıza olmalıydı. Kim bilir belki de kazara kaslardaki akımı, hatta belki hastanenin elektrik şebekesindeki dalgalanmaları ölçmüştü. Çoğu meslektaşı beynin zayıf elektriksel faaliyetinin direkt beyne elektrot sokularak ya da saçlı deri üzerinden kaydedilebilmesini pek zayıf bir ihtimal olarak görmekteydi. Fakat saygın nörofizyologlardan Lord Adrian (Cambridge) 1934’te bulguları teyit edince, keşfi geç de olsa kabul gördü – Berger ise tıpkı inkâr edildiği zamanlarda olduğu gibi soğukkanlılığını bu dönemde de korudu.

Ne var ki bu kabul Jena’ya asla bütünüyle nüfuz edemedi. Berger kendi üniversitesinde marjinal bir tip olarak kalmayı sürdürdü. 1938’de emekliye sevk edildiğini bildiren mektup geçti eline, bir gün içinde nesi var nesi yok toplaması istenmekteydi. Adrian’ın onu 1940’ta (savaş nedeniyle verilmemiş olan) Nobel’e aday gösterdiğinden haberi hiç olmadı.<sup>17</sup> Araştırma olanakları elinden alınan Berger depresyona girdi, 1 Temmuz 1941’de son kez geldiği kliniğinde yaşamına son verdi. Altı ay geçmemişti ki, mezartaşına Rusya’da ölen Klaus’un adını da ekletmesi gerekli

## Hızlı Göz Hareketleri

Eugene Aserinsky'nin kariyeri güçlüklerle başlamıştı. 1937'de Brooklyn'deki liseden mezun olduktan sonra on iki sene boyunca – aralarında İspanyol dili ve diş hekimliği de olan– eğitimlerden birine başlayıp birini bırakmıştı. Bir gözü kör olmasına karşın, bir süre Amerikan ordusunda, patlayıcı birimlerinde askerlik yapmış, bu hizmeti kendisine Chicago Üniversitesi'nde doktora öğrenciliği yapma hakkını kazandırmıştı. Yirmi sekizinde, evli, ikinci kez baba olmak üzereyken tüm ümidini, Nathaniel Kleitman'ın Chicago'da kurduğu uyku laboratuvarında sürececek bir kariyere bağlamıştı.<sup>18</sup>

Hans Berger gibi o da kendisine bir denek bulmuştu. 1951 Aralığında bir akşam sekiz yaşındaki oğlunu yanında laboratuvara götürdü. Artık kullanılmayan bir EEG aygıtı vardı burada. Armond'ın gözlerine, kafa derisine elektrotları yapıştırıp, uyuyan oğlunun beyininde olan bitenleri yan odada, kayıt kâğıdının başında takip etmeye çalışan Aserinsky için uzun bir gece başlıyordu. O âna kadar kimsenin aklına bütün gece EEG kaydı yapmak gelmemişti. Aktif olmayan bir beyin o upuzun, benzeşik saatlerinin kaydını yapıp da yüzlerce metre grafik kâğıdını neden boşa harcasındı ki insan? Ama Aserinsky, uzun süre düzenli hışırtılar çıkaran kalemilerin –göz hareketlerini kaydedenler dahil– aniden hızla hareket etmeye başladığına tanık oldu. Armond uyanmış, gözlerini açıp etrafına bakınmakta olmalıydı. Ama Aserinsky çocuğun nabzını tuttuğunda mışıl mışıl uyumakta olduğunu gördü. Kapalı gözkapaklarının altında gözleri titreyordu.

Uyuyan kişilerin arada bir gözlerini fıldır fıldır oynattıkları uzun zamandır bilinmekteydi, Aristoteles daha önce bildirmişti bunu. Ancak bunlar asla, göründüklerinden, yani uykunun herhangi bir zamanında beliren rastlantısal seğirmelerden başka bir şeyin göstergesi olarak algılanmamıştı. Bunların uykunun belli bir dönemiyle ilişkili ve beraberinde karakteristik EEG örüntüsü olan göz hareketleri olduğu kuşkusuz ilk kez Aserinsky'de uyanmıştı. Kendisi bu devinimlere ilkin “jerky eye movements” adını vermek istemişti, ama *jerky* kelimesinin “sarsan, titreyen, sallanan” anlamına da

gelişi ve keşfin kayda değer bir keşif oluşu nedeniyle “rapid eye movements”ı tercih etti. Aserinsky 1953’te doktora hocası Kleitman’la, artık bir klasik sayılan, “Uykuda Düzenli Olarak Görülen Göz Hareketleri ve Bunlara Eşlik Eden Fenomenler” başlıklı makaleyi yayımladı.<sup>19</sup>

1953’ten sonra uyku binlerce yıldır olduğundan çok farklıydı artık. Bundan böyle iki evreye ayrılıyordu: REM uykusu ve REM dışı uyku. Gece boyu dört-beş kez bütün ışıklar yanmaktaydı. EEG örüntüsü REM evresinde gündüz görülenden pek az fark gösterdiği için buna “paradoksal uyku” da denir. Beyin bu dönemde uyanıkken olduğu kadar, hatta daha fazla oksijen yakar. Aynı zamanda hareket sistemi tamamen blokedir. Kapalı bir beden içinde, açık bir beyin vardır.

Aserinsky ile Kleitman’ın makalesi düşleri teğet geçmişti. Hızlanan solunum ve nabızla birlikte düşler de göz hareketlerine “eşlik eden belirtiler” başlığı altında yer alıyordu. Bahsetmeden geçmiş olmamak için, deneklerin gözleri hareket halindeyken uyandırılmaları durumunda düş görüyor olma ihtimalinin fazla olduğunu bildirmişlerdi. REM evresi dışında düşler çok nadirdi. Aserinsky bir uyku araştırmacısıydı, düş araştırmacısı değil; düşler onu pek cezbetmiyordu. Ama Kleitman’ın bir öğrencisi daha vardı: William Dement psikiyatriye ilgi duyuyordu. Bir gün Aserinsky ağzından şunu kaçırdı: “Dr. Kleitman’la ben o göz hareketlerinin belki de düşlerle ilişkili olabileceğini düşünüyoruz.” Dement daha sonra bu olayı şöyle anlatacaktı: “Sanki birisi gelip bana, ‘Abıhayat diye bir şeyi gösteren eski bir harita bulduk,’ demişti.”<sup>20</sup> 1957’de Dement Kleitman’la birlikte, hızlı göz hareketlerinin “düş araştırmalarında nesnel bir yöntem” olarak sunulduğu, düş araştırmacılığının ikinci klasik makalesini yayımladı.<sup>21</sup>

Aserinsky bu sırada sahneden çoktan çekilmişti. Doktora hocasıyla fikirleri uyuşmamıştı. Kleitman REM evresinin ayrı bir evre olduğuna inanmıyordu. Ona kalırsa bu, normal uykuydu, azıcık daha hafifti o kadar. 1999 yılında öldüğünde de hâlâ bu düşüncedeydi. Aserinsky 1953’te Chicago’dan ayrıldı ve mozaikvari bir şekilde ilerleyecek olan kariyerine başka fakültelerin fizyoloji kürsülerinde devam etti. Her seferinde de kapıya gelip bittiriyor/taahhüt ediyor. Geriye

dönüp baktığında bu önemli keşfinin kaymağını başkalarının, özellikle de Kleitman ile Dement'in yediğini düşünüyordu. Ne var ki, 2003 yılında, 1953'teki buluşun kutlamaları sırasında, artık altmışında bir klinik psikolog olan oğlu Armond Aserinsky, babasının çok çabuk öfkelenen, akademik unvanlara pek aldırmayan zor bir adam olduğunu kabul etmek zorunda kalmıştı. Eugene Aserinsky 1998'de direksiyon başında uyuklamış, yaptığı kazada hayatını kaybetmişti.

### Uykunun Mimarisi

Uyku laboratuvarlarında bugün standart "polisomnogram"lar çekiliyor. Bunlar beyin aktivitesi (EEG), göz hareketleri (EOG), elektrokardiyografi (EKG), kas gerimi (EMG), ateş ve solunumun kaydından ibarettir. Bazen penis çapındaki değişikliklerin ve vajina çepesinin kanlanması kaydı da buna dahil edilir. Bu ölçümler sayesinde, Berger ile Aserinsky'nin öncü çalışmalarının ardından geçen ilk on yılda uyku ve düş fiziyojisi epeyce aydınlatılmıştır.

Dement ile Kleitman daha 1957'de hızlı göz hareketlerinin düşteki olaylarla ilintisinin olup olmadığını sınımışlardı. Sonradan buna "tarama hipotezi" adı verildi: Düş gören acaba düşteki aksiyonu mu takip ediyordu gözleriyle? Göz hareket örüntülerinin çoğu karışık, gözler dört bir tarafa hareket ediyor ve bu karmaşa düşün içeriğiyle ilintilendirilemiyordu. Ağırıklı olarak dikey hareketlerden oluşan örüntüler nadirdi, ama bu hareketlere uyan içerikteki düşlerle birlikte seyrediyorlardı. Biri düşünde bir dizi merdiven tırmanırken, bir başkasıysa yerden basketbol toplarını alıp alıp potaya atarken sürekli bir aşağı bir yukarı bakıyordu. Salt yatay hareket yalnızca bir defa yakalanabilmişti, bu kişi de düşünde birbirlerine domates fırlatan insanları seyrediyordu. Göz hareketleri pek az olan insanlar uyandırıldıklarında ise, genellikle ya uzaklarda bir noktaya dalıp gitmiş olduklarını ya da çok yakındaki bir cisme baktıklarını söylüyorlardı. "Tarama hipotezi" artık terk edilmiştir. Yenidoğanlarda da hızlı göz hareketleri mevcuttur, her zaman düşlerin içeriğiyle birlikte seyretmektedirler. Ve doğuştan görme engellilerde de aynı hızlı

göz hareketleri, düşlerinde görsel sahneler mevcut olamayacağı halde görülmektedir.

Dement ve diğer araştırmacılar hemen hemen herkesin düş gördüğünü saptamışlardır. Hiç düş görmediğini iddia ederek laboratuvara gelen kişiler de, polisomnogramda düş aktivitesi belirdiğinde uyandırıldıklarında, hayretler içinde, düş gördüklerini ifade ederler. On bin kişiden dördü ise, fizyolojik açıdan en uygun düş görme anlarında uyandırıldıklarında, hiçbir bellek sorunları bulunmamasına ve sağlıklı bir zihinsel yapıya sahip olmalarına karşın herhangi bir düş hatırlayamamışlardır.<sup>23</sup>

Bu son saptama önemlidir, zira Dement 1960'ta, maalesef bir daha hiç silinmeyecekmiş gibi görünen bir inanışı da dünyaya sunmuştu. *Science*'taki bir makalesinde, tam düş görürken sistematik olarak uyandırılan kişilerin birkaç geceden sonra daha kaygılı ve daha alıngan olduklarını ve bunların en uç halleriyle, ruhsal şikâyetlere yol açabilecek belirtiler olduğunu yazmıştı.<sup>24</sup> İfade şeklinde hafif bir temkin seziliyordu: "Düş görme baskısının düş eksikliği arttıkça çoğaldığını" görmüştü ve "düş baskılanması yeterince uzun devam ederse, bunu ciddi bir kişilik bozukluğunun izleyeceğini" tahmin ediyordu.<sup>25</sup> Laboratuvar dışında bir anda "İnsan düş göremezse derilir" şeklinde özetleniveren bu fikrin büyük bir sezgisel çekim gücü vardı. Çünkü düşe bir işlev yüklüyordu. Kim bilir, düşler gündüzün boşaltılamayan gerilimi alıp götürüyordu belki de. Belki düşler beynin, dış uyaranlarca yönetilmekten geçici olarak kaçınıp gene de aktif kalmasınaarıyordu. Ancak işlevi ne olursa olsun, düşler belli ki ruhsal dengeyi korumak için gerekiyordu. Dement, Freud'un kuramını tepetaklak ediyordu: Düş uykunun değil, uyku düşün bekçisiydi.

Birkaç yıl geçmeden bunun böyle olmadığı anlaşıldı. Denekleri düş eksikliğinden ziyade REM uykusundan mahrum kalmanın bu güç duruma düşürdüğü ortaya kondu. Azalan REM uykusu "geri tepme etkisi"ne (*rebound effect*) neden oluyor ve ilk uygun fırsatta, üstelik daha uzun olarak telafi ediliyordu. Düş görmeyle ruhsal denge nin her halükârda bu şekilde birbiriyle ilintili olmadığı, uykunun evreleri netleştikçe daha belirgin olarak meydana çıktı.

Berger, uyanık bir insan gözlerini kapar kapamaz, beyindeki görece hızlı dalgalanım periyotuna uyavaş dalgalara bıraktığını

saptamıştı. 1953 yılından sonra uykunun evreleri ağırlıklı olarak EEG örüntüleriyle tanımlanmaya başladı. Uykuya dalarken, Evre 1'de, beyin dalgaları uyanık beyninkine benzer bir yapı gösterir: Hızlı ve düzensizdirler. Birkaç dakika sonra dalgalar yavaşlar, tepelerle çukurlar arasındaki açıklık artar: Evre 2'dir bu. On dakika sonra daha yavaş dalgalar belirir, Evre 3 başlamıştır. Bu dalgalar üstünlüğü ele geçirince Evre 4'e girilir, "yavaş dalgalı uyku" adı verilen derin uykudur bu. Evre 3 ile 4 birlikte derin uykuyu oluşturur.

Derin uykuda "derin" olan nedir tam olarak? Bu deyim beyin dalgalarının ölçülebilmesinden çok daha öncelerden beri varolagelmıştır. Uykunun derinliğinin farklılıklar göstermesi, ilk uyku laboratuvarından yüz yıl kadar evvel bilimsel olarak araştırılmıştır. 1860'ta birini uyandırabilmek için gerekli sesli uyananın ne şiddette olması gerektiğini belirlemek üzere deneyler yapılmıştır. Gerekli ses şiddeti, uykuya dalındıktan on beş dakika sonra düzenli olarak yükselmiş, yarım saat sonrasındaysa doruk noktasına ulaşmıştır. Bunun eğrisi –ters çevrilmiş olarak– tam da grafiklerde Evre 4'ü işaret eden derin çukura oturacak şekildedir. Diğer duysal uyanalar –açılan ışık, çimdiklemek, sarsmak– da uyuyan kişiyi Evre 4'ten güçbela uyandırır. Çok derinlerdedir çünkü.

Derin uykuda geçirilen yarım saatin ardından dönüş başlar. Uyuyan kişi aynı duraklardan geçer: Evre 3, Evre 2, Evre 1 – ama bu kez uyanmak, uyku eğrisinde zarif bir simetri göstermek yerine, yepyeni bir evreye, REM uykusuna kayar. Bu evrede EEG örüntüsü uyanık bir kişininkinden pek farklılık göstermez. Bütün kas gerimi kaybolmuştur. Yalnızca gözler fıldır fıldır oynar; ses tellerine varana kadar hareket sisteminin bütünüyle devre dışı bırakılmasıyla olağanüstü bir tezattır bu. Onca yoğun sinirsel faaliyetle kıpırtısız uyuyan bir vücudun birlikte olduğu bu evreyi, Fransız fizyolog Jouvet "paradoksal uyku" olarak adlandırmıştır.

Dört evre artı REM uykusu hep beraber, bir buçuk saat süren bir uyku döngüsü oluşturur. Genç, tasasız, alkol içmeyen, düzgün bir mesane fonksiyonu olan sağlıklı biri, sekiz saatlik uykusunda bu döngülerden beş tane tamamlar. Gece ilerledikçe döngü içinde biraz kayma olur. Daha ikinci döngüde derin uyku evresi bir parça daha kısadır ve o kadar derin değildir. Üçüncü döngüde, yavaş ilerle-

yen dalgaların dinlendirici evresi çoğunlukla yok olmuştur; dördüncü döngüde Evre 3 de kaybolur. REM uykusuysa aksine giderek uzar: İlk döngüde en fazla on beş dakika, sonradan yani gün doğarken ise yarım saatten uzundur; hepsi toplanırsa gecede iki saat kadardır.

Derin uykuda da paradoksal bir şey ortaya çıkar: Uyuyan kişinin hareketlenme olasılığı en fazla bu evrededir. Mırıldanmak, tekme atmak, fırlayıp doğrulmak, hatta ayağa kalkıp uykuda gezmek – tuhaf bir şekilde, uyuyan kişi bütün bunları uykunun en hafif evresinde değil, dalıp gittiği, uyandırılmasının en zor olduğu evrede yapar. Bu şekilde ilginç bir durum ortaya çıkar: Kişi derin uykusunda uyanmadan sakince dönebilirken, neredeyse uyanmak üzereyken yatağında handiyse felçli gibi yatar. Çok akıllıca olan bu düzenleme düşler nedeniyle.

Altmışlarda REM uykusuna bir müddet “D-uykusu” denmişti. Yalnızca REM uykusunda düş görüldüğüne dair bir inanış vardı. REM uykusunda insanlar uyandırılıp da, “Düş görüyor muydunuz?” diye kendilerine sorulunca, beş kişiden dördünün cevabı olumlu oluyordu gerçekten. REM uykusunun dışında uyandırılıp da aynı soru sorulduğundaysa, yanıt genellikle donuk bir suskunluk oluyordu. Fakat soru “Az evvel içinizden bir şeyler geçiyor muydu?” şekline dönüştürüldüğünde bu durum değişti. Artık REM dışı uykuda da daha sık olarak düşler aktarılıyordu.<sup>26</sup> REM uykusundan elde edilen düş öyküleri hem sayıca daha fazlaydı, hem de düş denince akla gelen şeye daha fazla uyuyordu: genellikle tuhaf bir akışı olan bir dizi görsel sahne. Ne var ki REM dışı uykuda da, uyuyan kişinin zihninden sıklıkla sıkıntılı bir düşünce, kopuk bir imge ya da bir cümle parçacığı türünden envai çeşit şeyin geçtiği ortaya çıkmıştı.

Bu genel geçer “REM uykusu düş uykusudur” fikrini kurtarmak adına, düşün tanımı konusunda bir şeyler yapılması düşüncesi ortaya atıldı. Tanım biraz daha daraltılamaz mıydı? İnsanlar REM dışı uykudan uyandırıldığında aktarılan içsel deneyimler düştan çok düşünceye benzemiyor muydu? Eğer gene de düşe benziyorlarsa, bunlar aslında REM uykusunda görülmüş düşlerden hatırlananlar olmasındı? Gelgelelim uykunun bu iki evresinden aktarılan düşler, uzunluk, öykü, ayrıntı bakımından farklılık gösteriyor

olsa bile, mutlak veya nitel farklılıklar değildi bunlar, daha ziyade, kayıp giden bir ölçek üzerinde ayrı ayrı konumlardı. REM dışı uykuda görülen bir düş gerçekte REM uykusundan gelme olsa, bunun tam tersinin de hesaba alınması gerekirdi. Üstelik ilk REM dışı uykunun öncesinde bir REM uykusu yoktu. REM uykusu ile düşler arasındaki simetrinin korunması, şık olmayan birkaç ayar pahasına olacaktı.

Kasların tam da REM uykusunda devre dışı bırakılışının sıkı kontrolü, iyi düşünülürse, çok mantıklıdır: En canlı düşler bu evrede yer alır ve düşlenen eylemlerin gerçekte de icra edilmesi engellenmelidir. REM dışı uykuya ait bulanık, uçucu düşlerde denetim daha gevşek olabilir. Bu evrede uyuyan kişinin mırıldanmaya başlaması veya ayaklanması, hareket sisteminin iyice kapatılmamasından kaynaklanan bir risktir.

Son dönemdeki makalelerde, REM uykusuyla düşler konusunda bugün elli yıl öncekine göre daha az şey bildiğimize dair serzenişlerle karşılaşılabilir.<sup>27</sup> Bilimsel bir bulgu, daha geniş kitlelere yayılıp herkesin genel kültürünün değerli bir parçası haline geldiğinde, kaydedilen gelişmeler sonucu bazen çürütülmüş, iptal edilmiş yahut biraz daha ayrıntılandırılmış olabilir. REM uykusuyla düşler arasındaki ilişkide tam da bu yaşanmıştır. REM uykusunun üretici olan beyinsapının bazı yaralanmalarında, hasta düş görmeyi sürdürdüğü halde REM uykusu bloke olmaktadır. Veya tersine, meydana gelen bir hasarla (ve ilaçlarla) düş görmek engellendiği halde REM uykusu sağlam kalabilmektedir.<sup>28</sup> Ama iptaline gerek olmayan bir bilgi varsa, o da REM uykusunun düşlere en kolay girişi sağladığıdır. İyi bir hasat şansının en yüksek olduğu evre budur. Şimdiki araştırmalarda da görüldüğü gibi, REM uykusu 1953'ten beri düş giden kral yolu, Freud'un metafora verdiği anlamıyla, düşün hızlı ve zahmetsiz girişidir.

Sırası gelmişken söylemek gerekir ki, düşün bilinç dışına işaret ettiği fikri artık o derece kesin değildir.



## Düşün Kartografyası

Kısa zaman önce yapılan bir düşün araştırmasında elde edilen rastlantısal bir bulguya bakalım. İki grup genç yetişkin uyku laboratuvarına davet edilmişti.<sup>29</sup> Gruplardan biri otistik insanlardan oluşuyordu, diğeryse kontrol grubuydu. Araştırılan soru, otistiklerin düşlerinin otistik olmayanlarınkinden farklı olup olmadığıydı. Sonuçlardan birisi, otistiklerin düşlerinin yüzde 41'inde başka kişilerin bulunmadığı ve düşlerinin yüzde 65'inde hiçbir sosyal etkileşimin olmadığıydı. Bu çok muydu? Az mıydı? Yoksa yeterli miydi? Bu öğelerin genel olarak düşlerde ne sıklıkla bulunduğu bilinmedikçe bu konuda anlamlı bir şey söylemek mümkün değildi. Kontrol grubundaki otistik olmayan yaşlıtlarının *bütün* düşlerinde başka kişiler de yer almaktaydı ve bunlarla daha sık sosyal ilişkiler kuruluyordu, ama gene de insan başka grupların düşleriyle karşılaştırıldığında durumun nasıl olduğunu bilmek istiyor. Her iki grubun da yalnızca erkeklerden oluşmaması durumunda sonuçlar farklı çıkar mıydı mesela?

Bundan evvel cevaplanması gereken bir soru daha var: Düşlerin içeriği nasıl araştırılır? Neye dikkat edilmeli, neye bakılmalı, ne gözardı edilmelidir? Bu ve bunun gibi binlerce araştırma, araştırmacıların almak zorunda olduğu kararların keyfiyetine saplanıp kalacak ve bu kararlar yüzünden de birbirleriyle karşılaştırılmaları zorlaşacaktı. Bunun böyle olmamasını psikoloji, iki Amerikalı psikoloğa, Calvin Hall ile Robert Van de Castle'a borçludur. Hall ve Van de Castle 1966 yılında içerik analizine ilişkin bir sistem yayımladılar.<sup>30</sup> Sessiz ve etkili bir devrimdi aslında bu. Aserinsky, Kleitman ve Dement'in keşifleri sayesinde, diye yazmışlardı makalelerinde, "düşler için nesnel göstergeler" artık mevcuttu, oysaki *Düşlerin Yorumu*'nun üzerinden 66 yıl geçmesine rağmen düşün *psikolojisinin* araştırılması halen nitel bir evredeydi,<sup>31</sup> ki o zamanlar da iyi bir işaret sayılmıyordu bu. Hall ve Van de Castle düşleri sınıflayabilmek ve içeriklerini analiz edebilmek için nicel bir yöntem sunmuşlardı. Çok sayıda değişkenin kodlanabildiği bir sistemdi bu. Elde edilen skor IBM delikli kartlarına işlenebilmekte ve bu sayede düşler psikanalist koltuğundan bulgusayara taşınabilmekteydi. <http://rantey.org>

Hall ve Van de Castle, binden fazla düşü sistemlerinden geçirmekle işe koyulmuşlardı bile. 1947-50 yılları arasında Amerikalı üniversite öğrencilerinden toplanmıştı bu düşler. Sistem daha sonra çok sayıda öğeye bölünecek on beş ana kategoriden oluşuyordu. Düş evde mi, dışarıda mı geçiyordu? Ortam tanıdık mıydı? Başka kişiler de boy gösteriyor muydu? Sayısı kaçtı bu kişilerin? Erkek mi, kadın mıydılar? Tanıdık mı, yabancı mıydılar? Genç mi, yaşlı mıydılar? Bu başka kişilerle olan ilişki, dostluk mu, saldırganlık mı, cinsellik mi içeriyordu? Saldırganlık ya da cinsellik, düşü gören kişiden mi, yoksa o düşe giren kişiden mi kaynaklanıyordu? Ünlü kişiler de oluyor muydu düşte? Ölmüş yakınlar, hayvanlar giriyor muydu düşe? Konuşuluyor muydu? Kiminle, ne üzerine oluyordu bu konuşmalar? Düşteki ortam tedirgin edici mi, neşe verici mi, kederli miydi? Her bir değişken için bir kısaltma, numara veya işaret vardı. Kitabın sonunda skorlamanın nasıl yapılması gerektiğini gösteren on adet düş vardı. Bu örnek düşlerden birinde düş gören, iki kızla konuşuyordu:

Kızlardan biri çirkin, öteki güzeldi. Güzel olanla muhabbetteydim ama çok da asılmıyordum. Kastımı aşan bir yakınlaşma içindeydi kız, göğüslerini vücuduma sürterek beni tahrik etmeye çalışıyordu. O anda, belki de bunu, oğlanların onunla evlenmesini sağlamak için annesinden öğrenmiş olabileceği geçti aklımdan. Ama pek de umurumda değildi, zira ben de zevk alıyordum bundan. Derken başka bir kız geldiği için durduk, çok güzel bir kızdı gelen. Acayip hoşlandım, tam da âşık olabileceğim kız diye düşündüm. Yanına gidip biraz konuştum, çok geçmeden öpmeye başladım onu, öteki iki kızla anne üzgün üzgün bizi seyrederken. Harikulade bir kızdı, düşümde daha uzun görebilseydim ya da ona dair daha fazla şeyi aklımda tutsaydım gibi bir duyguyla uyandığımı hatırlıyorum.<sup>32</sup>

Düşe giren dört kişi de kadın, düş gören için yabancı ve yetişkin Kod 1KYY (Kadın, Yabancı, Yetişkin). Saldırganlık kategorisinde D3>KYY yazılı: Düş gören ilkin muhabbet ettiği kişiyi (altkategori 3) reddediyor. Cinsellik kategorisinde iki skor var. Kod 1KYY 4>D, düşün ilk bölümünde kızın göğüslerini ona sürterek cinsel sarkıntılıkta bulunması. Kod D3>1KYY, bizzat düş görenin kızı öperek inişiyatı ele alması (altkategori 3). Gerek kodlamak gerekse çözümlemek biraz alıştığımız 1950'li yılların psikolojik ve sosyal değişimleri, küçümsenen

kız, hayal kırıklığına uğrayan anne ve öpücük, delikli kartlardaki örüntüye bir kez dönüştü mü, “Erkekler tanıdıklarla mı, yabancılarla mı seksi daha çok düşünür?” gibi bir soru anında yanıtlanabiliyor. Cevap ikincisi.

İçerik analizi sistemi, hem harita hem kartografyaydı. Önce koordinatları saptıyor, sonra da yeni haritaların nasıl yapılabileceğini gösteriyordu. On binlerce düş o günden beri bu sisteme göre analiz edilmiş ve sonuçları, Hollanda düş yaşamı gibi, yerel haritaların oluşumunu sağlamıştır.<sup>33</sup> Düşler kültürden kültüre farklılık gösterir mi? Yaşlandıkça değişir mi? Psikiyatrik tanıda kullanılabilir mi? İçerik analizi bu ve daha başka yüzlerce karşılaştırmalı çalışma için anahattı.

Cinsel fantaziler ve erotik düşlere yönelik araştırmalarda da kullanıldığı için, Hall ve Van de Castle, elde ettikleri sonuçları cinsiyete göre de düzenlediler. Elde edilen dizi dizi tablolar, kadınların düşlerinin daha çok bildik bir ortamda, sıklıkla da evde geçtiğini gösteriyordu. Kadınların düşlerinde renklere atıf erkeklerinkinin iki misliydi. Erkekler kadınlara göre iki kat daha fazla parayla ilgili düş görüyordu. Kadınların düşlerinde genelde daha fazla kişi oluyordu. Düşlerinde hiç kimsenin yer almaması erkeklerde kadınlardan iki kat daha fazlaydı, ama yüzde 7’nin altında kalıyordu (o bakımdan, otistiklerin yüzde 41’i büyük bir sapmaydı). Erkekler düşlerinde kadınlardan çok erkekleri, kadınlarsa eşit oranda erkek ve kadınları görüyordu. Kadınlar düşlerinde babalarını, erkeklerin annelerini görmelerinden daha sık görüyordu. Ne ki kadınların düşlerinin çoğunda anneleri yer alıyordu. Kadınlarda saldırganlığın en büyük alt-kategorisi red, erkeklerde ise kovalama ve saldırmaydı. Dikkate şayan olansa düşlerdeki ortamdı: Gerek erkeklerde gerekse kadınlarda ortam yüzde 80 olumsuzdu. Düşlerin yüzde 40’ı düpedüz korkutucuydu.

Bu ilk atlas sayesinde uzun dönemdeki kaymalar da saptanabiliyor. Erotik düşler 1950 yılı civarında erkekler tarafından üç kat daha fazla bildirilmişti; erkeklerde bunun cinsel ilişkiyle sonlanması dört kat, düşte inisiyatifi ele alan kişinin erkek olmasıysa yedi kat daha fazlaydı. Artık kadınlar erkeklerle eşit oranda erotik düş bildiriyorlar. Kadınların erkekleri görmekle ilgili düşleri, erkeklerin kadınları görmekle ilgili düşleri kadar sık görülüyor. Kadınların erkekleri görmekle ilgili düşleri, erkeklerin kadınları görmekle ilgili düşleri kadar sık görülüyor. Kadınların erkekleri görmekle ilgili düşleri, erkeklerin kadınları görmekle ilgili düşleri kadar sık görülüyor. Kadınların erkekleri görmekle ilgili düşleri, erkeklerin kadınları görmekle ilgili düşleri kadar sık görülüyor.

ritasına bakmak gibi bir his uyandırıyor insanda; artık o haliyle var olmayan, nelerin kaybolup yerinde nelerin belirdiğini gördükçe sizi hayallere daldıran bir dünya seriliyor önünüze.

Uyku laboratuvarlarında düşlere yönelik deneysel araştırmaların hızlanması, bu yeni içerik analizi yönteminin de doğrudan ivedilikle kullanımını sağladı. Peki ama laboratuvarda elde edilen düşler normal düş yaşamını temsil edebilir miydi gerçekten? Polisomnogram yapılan biri, üzerinde iki düzine kabloyla yabancı bir ortamda yatar, olmadık anlarda uyandırılıp birtakım sorulara maruz kalır – düşleri ne kadar doğal olabilir ki böyle bir durumda? Ne ki farklılıklar, uyku laboratuvarında kaybolmaya eğilimli olan kâbuslar haricinde görmezden gelinebilecek türdendi.<sup>34</sup> “İlk gece etkisi” adı verilen ve evdekine göre daha kısa REM uykusuyla seyreden bir durum söz konusuysa da, araştırmaya ikinci gece başlanınca bu farkın bir etkisi olmaz. Evdeki düşler biraz daha fazla saldırganlık içerir. Çocuklarda dahi evde ve laboratuvarda düş görmek arasındaki farklılıklar asgaridir.<sup>35</sup> Uyuyan kişiden laboratuvar koşullarında evdekinden *daha fazla* düş elde edilse de, tema ve motifler evde görülenlerle örtüşür.

Hall ve Van de Castle sistemi –geriye bakıldığında– düşün baştan sona bir psikanalitik kartografyasıydı. Freudcu düş analizinin klasiklerinden olan hadım edilme korkusu (HEK) ve penis haseti (PH) için başlıklar vardı. Bakılırken biraz yorumlama istiyordu, zira düş öğeleri simgesel ifadelerinden çıkarılmak zorundaydı. Düşünde bademcikleri alınmak zorunda kalmış bir oğlan için HEK kodu, düşünde tüfek satın alan ya da sevgilisinin golf sopalarını kıskanmış bir kadın için de PH kodu yazılabiliyordu. Hall ve Van de Castle’ın, düşü laboratuvardan bilgisayara değil *psikanalist koltuğundan* bilgisayara taşımayı ummuş olmaları, fikir dünyalarının psikanalizle biçimlendiğini ortaya koyar zaten.

Artık düşlere kolay bir giriş yolu vardı: REM uykusu. Ve düşlerin dökümünü yapabilen bir araç vardı: içerik analizi. Yetmişli yıllar düş araştırmaları için Altın Çağ olmayı vaat ediyordu.

## Delilikte Yöntem

Düşler ağırlıklı olarak görüntüdür. Ama uykudaki her görüntü düş müdür? Uykuya dalarken bazen, dikkatinizin son kısıntısıyla zihninizden, hızlı, karmaşık görüntülerin geçtiğini idrak edersiniz, uykuya yelken açma noktasında olduğunuzu gösteren rahatlatıcı işaretlerdir bunlar. Sabaha karşı, uyanmak üzereyken o görüntüler yeniden beliriyor gibidir, yine kopuk kopuk, yine hızla birbiri peşi sıra. Dalarken de uyanırken de adeta aynı tabakalardan kayıp geçmektesinizdir, birinde yukarıdan derinliklere, öbüründe derinlerden yüze. Acaba o görüntüler zihninizden *bütün gece boyunca* mı geçer? Yoksa yalnızca uykuya dalarken, uyanırken ve düşte mi gözükürler? Düş bu görüntülerden üretmeye çalıştığınız bir öykü olamaz mı? Bu durum düşlerin sıklıkla görsel sahnelerin karmaşık geçişlerinden oluşmasını açıklamaz mı? Fransız Sinolog d'Hervey de Saint-Denys bütün gece boyu düş gördüğümüz kuramının ilk destekçilerindendi. Gündüz de zihninizi hep meşgul eden şeyler yok mudur?

Bu kuram artık terk edilmiştir. Uykunun öncesindeki ve sonundaki bu tür “hipnagog” ve “hipnopomp” görüntülerin düş görüntülerinden farklı özellikleri vardır. Hipnagog görüntüler, uykuya dalmadan önceki saatlerde beyninizin işlemiş olduğu duysal uyaranların doğrudan etkisiyle oluşur. Gece yaptığınız uzun bir araba yolculuğundan sonra, uykuya dalmadan evvel, karşıdan gelen trafiğin farlarının ışıklarını “görürsünüz”. Düşlerde bazen gündüz kalıntıları da olur, ama bunların duysal uyaranlarla sıkı bir ilişkisi yoktur: Gündüz kalıntıları gün içinde üzerinde fazla durmadığınız şeyler olabilir. Hipnagog görüntülerin “verdiği hisler” düşteki görüntülerinkilerden farklıdır. Bunlar duyguları uyandırmaz. Etkilenmeden bir şeye dışarıdan bakıyormuşsunuz gibi deneyimlenir. Teslim olmuş gibisinizdir, görüntülere yön verebilecekmişsiniz gibi bir düşünce asla oluşmaz. Geçişler, bir öykü oluşturmak şöyle dursun, birleştirip sahneler haline getirmeye bile izin vermeyecek denli hızlıdır. Genellikle çeşitlilik de çok fazladır. Görüntüler sizi seyirci koltuğuna oturtmuştur bir kere, şimdi filminizi size, adeta düşünüzün “içinde”

öylece oturmaktasınızdır. Tanımına göre, hipnagog görüntüler karşısında “benlik şöyle dursun, gözden başka bir şey değilsinizdir”.<sup>36</sup>

Düşlerin oluşumu, işlevi ve anlamı üzerine en son nörofizyolojik kuramlarda da, düşlerin görsel özellikleri, hâlâ bu kuramların açıklama kapasitelerinin sınanması için kullanılır. Kesinlikle en iddialı kuram, Harvard Tıp Fakültesi psikiyatri profesörlerinden Allan Hobson’a ait olandır. Aktivasyon-Sentez kuramı, günümüzde uyku laboratuvarlarından edinilmiş olağanüstü devasa boyutlara ulaşan nörolojik, psikolojik, içebakışsal ve biyolojik bulguları bir “büyük kuram”da birleştirmeye çalışan cesur bir denemedir.<sup>37</sup> 1977’deki ilk makale sonradan yeniden gözden geçirilmişse de özü aynı kalmıştır.<sup>38</sup>

Düşün ilk adımı, beyinsapında bulunan, omurilikle beyni birleştiren ve Latincesi köprü anlamına gelen ponsta atılır. Kedilerde yapılan deneysel lezyonlar REM uykusunun ponstan başladığını göstermiştir. Aktivasyon dalgaları talamusun bir bölümünü geçerek beynin oksipital loblarındaki görme bölgelerine ulaşır. Beyinsapındaki aktivasyon tamamıyla gelişigüze, rasgele sinyal gönderen hücrelerdir bunlar; orada burada çakan, Sherrington’ın merhamet edip de uykudaki beyinde yanmasına izin vermiş olduğu ışıkçıklardır. Hiçbir anlam ifade etmez, dışarıdan bir uyarana tepkiyle oluşmaz, kaotik biçimde gelir ve giderler. Görme alanının hangi bölgesinde sonlanacakları, orada hangi anıları, yaşantıları faaliyete geçirecekleri aynı derecede öngörülmez ve rasgeledir.

Ne ki bunu takiben düş sentezi başlar. Beynin frontal bölümü düzensiz akın eden görüntü ve anılara maruz kalır. Bütün güçlüklerle rağmen geceleyin, gündüzün de sürekli yapmak zorunda olduğu gibi elinden geleni yapmaya çalışır: Gelen bilgiler arasında bir tutarlılık keşfetmeye uğraşır. Uyanık beyne görev dışarıdan, uykudaki beyne ise içeriden gelir. Uyku esnasında beynimizin bu bölümü, “beyinsapından yukarıya gönderilen bol parazitli sinyalden en azından kısmen tutarlı düş görüntüleri üretmeye çalışmak gibi ümitsiz bir işe koyulur”.<sup>39</sup> Çoğu zaman da çuvallar. Düş öykülerinde tutarsızlıklardan ve tuhaf gelişmelerden gayrı bir şey yoktur. Hikâyeyle yakından uzaktan ilgisi olmayan, ne mekâna ne zamana uyan insanlar belirir. Bazıları mümkün ki birine atılır, düş görünüşü başkasına. Bus-

sum'de başlamış bir sahne aniden Zierikzee'de devam eder. Yelkenli tekne, vapura dönüşüverir. Bir tavşan ön ayağını havaya kaldırıp söze başlar. Düşten, anlaşılır, düzenli bir öykü çıkmasını, düş gören ön beyin loblarının yaratıcılığına borçludur.

Hobson'a göre Aktivasyon-Sentez kuramı, Freud'un düş kuramının tam karşı kutbundadır. Ama ikisi de tıpkı bir gestalt şeklinde olduğu gibi farklı imgeler oluştursa da, önemli iki çıkış noktasında birleşirler. Düşler *görseldir* – bu, Freud'a göre gizli içeriğin görüntülere dönüştürülmek zorunda olmasından, Hobson'a göreyse beyinsapından gelen sinyallerin görme korteksindeki hücreleri faaliyete geçirmesinden kaynaklanır. Düşler *karman çormandır* – bu, Freud'a göre, düş çalışması asıl temayı örtebilmek adına “yoğunlaştırma” ve “yer değiştirme” mekanizmalarını kullandığındandır; Hobson'a göreyse, beyinsapındaki hücrelerin gelişigüzel ateşlenmesi ve bunların da aynı gelişigüzelikte anı ve yaşantıları faaliyete geçirmesinden. Her iki kuramda da bir sentez söz konusudur ama birbirlerine zıt karakterdedir. Freud'a göre, her görünür düş, altında yatan bağlantıyı keşfetmek adına parçalarına ayrılmalıdır. Hobson'a göreyse, sentez düşün tam da tutarlı olan bölümüdür, altındaki katman karmaşadan ibarettir. Her ikisi için de düş bir son üründür. Girişe izin verilmeyen bir bölgeden –Freud'a göre bilinçdışından, Hobson'a göreyse pons ve oksipital lobdan– geldiği için, düş gören kişi ham, işlenmemiş malzemeyi görme olanağına sahip değildir.

Hobson'ın kuramının çekici yanı, anlam düş gören tarafından yüklense bile düşlerin hâlâ bir anlama sahip olabilmesidir. Faaliyete geçirilen, kişinin önünde sonunda *kendi* anıları, tasavvurlarıdır, bundan üreteceği hikâyesine de gün içindeki telaşları, duyguları, uğraşları yansıyacaktır. Birçok bölümü tesadüf ve keyfiyet nedeniyle karışsa da kişinin *kendi* hikâyesidir bu. Fakat düşlerin bir *işlevinin* de olup olmadığı daha az kesindir. Düş süreçleri ikincil bir fenomen, işlevi olan nörofizyolojik bir mekanizmanın aslında fuzuli bir yan etkisi de olabilir. Bunu “buzdolabı vınıltısı” perspektifi olarak da adlandırabilirsiniz. Her buzdolabı çalışırken az ya da çok vınlar. Vınıltı planlanmamışsa da, soğutma mekanizmasının bir parçasıdır. “Bu vınıltı da neyin nesi?” sorusu naiftir. “Vınıltının bir işlevi olmasa tasarımcılar ümitsiz ve fakih kalesinde [hepten.org](http://hepten.org) yanlış bir man-

tıktır. Bu aynen, “Düşlerin bir işlevi olmasa evrim bunu çoktan hallederdi” gibi bir mantık hatasına düşmektir. Durumsa tersidir: REM uykusu, evrimsel işlevi sürdükçe düşleri de beraberinde taşıyacaktır.

Yazılı tarihimizin başında düşlerin kutsal bir statüsü vardı. Yorulanmaları ruhbanların, kâhinlerin işiydi; tanrı, şeytan, cin gibi bizim dışımızdaki güçlerin bize mesajlarıydı. Düşlerin bütünüyle anlamsız bir yan etki olduğu fikri de bir başka uç noktaya işaret eder. Ne ki, bu görüşü benimseyen biri bile kendi düşlerinde ortaya çıkan ve bir örüntü oluşturmuyormuş gibi duran motifleri arada bir de olsa merak edecektir. Wittgenstein, *Düş Dokumacısı*’nın başındaki aıntının yapıldığı söyleşisinde şöyle demiştir: “Düş imgelerinde dilin işaretlerine çok benzer özellikler gösteren bir yan vardır. Bir kâğıda ya da kuma yazılmış bir dizi işaretle olduğu gibi. Bildiğimiz alfabelerin hiçbirinde olmayan işaretlerdir belki bunlar ama her nasılsa bir dil oluşturdularına, bir anlamları olduğuna dair güçlü bir duygu uyandırırılar içimizde.”<sup>40</sup> Bu izlenimden kurtulmak hakikaten zordur. Uyandığınızda aklınızda kalan bir düş, o gece adeta size bir mesaj gönderilmiş hissini doğurur. Bu mesaj sizi rahatlatmış yahut rahatsız etmiş, şaşırtmış ya da heyecanlandırmış olsun, şıp diye atamazsınız kafanızdan. Bunu beyninizin derinliklerinde rasgele sinyaller üreten hücrelerin işi, deli saçması deyip bir kenara atsanız bile, yine de sonuçta kendi ürettiğiniz bir şeydir, sırf bu yüzden bile tamamıyla anlamsız olamaz asla.



# Hareketsiz Hareketli

## Düşte Uçmak ve Süzölmek Üzerine

1914'ÜN BİR KASIM GECEİ İngiliz yazar Mary Arnold-Forster savaşla ilgili bir düşün gördü. Düşünde Wiltshire Downs'taki kır evinden, beklenildiği Savaş Bakanlığı'na Londra'ya gitmişti. Belçika'daki İngiliz başkarargâhına, Alman birliklerince ele geçirilmenin hemen hemen mümkün olmadığı bir yoldan haber götürmek üzere göreve hazırды: Hiçbir mekanik alet kullanmadan, *uçarak* gidecekti. Düşlerinde o kadar çok deneyim edinmişti ki, Manş Kanalı üzerinden gerçekleşecek uçuşta hiçbir sorun yaşamayacağından emindi.

Kendisi için yapılan hazırlıkların tamamlanması biraz zaman aldı. Duvarları boydan boya resimlerle kaplı bir bekleme odasında bırakılmıştı. Zaman öldürmek için biraz uçup resimleri yakından incelemeye karar verdi. Biraz sonra bir memur çıkageldi. Arnold-Forster çabucak aşağı süzölüp uçuşun ayrıntılarını gözden geçirdi. Belçika'nın düzgün bir haritasına ihtiyacı vardı kesinlikle, söyledi. Adam, bütün bakanlığın altını üstüne getirdiklerini ama maalesef yakın döneme ait bir Belçika haritası bulamadıklarını ilettili. Verebileceği tek harita parşömene çizili antika bir haritaydı. Bereket, Flaman şehirleri, köyleri o denli eskiydi ki hepsi bu haritada gösterilmişti. Arnold-Forster kuşkulu gözlerle haritaya baktı: Şehirler gösterilmekteydi, evet, harikulade bir elyazısıyla hem de, ama yollardan, hele demiryollarından eser yoktu. Bununla mı bulacaktı yolunu?

Hava karamaya yüz tutmuştu, yola çıkma vaktiydi artık. Bir pencereye süzöldü, haritayı önünde tutarak uçup ayrıldı oradan. Belçika havadan tıpkı haritadaki gibi görünmekteydi. Uçuş sorunsuz geçiyordu. Bir kez biraz irtifa kaybetti. O zaman kimseler görmeden bir eve girdi, yitirdi, çıkarak Arnavutluk'un çıkarttığı bir pen-



Mary Arnold-Forster (1861-1951), 1947; M. Arnold-Forster'in *Basset Down. An Old Country House* adlı kitabından.

cereden uçuşuna devam etti. Yıkık dökük bir kalede çıkmıştı karargâh. Winston Churchill'in komutası altındaydı. Gizli mesajı ona ilettili. Kaleyi biraz dolaştıktan sonra avluya göz attı. Orada yine Churchill'i gördü, pek de başarılı sayılamayacak bir şekilde izcilere uçma sanatını öğretmeye çalışmaktaydı. Bir süre sonra, kalenin yıkık döküklüğü onu boğmaya başladı. Dökülen duvarın yüksek bir noktasına tırmanıp kendini oradan tekrar boşluğa bırakarak evin yolunu tuttu.

Mary Arnold-Forster (1861-1951), Oxford Üniversitesi'nde bir mineroloji profesörünün kızı, kraliyet astronomu Nevil Maskelyne'in torununun çocuğuydu. Kadın olması nedeniyle üniversiteye devam edememiş, ama ailesi sayesinde en üst düzeydeki bilimsel çevrelerin hep içinde olmuştur. Kitap Arsivi - <https://rantey.org>

Babası, eniştesi, amcası *Royal Society*'nin (Kraliyet Derneği) üyeleri idi. Bir düş günlüğü tutmuş, bunu 1921'de çıkan *Studies in Dreams*<sup>1</sup> (Düş Araştırmaları) başlıklı monografisi için kaynak olarak kullanmıştı. Bu çalışması "uçma düşleri" üzerine başlı başına bir bölüm içerir.

Belçika görevi, daha sonraki araştırmalara göre de, uçma düşlerinin bütün karakteristik özelliklerini gösterir. İlk, uçma düşleri çoğunlukla iyi hatırlanır. Diğer düşlere kıyasla düzgün bir gidişatı vardır. Uçma hariç, gerçekliğe diğer düşlerden daha yakındır. Tuhaf ayrıntılar, anlaşılmaz sahne değişimleri daha az görülür. Kronolojiye riayet edilir. Sıradan düşler sıklıkla aniden bitiverirken –"derken uyandım"– uçma düşlerinin çoğun doğal bir sonu olur. Arnold-Forster'ın dikkatini uçma düşlerinin nadiren tutarsızlıklar içermesi çekmişti. Bu sayılanların her biri, uçma düşlerinin uyanınca unutulmamasına neden olan özelliklerindendir.

Düş gören, uçma düşlerinde görece berrak bir zihne sahiptir. Sıradan düşlerde, saçmalıkların sonradan, düşü birisine anlatır ya da not ederken farkına varılır. Arnold-Forster dikkate değer bir şekilde, bakanlığın elinde düzgün haritaların olmadığını, böyle bir antika haritayla demiryollarını takip edemeyeceğini daha düşünde fark etmiştir. Uçma düşleriyle –görürken düş görüldüğünün idrakinde olduğunuz– berrak düşler arasında, asimetrik de olsa sıkı bir bağ vardır: Tüm berrak düşlerde uçulmaz, ama uçma düşlerinin çoğu berrak düşlerdir. Bazen uçma eyleminin ta kendisi berraklığa yol açar: Aa, uçabiliyorum! Bu düş olmalı!

Birçok insan ömrü boyunca bir-iki uçma düşü görür. Ama berrak düş görmeye eğilimli kişilerde uçma düşlerine daha sık rastlanır. Arnold-Forster ilk uçma düşlerini daha küçük bir çocukken görmüştü ve bunların nasıl başladığını çok iyi hatırlamaktaydı. Çocuk odasına çıkan merdivenin ortasında limonluğa açılan bir sahanlık vardı. Gündüzün gidip oraya bakmaktan çok hoşlanırdı, ama akşamleyin kim bilir hangi tehlikelerin pusuya yattığı kara bir deliğe dönüşürdü orası. Düşünde merdivenin üst başında duruyor olurdu, o karanlığın yanından geçip de aşağı inmeye korkarak. Derken bir gün aşağıya uçma fikri doğuvermişti içine. Ayakları yerden kesilince korku kaybolmuş, kolayca aşağıya inmişti. İlk, uça-

cağı hissi yalnızca o merdivenle ilişkiliydi, sonraları başka yerlerde de uçmayı öğrenmişti. Yavaş yavaş kâbuslarına son vermek için de uçmayı kullanmaya başlamıştı. Düş ürküntülü bir hal alır almaz, tehlikeden uçarak kaçabileceğini hatırlatıyordu kendi kendine. Uçma düşleri çok uzun zaman kaçma hissiyle bağlantılı kalmıştı.

Bu düşler, istendiği gece şıp diye görülmüyordu, ama çok düşününcü ya da birisiyle bu konuda konuşunca ilerleyen gecelerde uçma olasılığının arttığının farkındaydı. Etkide bulunabiliyor ama denetleyemiyordu. Havalanmak için kimi zaman bir pencereye ya da tepeye ihtiyaç duysa da, çoğun hafifçe zıplıyor ve ardından da uçuveriyordu. Yön değiştirmek ya da irtifa kazanmak için kollarını kürek çekiyormuş gibi, sakın sakın hareket ettiriyordu. İlk yıllar yerden taş çatlasa bir metre kadar yükselebiliyorken, düşünde kuşların uçuşunu –evin etrafında uçuşan ekinkargalarını, havada süzülen şahinleri, çatıyı sıyrıp geçen kırlangıçları– düşüne düşüne zamanla daha yükseklerle çıkmayı başarmıştı. Belki daha az çarpıcı –ama gene de çok özel– olansa yerden on santimetre yukarıda dimdik durarak ilerlediği düşleriydi. Bu düşlerinde hep ayakkabılarının üzerine inen uzun bir elbise giymiş oluyordu, Oxford Caddesi'nin iğne atsan yere düşmeyecek kalabalığında dahi kimse onun yürürken ayaklarını hareket ettirmediğini görmüyordu.

Uykudan uyanıklığa geçişte uçmak gittikçe güçleşiyordu. Bedensel durumu idrak ediş, düşün kurgulanmasına karışıyor, bu da uçmayı zorlaştırıyordu. Arnold-Forster, uyuyan kişide çabalama hissinin, “motorik kanallar” uyanmaya yakın artık tamamıyla kapalı tutulamadığı için doğduğu görüşünde olan Havelock Ellis'e atıfta bulunuyordu.<sup>2</sup> Uçmak yalnızca uyuyan kişide hiçbir hareket olmadığı sürece kolaydı.

### **Mutluluk, Sağlık ve Uzun Bir Ömür**

Uçma düşleri hep varolagelmıştır. Günlüklerde, mektuplarda, otobiyografilerde yer alırlar; kimi zaman birisinin uçma düşüne dair tek kaynak, üçüncü bir kişinin günlüğüne yazdığı, arada geçen bir söz olur. Goethe'nin uçma düşlerinin ev içinde olduğunu bu şekilde öğ-

reniriz. Meslektaşları olan Schütze adındaki yazar arkadaşına sırtını açmış, “evinin salonunda veya odalarda, hep daireler çizerek uçtuğunu” söylemiştir.<sup>3</sup> Schütze içinden, bunun onun dingin, destansı, düşünceli karakterine uyduğunu geçirmiştir.

Uçma düşleri kişiden kişiye, düştten düşe farklılıklar gösterir. Uçuş şekli, en fazla “Süpermen gibi” yüzükoyun, sonra oturarak ve ayakta olarak ifade edilmiştir. Bir istisnayı, rahatça arkaya kaykılarak uçan Vincent Bijlo’dan duyarız. İlk başlangıçlar da değişiktir. Uçma düşleri çocuklarda çoğun, Arnold-Forster’ın merdivenden aşağı süzülürme duygusu ile başlar. Kimi yetişkinler merdiveni fırlatma rampası gibi kullanır. Diğerleri bir tepeden koşup atlar ve kanat çırpmaya başlar. Kimilerine de uçmaya başlamak için bir sıçrayış yeter ya da uçuşları bu yaylanır gibi uzun sıçrayışlarla sürer gider. Bazısı rüzgârdan faydalanır, kendilerini yelken gibi açar, havada öyle süzülür. Uçmanın sebebi çoğunlukla yaklaşan bir tehlikedir. Bir köpek belirir, peşinize düşmüştür, durum ne denli talihsiz gibi görünse de aklınıza birden bunun düş olması gerektiği ve uçarak kaçabileceğiniz gelir. Berrak düşün yarı karanlık mantığı içinde, tehlike gerçek olmadığı halde, dâhiyane bir düşünceyle paçayı kurtarmışsınızdır.

Kültürlerarası karşılaştırma araştırmaları uçma düşleri için ne yazık ki pek fazla yapılmamıştır. Gene de antropolojinin İngiliz öncülerinden Seligman, dünya çapındaki ağına bilgi sağlayan yerel kaynaklar sayesinde bu konuda elde ettiklerini 1924’te yayımlamıştı.<sup>4</sup> Uçma düşleri istisnasız her kültürde olumlu olarak yorumlanmıştır. Günümüz Zimbabwe’sinden Bakaonde kabilesinde, uçma düşü uzun ömür anlamına geliyordu. Hindistan’daki Naga kabilesi, kabilenin gençlerinin bolluk ve bereket içinde yetişmesine yorardı bunu. Endonezya’nın Java adasında uçma düşleri, tıpkı Çin’de olduğu gibi mutluluk anlamına gelmekteydi. Seligman, psikanalistlerin –ileride de görüleceği üzere– uçma düşlerine cinsel bir yorum getirdiklerini biliyordu, ancak uçma düşünün boşalmanın girizgâhı olarak görülmesiyle bir tek Tirol’de karşılaşmıştı. Söz konusu bilgiyi veren kişi, “Dr. Röck, kendisi de Tirollü olan bir Viyana Müzesi çalışanı” idi.<sup>5</sup> Yakın dönemde yapılmış benzer karşılaştırma araştırmalarında, uçma düşlerinin eşit oranda olmamakla birlikte her yerde

görülmekte olduğu saptanmıştır. Japonlar Amerikalılardan daha fazla uçarlar düşlerinde, en azından 1958'de öyle bildirilmişti.<sup>6</sup>

Uçma düşleri nadirdir ve düş görenlere pek adil paylaştırılmaz. 1900 düşün yer aldığı bir günlükte hepi topu 22 tane uçma düşü bulunmuştur; yüzde 1'den biraz fazladır bu.<sup>7</sup> Başka araştırmalarda daha düşük yüzdelere rastlanmıştır. Ancak gene de araştırmaya katılanların yaklaşık yarısı, uçtukları ya da havada süzöldükleri bir düşü bir vakitler görmüş olduklarını bildirmişlerdir. Görünen o ki, genellikle o bir kereyle kalınır ve bu düş unutulmaz; gelgelelim diğer düş türlerinin koca kitlesi içinde sayısal olarak çabucak gözden yiter. Düş araştırmacıları Schredl ile Piel'in sonuçlarını bir araya getirdiği dört büyük araştırmada<sup>8</sup> 6000 katılımcıdan yüzde 8 kadarı son aylarda bir uçma düşü görmüş olduğunu bildirmişti. Erkeklerle kadınlar eşit oranda uçma düşü görüyordu. Yaşla birlikte, görülen uçma düşünde azalma oluyordu: Yirmili yaşlardakilerde bu yüzde 10'un üzerindeyken, altmışlı yaşlarda yüzde 5'in altına düşüyordu. Söz konusu özgün araştırmalar 1956, 1970, 1981 ve 2000 yıllarına aitti ve ilginç bir şekilde, uçma düşü yüzdesi istikrarlı olarak yükselmekteydi. Schredl ile Piel bunun uçakla seyahatin artmış olmasının bir sonucu olabileceğini düşünüyordu.

Schredl 1984'te bir düş günlüğü tutmaya başlamıştı. O zamanlar yirmi iki yaşındaydı ve on altı yıl boyunca günlüğe yazmayı sürdürdü.<sup>9</sup> Bıraktığında koleksiyonu 6701 düş içeriyordu. 115 düşte (yüzde 1,7) herhangi bir araç yardımı olmaksızın uçuyordu. Uçma düşlerinin anlatımı ortalama olarak diğer düşlerinkinden daha uzundu. Başka bir araştırmada da aynı sonuca ulaşıldı: Uçma düşü kendisini öykü olarak daha iyi anlattırıyor, düş gören kişi de buna zaman ayırıyordu. 21 düşte Schredl'in uçuşuna başka birisi de eşlik ederken, 44 düşünde uçuşu başkaları tarafından izlenmekteydi. İki düşte, kimsenin kendisini görememesi için önlem almıştı: birincisinde yasadışı yollardan bir sınırı geçmek için, ikincisinde ona bakıp da uymasının sırrını öğrenmesinler diye. 31 düşünde uçmak için hangi "tekniki" kullandığını yazmıştı. Çoğunda (20 düşte) odaklanma ve (10'unda) yüzme hareketleriydi bunlar.

1996'da Schredl berrak düş görmeye ilgili bir seminere katıldı. Bunun ardından, hep olduğu üzere, berrak düşlerinin sayısı hızla

arttı. 1996'ya kadar uçma düşleri nadiren berrak düş biçiminde ve yüzdesi yarım ile iki arasında değişirken, seminer sonrasında 1998 yılına kadar uçma düşlerinin yüzdesi sekizi geçmişti. Artışı sağlayan berrak uçma düşleriydi; berrak olmayan uçma düşleri gene yüzde yarım ile iki arasında dalgalanmaktaydı. Bu iki tür uçma düşünün ayrılması birkaç farkı gün ışığına çıkardı. Berrak olanlarda, Schredl genellikle yüzükoyun uzanıyor ve dingin yüzme hareketleri yetiyordu. Berrak olmayanlarda, oturarak ya da ayakta uçuyor ve yoğun konsantrasyona gerek duyuyordu. Berrak düşlerde uçma genellikle uçmaya karar vermenin neticesinde olurken, berrak olmayanlarda koşma, zıplama ya da takip edilme sonrasında başlıyordu. Berrak düşlerdeki uçuşlara nadiren başkaları eşlik ediyordu. Her şey göz önüne alındığında, özgürlük duygusu ve çaba harcamaksızın süzülme özellikle berraklıkla ilintili gibi duruyordu. Demek ki daha önce bahsedilen araştırmalardaki uçma düşleri yüzdesinin yükselişi, uçakla seyahatin artışına bağlı olmak zorunda değildi. Bu pekâlâ, berrak düş görmeye olan ilginin olağanüstü çoğalıp tekniklerinin uygulanması sonucu da olabilirdi.

1970'lerde uçma düşlerini yaratıcılıkla bağdaştırma denemeleri de oldu.<sup>10</sup> Uçma düşlerinin beynin yaratıcı sağ yarısından doğuyor olabileceği düşüncesiyle, bu düşleri daha sık görenlerin daha çok solaklar olup olmadığı araştırıldı: Doğru olmasa da, solaklığın sağ yarımkürenin başatlığından kaynaklandığından yola çıkılıyordu. Ama sağ elini kullananların solaklarla eşit oranda uçma düşü gördüğü saptandı. Müziğe, tiyatroya, resme yatkınlıkla uçma düşleri arasında bir ilişki bulunamadı. Yalnız, uçma düşü gören insanlar yaşamlarındaki olaylarda dış koşullardan çok kendi bakış açılarının önemli olduğuna, dış koşulların etkisinin fazla olmadığına daha çok inanıyordu. 2007'de Schredl 444 üniversite öğrencisinde uçma düşlerinin kişilikle ilişkili olup olmadığını ölçtü.<sup>11</sup> Önlerine kişiliğin beş temel özelliği sayılan ve "Beş Büyük" olarak anılan özelliklere dayanan bir soru listesi koydu: dışadönük/içedönük, yeni deneyimlere açık/kapalı, duygudurum olarak dengeli/dengesiz, sevimli/sevimsiz ve titiz/dağınık. Sonuçlar, uçma düşü görenlerin içedönük oldukları ve görece dengeli ve rahat bir yaşam sürdükleri yönündeydi.

## Uçaksız Çok Daha Güzel

Freud kendi deneyimi dışındaki düşlere pek ilgi göstermezdi. Ve kendisi hiç uçma düşü görmemişti. Ona kalırsa bu düşler çocukken bir erişkin tarafından havada uçurulma oyunlarından hatırlananlardı. Dayılar, amcalar bir kerecik de olsa, yeğenlerini yükseklerle kaldırmış, düşürürmüş gibi yapıp tutmuştur ne de olsa: “Çocuklar sevinç çığlıkları atar o zaman, tekrarlanmasını isterler bıkip usanmadan, özellikle de bu kendilerinde biraz korku ve baş dönmesi yaratmışsa. Yıllar sonra bunu düşlerinde yinelerler, ancak bu kez serbestçe uçabilmek, düşebilmek için geçmişte kendilerini tutan elleri terk etmişlerdir.”<sup>12</sup> Düşün gizli içeriği kuşkusuz cinsel karakterdedir. Freud’un en sadık öğrencilerinden Wilhelm Stekel, 1921’de, sahneye çıkan bu “cesur uçmanların” erken, bebeklik dönemlerine ait dilekleri doyurmaya çalıştıklarını da ekleyerek buna katılmıştır.<sup>13</sup>

İlk kuşak psikanalistler açıklamaları genişlettikçe genişletmiş, öyle ki bazı açıklamalar birbirlerini dışlar duruma gelmiştir. Jung yerçekiminin alt edilmesini hayattaki dertlerin alt edilmesi olarak görüyordu. Adler bunun, düş görenin kendini başkaları karşısında yükseltme isteğinden kaynaklandığına inanıyordu; uçmak başkalarına üstünlük kurma özleminden geliyordu, “birini gölgede bırakmak” deyimi öylesine uydurulmuş olmasa gerekti.<sup>14</sup> Bu açıklamalar yüz yıl sonra bile hâlâ capcanlıdır, internette düş yorumu arayanlara çok tanındık gelecektir. Yine internette karşılaşılabilen yorumlar arasında, sıkıntılardan kaçma, iktidarsızlık korkusu, onuruna aşırı düşkünlük, hayranlık duyulma ihtiyacı, günlük sorumluluklardan kurtulma arzusu ve benzerleri yer alır. Uçma düşlerinin yorumu çoğunlukla incelikten uzaktır.

Psikanalitik açıklamaların ender örnekleri arasında Paul Federn’e ait bir tanesi ilgi çeker. 1914 yılında Federn uçma düşünüy, kendisi de yerçekimine meydan okuyan ereksiyonla ilişkilendirmişti.<sup>15</sup> Sabahları uçma düşlerinden hep ereksiyonla uyanması dikkatini çekmiş olan Norveçli psikolog Mourly Vold’un da üstünkörü bundan bahsetmiş olmasını hipotezinin teyidi olarak görmüştü. Kuşkusunu derinleşince Federn çevresindekilere konuyu açmaya başlamış



ve meslektaşı Dr. Tausk'tan, psikanaliz seanslarına katılan iki kadın hastasının uçma düşlerinden kabarmış klitoris hissiyle uyandıkları bilgisini edinmişti. Bu gözlemler aslında doğrudur. REM uykusuna erkeklerde ereksiyon, kadınlarda vajina çeperinin kanlanmasıyla artış eşlik eder. Uçma düşleri uykunun REM evresinde görülür.<sup>16</sup> Federn ve meslektaşlarının bildirdikleri ereksiyonlar demek ki yalnızca uçma düşlerine değil, REM uykusundaki tüm düşlere eşlik etmektedir. Ne ki REM uykusunun bütün periyotları içinde en sonuncusunda en güçlü ereksiyon ortaya çıkar: Düş görenlerin hangilerinin erekte penisle uyandığı önünde sonunda dikkat çekmiş olmalıdır. Federn'in bulgularını işittiğinde Freud'un kafasında, uçma düşlerine ait açıklama tamamlanmıştır: Bu ereksiyonlar düşün gizli içeriğinin cinsel yanının altını çizmiştir. *Düşlerin Yorumu*'nun bir sonraki basımında, uçma düşlerinin ereksiyon düşü olduğunu keşfeden kişinin "P. F." olduğunu belirterek onu onurlandırır.

Bunun berrak düşlerle bir ilişkisinin olabileceği bütün psikanalistlerin gözünden kaçmıştır. Uçma düşleri ve analizi konusunda en zengin kaynağın, berrak düşe adını da vermiş olan Frederik van Eeden'a ait olması tesadüf değildir.

Van Eeden yüzlerce uçma düşü görmüştür. Düşte uçma ve süzölmeye dair ilk notları Mart 1876 tarihlidir. O sıralar on beş yaşındadır henüz ve uçsuz bucaksız bir suyun üzerinde nasıl süzöldüğünü, bu tür düşlerde nasıl "sonsuz bir mutluluk" duygusu yaşadığını günlüğüne not düşmüştür.<sup>17</sup> Son notu ise Ekim 1919 tarihini taşır. Van Eeden düşünde Fransız meslektaşı yazar Péguy'a havaya yükselme yetisinden bahsettiğini yazar. Gerçekten havada süzöldüğünü kanıtlamak için, Péguy'dan eline bir değnek alıp ayaklarının altından geçirmesini istemiştir. Düş defterlerinde berraklık konusuna ciddi bir eğilimlik görülür. "Berrak" düş görmek Van Eeden'ın en çok yapmayı sevdiği şeydir. Uykuya dalmadan önce buna odaklandığı, hatta bunun için bazen dua ettiği olur. Berrak düşler çoğunlukla ancak şafak sökerken, bazen karanlık, karmaşık düşlerle dolu bir gecenin sonunda gelir; fakat görmüşse eğer, Van Eeden bunu bir armağan gibi kabul eder ve gördüklerini en ince ayrıntısına değin defterine kaydeder.

Berrak düşlerle uçma düşlerini Van Eeden sıklıkla birlikte görür; bunların ortak özelliği, genellikle asude havaları ve sabaha doğru görülmeleridir. Uçmak hiçbir zahmet vermez. Bir keresinde yelken olarak kullandığı mendili dışında Van Eeden herhangi bir nesneye ihtiyaç duymadan uçar. Uçarkenki hareketleri daha çok yüzme hareketlerine benzer. 1902 Ocağında bir düşünde odada uçtuğunu görür. “Duvarı ya da yeri usulca iterek havada tüy gibi, elastik hareketlerle süzülüyordum.”<sup>19</sup> Günümüz insanı belki bunu uzayda astronotların kapsül içindeki süzülme hareketlerine benzetecektir, ancak Van Eeden bu havada süzülüşleri en çok kendini bıraktığında suyun vücudunu kaldırmasına benzetir. Gelgelelim havada epey bir nız yaptığı uçma düşleri de vardır. 1908’de altında bir arabanın gittiğini görür. Bir süre yanında uçar arabanın, tahminince saatte 25 kilometreye ulaşmıştır hızı.<sup>20</sup> Devam etse, daha bir saat öyle uçabileceği izlenimiyle uyanır. 1910’da, “büyük bir hızla, bir bisikletlinin yanından uçarak geçip gider”.<sup>21</sup>

Uçma düşlerinin yüce, büyüleyici bir atmosferi vardır. Uçarak üzerinden geçtiği kırların, kentlerin, tüyden hafifliğin, zihin açıklığının, berraklığın keyfini çıkarır. Duyuları gündüzün olduğundan adeta daha açıktır. Renklerin en güzellerini görür. Vadilerin derinliklerinde, uyanık olsa dikkatinden kaçacak en ince ayrıntıları, çok özel bitkileri, ilginç biçimdeki kristalleri seçer gözleri. Bir ağacın yanından geçtiğinde, dalların aralarındaki perspektifin değiştiğini, görme yetisinin bunu uyanıkken kesinlikle başaramayacağını, düşünün içinde fark eder. Düşü duysal anlamda, gündüzün sahip olmayacağı bir gerçekliğe sahiptir.

Uçma düşlerine bir dokunulmazlık duygusu da eşlik eder: Hiçbir şey olmayacaktır ona. Tıpkı Mary Arnold-Forster gibi, tehlike ânında kaçabilmek için uçmaya başvurur. 1915 Temmuzunda, en büyük gençlik aşkı, 1879 yılında onu terk eden Henriette Ortt’la ilgili mahrem bir düş görür (ona karşı kini hayat boyu bitmeyecektir).<sup>22</sup> “Güzel ve sıcak”tır düşü, derken “müthiş kıskanç bir adam çıkar ve onu ölümle tehdit eder”. Kumul tepelerine doğru kaçarken birden aklına uçabildiği gelir: “Kendimi boşluğa bıraktım ve kolaylıkla kurtuldum adamdan.”<sup>23</sup> Başka bir düşünde de aynı şekilde bir köpekten kaçır.

Düşünceleri uçarken arı ve yücedir. Yarım asırlık uçma düşleri içinde yalnızca bir tanesi Van Eeden'in hep korkageldiği ve en fenası "ihtilam"la sonlarına ihtimali yüksek bir "düş azması"na dönüşür. 1907 Eylülünde Bern'de birkaç gece üst üste korkunç düşler görmüştür; sonra düşünde süzülürken "kaba saba bir kadın"la karşılaşır. Düşü, Van Eeden'in daha fazlasını anlatmadığı "çirkin bir müstehcenliğe" kayar.<sup>24</sup> Havada süzülmenin müstehcenlikle birleşmesi daha önce hiç karşılaşmadığım ve bir daha asla tekrarlanmayacak bir durumdu, diye yazar düş defterine.

Uçmak tamamıyla doğal bir şeymiş gibi hissedilir. Aynı zamanda, uçmanın başkalarının gözünde hayrei verici bir eylem olması gerektiği düşüncesi –düş sırasında– idrak edilir. Bir gece, çocukluğunu geçirdiği Haarlem sokaklarından süzülerek geçerken, toplanmış kalabalığı uçma numaralarıyla hayretler içinde bırakır. 1914 baharında Rotterdam semalarında süzülürken, bir sirkte sergilerse bu numaralarını paraya dönüştürebileceği gelir birden aklına. Yakınlarda kurulu bir sirk olup olmadığını sorar gördüklerine. Söylenen adresi tam anlayamaz, aramayı sürdürürken aklına güzel bir sirk numarası gelir: "Çadırın en tepesine gerili telde yürürüm, cambaz gibi, derken kazara ayağım kaymış gibi yapar, sonra da havada süzölmeye başlarım."<sup>25</sup>

Uçma düşleri Van Eeden'da her şeye muktedir olma ve bir üstünlük duygusu doğurur. Uzun atlama yarışmalarında olağanüstü atlayışlar yapar. Yolu kısaltmak için bir kanalın üzerinden uçar. Uçmayan biri kendisine eşlik ediyorsa, o kişinin yetişmesi için uzun uzun beklemesi gerekir. Bir keresinde düşünde oğlu Paul'u sırtına bindirip uçurduğunu görür. 1909'da, Federn'in beş yıl sonra yayımlayacağı kuramına kritik bir düşle katkıda bulunmak istemiş gibi, su üzerinde "kınından sıyrılmış bir Japon kılıcıyla anadan doğma" süzölür.<sup>26</sup>

Bütün bu uçma düşlerindeki paradoks, diğer bütün fizik yasalarına harfiyen uyulurken, bu düşlerin yerçekiminin geçerli olmadığı bir evrende geçmesidir. Van Eeden camdan geçemez sözgelimi, pencereyi açması gerekir her seferinde. Adeta kalkış için açık araziye ihtiyaç duyan bir uçak gibi, havalanış esnasında telgraf tellerinin kendisine engel olduğu düşleri vardır. Havacılık tarihinin ilk dö-

nemlerinde, “gerçek uçuşların” onun düşlerine de sızdığı görülür. Hollanda’da ilk uçak 1909 yazında havalanır. Brabantlı şeker fabrikatörü Heerma van Voss, şirketinin kırkıncı yılını Fransız bir “havacı”ya Etten-Leur yakınlarındaki Klappenbergse Heide’de uçuşlar yaptırarak kutlar. Bunu izleyen aylarda Hollanda’nın birçok yerinde benzeri gösteri uçuşları yapılır. Van Eeden’in kendisi hiç uçmamıştır, gelgelelim bir makine ile uçmanın düşte uçmanın yerini tutamayacağını adı gibi bilmektedir. Mayıs 1910’da berrak bir düş görür: “Tath, nefis. Sevgili zevcemle düşümde uçuyordum. Kollarıma almıştım onu. Böyle uçaksız uçmak çok daha güzel, dedim yüksek sesle ya da içimden.”<sup>27</sup> Gene de Van Eeden için uçma düşleri, insanoglunun gerçekten uçabildiği andan itibaren büyüünden bir şeyler yitirmeye başlamış gibidir. 1911 Kasımında gördüğü bir uçma düşü sonrası şöyle yazar: “O dikkate değer heyecan, o hoş his uçaklar yüzünden kısmen kayboldu. Hayret verici çok fazla yanı kalmadı artık. Düşümde hakikaten böyle bir hayal kırıklığı hissettim.”<sup>28</sup>

Araç yardımıyla uçmak Van Eeden için düşlerde uçmaktan çok farklı bir kategoriye aitti. Ne var ki kendi uçma düşlerinde kanatların hiç yer almaması dikkat çeker. Yüzyıllar boyu uçma arzusu hep kanatla ilişkili olagelmıştır. İkarus efsanesinden meleklerin uçuşlarına, uçma hep kanatlarla gerçekleşir. Wright Kardeşler’den önceki mucitler de hep kuş kanadı taklitleriyle kanat çırpmıştır. Oysaki uçma düşlerinde neredeyse hiç kanat olmaz. Nevi şahsına münhasır Fransız psikanalist Gaston Bachelard, “Uçma düşlerinde kanatlarla uçulacak olsa, bu uçmaya dair değil düşmeye dair bir düş olurdu,” demiştir.<sup>29</sup> Van Eeden’in anlattığı gibi, o da düşte uçmak için ellerini, ayaklarını kullanmıştır; hafif bir itiş süzülme için yeterlidir. Kanatlar uçma düşlerinde görülecek olsa bile, diye düşünüyordu Bachelard, bunlar daha ziyade gece habercisi Merkür’ün topuklarındaki sembolik kanatlara benzer.

Van Eeden’in berrak düşleri birkaç gece uçma düşü görünce ortaya çıkar, berraklığın kendisi çoğun havada süzülme duygusuna eşlik ederdi.<sup>30</sup> Van Eeden’in bir istisna olmadığı artık biliniyor. 1991’de Harvard Tıp Fakültesi araştırmacılarından Deirdre Barrett 191 düş günlüğü incelemişti.<sup>31</sup> Her bir günlüğün ilk on düşü, uçma ve berraklığa atıf açısından gözden geçirilmişti. Berrak düşlerde ol-

dukça sık, kişinin düşünde uyandığını ya da uyuduğunu gördüğü olur. Berrak düş gören on kişiden altısı uçma düşü görmüştü. Düşünde uyandıklarını bildirmiş olanların (dokuz kişi) ve uyuduklarını söyleyenlerin de (yedi kişi) dördünün düşü uçma düşüydü. Düşünde uyandığını ya da uyuduğunu *görmemiş* olan 182 kişininse yalnızca 13 tanesi yani yüzde yedisi uçma düşü görmüştü. Demek ki uçma düşleriyle berrak düşler hep birlikte görülüyor değildir, ne var ki örtüşme tatmin edicidir.

### Lord Kelvin

Bazı düş görenler uçma esnasında bunun bir açıklamasını arayacak denli berrak bir zihne sahip oldukları hissine kapılıyordu. Bu aydınlanmalardan çıkan fikirlerin akıbeti nadiren iyi olmuş, hatta aslında hiç iyi olmamıştır. 1825'te Fransız avukat ve gurme Jean Brillat-Savarin yerçekimi yasasından nasıl kurtulacağını bir gece keşfettiğini yazmıştı.<sup>32</sup> Harikuladeydi: Havada süzülebiliyor, yükselebiliyor, dalıyor, ne istiyorsa yapabiliyordu. Bunu daha birçok insanın düşünde yaşamış olduğundan emindi, ama bu düşün özel olan yanı, *nasıl* uçabildiğini kendine de kesin olarak anlatabilmiş olmasıydı. Çok basitti aslında. Daha evvel hiç kimsenin bunu anlayamamış olması tuhafına da gitmişti. Gelgelelim uyandığında yalnızca sonuç kısmını hatırlayabilmiş, açıklamanın kendisi belleğinden bütünüyle silinip gitmişti. Artık tek umudu, bir gün bir başka dâhinin bu sırrı keşfetmesiydi; bu beklentiyle notlarının altına –avukattı nihayetinde– her ihtimale karşı adını da yazmıştı: Brillat-Savarin. Uçmanın sırrıyla anılmayı başaramamış olsa da daha sonra bir Normandiya peynirine verilmişti adı.

Mary Arnold-Forster da düşünde bu muammanın çözümüne vâkıf olmuştu ve bereket, uyanınca bunu hatırlamayı becerebilmişti. Düşünde Kraliyet Derneği'nin bir törenindeydi. Eniştesi, Lord Kelvin ve başka birkaç üyeye onun uçabilmesini konuşuyordu; sonra bunu nasıl yaptığını beylere açıklaması için onu yanlarına çağırıyordu. Bunun açıklamasını kendisinin de bilmediğini ama dilerlerse bir gösteri yapabileceğini söylüyordu Arnold-Forster tevazuyu el-

den bırakmadan. Sonra tavana doğru süzülüyor, orada birkaç tur atıp aşağı indiğinde, ayakları yere değmeden nasıl ilerleyebildiğini gösteriyordu. Bilginler gösteriyi yarı kuşkulu sözlerle değerlendiriyor, işin içinde mutlaka bir numara olduğunu söylüyorlardı. Lord Kelvin'in ağzından ise tek bir kelime çıkmıyordu. Söz aldığı anda, uçma yetisini aslında pek öyle şaşırtıcı bulmadığını söylüyordu. Doğrudan Arnold-Forster'a dönüp şöyle diyordu: "Muhtemelen yerçekimi yasası burada geçici olarak kaldırılıyor. Bu yasanın uçmanız esnasında sizi etkilemediği çok açık."<sup>33</sup> Diğerleri de ona katılıyorlardı başlarını sallayarak; muammanın çözümünün gerçekten bu olması gerektiğini düşünüyorlardı.

Bır kuram arayışı düş yaşamının dışında pek ilerleme şansı bulamamıştır. Tıbbi araştırmalar herhangi bir açıklama getirememiştir. Uçma düşlerine yol açan ya da onları yok eden bir beyin hasarı tanımlanamamıştır. Aynı şekilde bu, ilaçlarla da sağlanamamıştır. Bazen yan etkileriyle kâbuslara yol açan ve bu tür düşlerin fizyolojisini anlamaya olanak veren kimi ilaçlar olsa da, uçma düşlerine hiçbir farmakolojik ajan etkide bulunamamıştır.

Şu an en inandırıcı açıklama Allan Hobson'ın ileri sürdüğü ve Aktivasyon-Sentez kuramının bir parçası olan değerlendirmelerinde yatar.<sup>34</sup> Düş esnasında beden hiç hareket etmeden yatakta yatarken bir sürü şey yaşanır. Düş gören bisiklete mi biniyor, yürüyor ya da yüzüyor mu fark etmez, tek bir kası bile oynamaz. Beynin frontal bölümü olan biteni kavramaya çalışır ve bu muammaya mantıklı bir çözüm gibi görünen bir öykü dokur. Kılını bile kımılatmadan nasıl hareket eder insan? Havada süzülerek.

Uçma düşlerinin ancak şafak sökerken görülmesi, bu kuramın mantıklı bir sonucu olsa gerektir: REM uykusunda olunduğundan, bilinçli hale en yakın duruma yaklaşılmıştır ve düşteki eylemlerle hareketsiz beden uyumsuzluğu en üst seviyeye çıkmıştır. Uçma düşlerinin hissediliş biçimi de, aktif düş yaşamı ile derin bir dinlenmeye çekilmiş hareket sistemi arasındaki bu ince ilişkiyle uyumludur. Goethe hareketsiz bir bedene yaraşan bir soğukkanlılıkla odasında sakın sakın turlar atmaktaydı havada. Van Eeden bir arabayla aynı hızda, bir bisikletliden daha hızlı gittiği halde, uçuşan saçlardan, çırpınan pantolon paçalarından bahsetmiyordu; uçmak, saatte 25 kilo-

metrelik o olağanüstü hıza ulaştığı halde adeta durağan gibiydi. Devam etse daha bir saat öyle uçabileceği izlenimiyle uyanması da bundandı. Kıyıların, kumul tepelerinin, ormanların üstünden uçarak ilerlemesi, onun hareket etmesinden ziyade bu manzaraların onun altından kaydırılarak hareket ettirilmesi gibiydi adeta. Aynı durum Mary Arnold-Forster'ın havada süzülmesi için de geçerliydi. Dimdik ayaktayken Oxford Caddesi'nin kaldırımı üzerinde yerden on santimetre havada, yayaların arasında, sanki kartondan bir figür dekor boyunca kaydırılmış gibi ilerlemekteydi. Kendisi hareketsizken hareket etmek zorunda olan bir bedenin beyinde doğuracağı algı bu olmalıdır. Kim bilir belki de Lord Kelvin tamamıyla haksız değildi yerçekiminin geçici olarak kaldırıldığını söylerken. Hareketsiz bir hareketli yalnızca uçmayı ve süzülmeyi *görebilecektir* düşünde.

Gelgelelim, düşler üzerine geliştirilmiş kuramlarda hep olduğu üzere bu açıklamanın da bir pürüzü vardır. Neticede kas faaliyetinin bloke olduğu uyku evresinde, görülen her uçuş düşünün dışında onlarca düş daha görülür. Bunların çoğunda ise düş gören hareket edebilmektedir. Tam da bu havada süzülme hissine sebep olan başka bir faktör daha olmalıdır. Henüz devam eden bir araştırmaya göre, iç kulaktaki denge organının bunda rol aldığı ileri sürülmektedir. Bazı kişiler uçuş düşünü yalnızca kulakları tıkalı ya da iltihaplı iken görmektedir. Hobson'ın açıklaması uçuş düşü üzerine son söz olamaz.

# Gece Utancı! Gece Utancı!

## Çıplaklık Düşleri Üzerine

FREDERİK VAN EEDEN 1914 yılında Sigmund Freud kadar ünlü değildi, ama aradaki fark o denli büyük değildi. Sosyal reformcu ve yazar olarak uluslararası çaptaki ününden memnundu Van Eeden. Yapıtlarının çoğu başka dillere çevrilmişti. Amerika, Almanya, Avusturya ve İskandinavya'da dizi konferanslar vermişti. 1912'de İsveç'te üst düzey bir meslektaşından Nobel Ödülü için ciddi bir şansının olduğunu duymuştu. Ruhsal Araştırmalar Cemiyeti (Society for Psychical Research) 1913'te düşler üzerine bir konferans vermek üzere kendisini Londra'ya davet etmişti. İnsanın düş görürken düş gördüğünü idrak ettiği "berrak düş"e adını bu konferansta vermişti.

O sırada Freud yetmiş beş yaşında olmasına rağmen, dünya çapında artacak şöhretinin henüz ilk basamaklarındaydı. Anıtsal yapıtı *Düşlerin Yorumu* 1900'de yayımlanmış, ne ki 600 adetlik ilk basımının tükenmesi için dokuz yıl geçmişti. İngilizce çevirisinin çıkması 1913 senesini bulmuştu. Avrupa'nın önde gelen entelektüellerinden biri sayılması için daha seneler geçmesi gerekecekti. Ömrünün son demlerinde Einstein'la dünya barışı için mektuplaşan biri olacaktı, ama Birinci Dünya Savaşı öncesindeki yıllarda –tıpkı Van Eeden gibi– kuramları büyük kitlelere ulaşmamış, kitaplar yazan bir asabiyeciydi.

Van Eeden bu kuramlardan başta, lisanı münasiple, rahatsızdı. 1910 yazında günlüğüne not ettiği gibi, Freud'un "yüksektekini aşı-



ğidakinden türetmeye çalışması” sinirine dokunuyordu. Yazdıkça da bu konudaki öfkesi artıyordu: “Freud’un ince, yüksek hisler gibi bir kaygısı hiç yok; kurbanlarını –güya iyileştirmek maksadıyla– kaba, yontulmamış bir terbiyesizlikle açmılıyor.” Sözlerini, “alaycı, ahlaksız bir ruh”la karşı karşıya bulunduğumuz saptamasını yaparak bitiriyordu.<sup>1</sup>

Gelgelelim, 1914 Şubatında, Avusturya’da verdiği konferanslar esnasında uğradığı Viyana’da bizzat o ahlaksız tarafından akşam yemeğine evine davet edildi. O andan itibaren her şey farklılaştı. “Hayatta gördüğüm en sevecen aile, medeni ve hassas, saf, mümtaz bir ortam.” Freud kendisine arkeoloji koleksiyonunu gösterdi. “Şahsen, ailesiyle birlikteykenki halini görmedikçe Freud’un değeri bilinmez,” diye düşündü Van Eeden. “Asil bir karakter, iyi bir insan.”<sup>2</sup> Tekrar Bussum’e evine döndüğünde *Frankfurter Zeitung* gazetesi için psikanaliz hakkında hayranlık dolu bir makale kaleme aldı.<sup>3</sup>

Freud, Van Eeden’in 1875’ten beri günlüğüne not ettiği ve yayımlamadığı düşlerinden hiçbir zaman haberdar olmayacaktı. Ne var ki *Düşlerin Yorumu* çıktığında, Van Eeden kendini ancak 1900 yılında basılacak bir kitaba girecek düşleri yazmak için çeyrek yüzyıl geceli gündüzlü uğraşmış gibi hissetmiş olsa gerek.

### Çıplak Olmaktan Utanma Düşleri

Bir görüntü parçasından fazlası değildir çoğun: İnsanların arasında-sınızdır –hemen hemen hep de tanımadığınız kişiler olur bunlar– derken birden çıplak yahut yarı çıplak olduğunuzu fark ediverirsiniz. Bir tek siz. Müthiş bir utanç kaplar içinizi. Gelgelelim kimsele- rin umurunda değil gibidir bu durum. Kimse size örtünesiniz diye bir ceket falan tutmaya koşmaz ya da alelacele sizi odadan çıkar- maz. Sizde de çıplaklığınızı örtmek gibi bir çaba olmaz. Olduğunuz yere mihlanmış kalmışsınızdır. Düş öylece bitiverir çoğu zaman. Düşten geriye, duyduğunuz utancın anısı ile çevrenizdekilerin kaygısızlığı kalır.

Bütün düş türleri içinde çıplaklık düşü belki de en uçucu olanı- dır. Uzun bir öyküsü olmaz. Çıplaklık düşünde kişi, giysilerini ne-

reye çıkardığını bilmek şöyle dursun, soyunduğunu dahi hatırlayamaz. Çıplaklık düşün içinde fark edilir, izahı yoktur. Çıplaklığın sebebi, öncesindeki erotik bir bölüm olmadığı gibi, çıplaklık düşü hiçbir zaman erotik düşe dönüşmez. Her iki taraftan da sınırlanmıştır.

Freud çıplaklık düşlerini “tipik düşler”den saymıştır.<sup>4</sup> Çıplaklık düşününü yorumladığı bölümler düş yorumlarında en az empati kurduğu bölümlerdendir. Görünür düş bir utanç hissi uyandırır da düşün gerçek anlamı, görenin aslında çıplaklığını göstermek istediğini ortaya koyar. Gizli çıplaklık düşü teşhircidir. Düş, utanmadan çıplak dolaşılabilen çocukluk dönemine dönüş isteğini doyurur.

Freud analizini “Çıplak Olmaktan Utanma Düşleri” başlığı altında aktarmıştır; çıplaklık düşününü karakterize ederken verdiği örneklerden, çıplaklığı değil özellikle utanmayı kastettiği anlaşılmaktadır. Bir çıplaklık düşünde bir kadın kombinezonuyla duruyor olabilir. Hatta tamamıyla noksansız olmayan bir üniforma bile – “Kılıcım olmaksızın caddede yürüyor ve bazı subayların bana doğru geldiğini görüyordum” – çıplaklık düşü olabilir.<sup>5</sup> Buna karşılık, çıplak olunan her düş de çıplaklık düşü değildir.

Frederik van Eeden’in düşleri Freud’un söz ettiği ayrımı açıklıyordu. Çıplak olup da hiç utanç hissi duymadığı düşleri de vardı, yarı giyinik olduğu utanma düşleri de. Bir uçma düşünde Frederik van Eeden su üzerinde “kınından sıyrılmış bir Japon kılıcıyla anadan doğma” süzülüyordu.<sup>6</sup> Raporunda utanma hissinden eser yoktur, daha ziyade bir savaşçının özgüveni vardır. Başka bir düşte çıplak falan değildir, ancak gene de tipik çıplaklık düşüne uyan duygular yaşamıştır. 1889 Mayısındaki bir düşte gecelikte yürüyüşe çıkmış olduğunun, çıplak bacaklarının farkına varır. İlk istifini bozmadan yürümeye devam etmek ister, sonra çekinir yine de, kendisini alıp eve götürmesi için bir fayton istemeye karar verir, Bay Swartbol adındaki bir ahabına rastlar, adam geceliğini görmez bile, yürümeye devam eder – “bense hâlâ geceliğimleydim.”<sup>7</sup>

Bir ay sonra çıplaklık düşündeki utanç için yeni bir ad “bulacağı” o düşü görür. Düşünde gazete okumaktadır. Başsayfada bir konser esnasında bayılan ve orada bulunan bir hekim tarafından yapılan iğneyle ayılan bir kadın hakkındaki yazı vardır. Enjeksiyonun anlatımında gözüne “çıplak göğüsler” sözcükleri çarpar.

Derken birden, aynı gazetenin üçüncü sayfasında, kalın kalın harflerle, olağanüstü bir açıklıkla yazılmış *Gece Utancı! Gece Utancı!* sözcüklerini okudum.

Anlamı, gecelikle veya çıplak görülmemek için gösterilen olağan insani edeplilikti. Kelimenin tam manasıyla, geceleyin olan ve yalnızca gece görülebilen şeyler için duyulan utançtı.

Bana çok çok tanıdık gelen bu sözün oluşumunu düşündüm.<sup>8</sup>

Bazı sözcüklerin var olması *gerekliydi*.

## Yanlış Adamlar

Rus filozof Ouspensky'ye göre çıplaklık düşlerinin karmaşık bir yoruma ihtiyacı yoktu, bunlara neyin sebep olduğu açıktı: yatakta soyunuk yatışı algılama. Düş gören, öyküde o an gerçekte nasıl bir durumdaysa öyle yer alıyordu. Kendisi, gece üşüdüğünde, sık sık çıplaklık düşü görürdü: "Soğuk, o anda üzerimde giysi olmadığını idrak etmeme sebep oluyor, bu algı düşüme giriyordu."<sup>9</sup> Çoğu şeyi açıklamayan bir açıklamaydı bu. O halde niçin daha sık çıplaklık düşü görmeyiz? Neden biri görür de diğeri görmez? Freud'un sandığı gibi "herkes arada bir görür" tezi doğru değildir. Hiçbir ankette yarıdan fazla bir oran çıkmaz. Psikolog Middleton 1933'te, çok sık görmeseler de, öğrencilerinden üçte bir kadının çıplaklık düşü görmüş olduğunu rapor etmişti.<sup>10</sup> Ayrıca kimi kültürel kötümserleri teskin etmek amacıyla, bu genç insanların düşlerine utanma duyusunun da eşlik ettiği konusunda okurlarını temin etmişti. 748 psikiyatri hastası ile yapılan bir araştırmada bu oran daha da düşük çıkmıştı: Beşte biri arada bir çıplaklık düşü gördüğünü bildirmişti.<sup>11</sup> Amerikalılarla Japonlar arasında 1950'lerde yapılan karşılaştırmalı bir araştırmada, "tipik düşler"de çok büyük bir farklılık saptandı.<sup>12</sup> Amerikalı erkeklerin hemen hemen yüzde ellisinin çıplaklık düşü deneyimi vardı. Japon erkeklerinse dörtte birinden daha azı hayatında bir çıplaklık düşü görmüştü. Kadınlarda yüzdeler daha düşük olmakla birlikte, Amerikalı ve Japon düş görenler arasındaki fark yine aynı şekildeydi. Bir utanç meselesi söz konusuymuş gibi değildi: Erotik düşler olsun, kişinin cinayet işlediğini gördüğü düşler

olsun, Amerikalılarda da Japonlarda da eşit oranda bildirilmişti. Bunun gibi farklılıklar da, yatakta tamamen veya kısmen çıplak yatmayı algılamamanın bir düşe dönüştürüldüğü görüşüyle güç bağdaştırılır.

Freud'un değerlendirmesinde utanmanın nedeni her seferinde düş görenin çıplak veya kısmen çıplak olmasıdır. Birçok dilde yoğun utançla ilgili deyimler, uygunsuz giyinmiş veya giysisiz olmaya işaret eder. Van Eeden'in "hâlâ geceliğimleydim" deyişinde de, bir nevi ele güne rezil olma anlamı yatar. İngilizcedeki *caught with your pants down* (külodu indirmişken yakalanmak; gafil avlanmak) deyimini için de aynısı geçerlidir; *to expose* fiili de, hem kişinin vücudunu teşhir etmesi hem de kirli çamaşırları ortaya dökmek anlamını taşır. Yabancı gözlerle kısmen veya tamamen çıplak görünmenin en acı verici deneyimlerden biri sayıldığı bir kültürde, çıplak düşlerle utanma düşlerinin neredeyse iç içe geçmiş olması gayet anlaşılır bir durumdur. Ne var ki, sınav düşleri nasıl okullarında sınav yapılan bir toplumda görülüyorsa, çıplaklık düşü de giysiyle örtünme kültürünü zorunlu kılar. Antropologlar, Gana'da tipik utanma düşünün ineklerce kovalanma olduğunu bildirmektedir.<sup>13</sup>

Freud sonrası yayımlanmış çıplaklık düşlerinin çoğu, belki sadece psikanalistlerce derlenmiş olmalarından ötürü hâlâ Freudcudur. Bunlar hastalarca anlatılmış, psikanalistlerce yayımlanmıştır. Kimi zaman bu çözümlemelerin Freud'un yıllar önce çizdiği çizgiyi izlediği görülür. Psikanalist Saul'un 1966'da tanımladığı on çıplaklık düşünün yalnızca üçünde düş gören çıplaktır.<sup>14</sup> Çıplaklık düşündeki "çıplaklık" daha ziyade uygunsuz kıyafettir. Yerine göre, işyerine pijamalarla gitmek ya da bir deniz subayı için, kafasında üniformasının şapkası olmadan güvertede durmak olur bu. Ne ki, istenmeden psikanalizin kendisinin yer almaya başladığı çıplaklık düşü yorumları da mevcuttur. Çıplaklık düşü, sadece yorumlaması için psikanaliste anlatılmış değil, psikanalistin bizzat kendisinin etkisiyle ortaya çıkmıştır.

Saul'un ele aldığı ilk çıplaklık düşü kısadır. Genç bir kadın anlatır: "Bir toplantıdayım, kısmen giyiniğim. Müthiş bir mahcubiyet hissediyorum ama diğer insanlar hiçbir şey yokmuş gibi davranıyor."<sup>15</sup> Bu düşten önceki terapi seansı çok duygusal geçmiştir. Ka-

dın hayatında ilk kez bir başkasına, hissettiği en büyük acının, annesinin aslında onu hiç sevmemiş olması olduğunu anlatmıştır. Hakkındaki böyle bir şeyi başkalarının bilmesini istemek şöyle düşünün, bunu kendine bile itirafa zor cesaret etmiştir. Düşünde çıplak ve incinmeye açık oluşu, diye açıklar Saul, terapistini de “başkaları” kategorisine koyduğunu gösterir, ki bir süre önce bu acı ve mahrem gerçeği ona duyurmuştur.

Psikanaliste böylece çifte rol yüklenmiştir – ya da kendisi üstlenmiştir. İçinde kendisinin de bulunduğu bir düşü yorumlaması gerekir. Kimi psikanalistler daha da ileri gider: Kendilerini çıplaklık düşünün en önemli kahramanlarından biri olarak görürler. Cornell Üniversitesi psikiyatri profesörlerinden Myers, başından geçen bir dizi mutsuz ilişki nedeniyle tedavi için kendisine başvurmuş yirmi yedi yaşındaki bir öğrencisini vaka örneği olarak sunar. Kendisine kötü davranan evli adamlarla gönül ilişkisi kurmuştur hep kadın. Hafta sonlarında, tatillerde yazgısıyla baş başa bırakılmış, hiçbir sevgili onun duygusal ihtiyaçlarını dikkate almamıştır. Kadın her seferinde farklı farklı durumlarda, tekrarlayan çıplaklık düşleri görmektedir. Bunlardan birinde ders dinlemektedir: “Hoca amfiye bir soru yöneltti, ben kalktım cevaplamak için. O zaman büyük bir utançla fark ettim ki belimden yukarısı çıplaktı. O sırada başka birisi de soruyu cevaplamak üzere ayağa kalktığından, ne hoca ne de amfidekiler bunun farkına varmış görünmüyordu.”<sup>16</sup>

Myers’in bu vakadan aktardığı üç düşün hiçbirinde –kadın sonuncu düşü, terapisinin beşinci (!) yılında görmüştür– çıplaklığının kimse farkına varmaz. Myers’a göre çıplaklık düşünün gerçek anlamı burada yatar: Utanma değil, çıplaklığa gösterilen kayıtsızlıktır önemli olan. Hasta en gizli sırlarını anlatır, psikanalistin tepkilerininse mesleki mesafeyle sınırlı olduğunu fark eder; sanki o da ilgi ve aşka duyduğu ihtiyacı dikkate almamış gibidir. Tıpkı o yanlış sevgililer gibi psikanalisti de ona kayıtsız davranmaktadır. Myers buradan, çıplaklık düşündeki bu hocanın, hem kendisi hem de hastası için, kadının gerçek hayattaki son sevgilisini temsil ettiği sonucuna varır. Makalesinin devamında, kadının çıplaklık düşlerini özellikle “hocadan ayrı geçirdiği hafta sonlarıyla tatillerde” gördüğünü de ifade eder.<sup>17</sup>

Ama Myers sorgusuna devam eder. Neden belden yukarısı çıplaktır? Neden üstsüzdür? Bir sessizlik yaşanır.

Sonra, dolgun göğüslerinin farkına varmamı arzuladığını söyledi. Bunu der demez ağlamaya başladı. Ağlaması geçtiğinde, ergenliğinde babasının ilgisini çekmek için sık sık sutyenle dolaştığını söyledi. O ise, başını gazetesinden ya da neyle meşgulse ondan kaldırıp da bir kez olsun bakmazmış. “Hayatımdaki kayıtsız erkek tipinin kaynağı o olmuş olmalı,” dedi, “ne yaparsam yapayım, onu dahi baştan çıkarabilecek şekilde davransam da, bir adım ilerleme sağlayamadım. Varlığımı görmüyordu gözleri.”<sup>18</sup>

Her çıplaklık düşünde yeniden sergilenen gerçek travma, başkalarının kayıtsızlığıdır. Mahrem bir yanınızı göstermiş, itiraf etmişsinizdir, bütün incinebilirliğinizle oradasınızdır ama hâlâ kaale bile alınmazsınız. İnsan çıplakken dahi fark edilmeyecekse, ne zaman fark edilecektir? .

Demek ki Profesör Myers, kendini düşte öğrencinin göğüslerini göstermeyi arzuladığı hocası olarak görür. Bu şekilde biraz da kadının sevgilisi olmuş değil midir? Psikanalitik ilişkiler içinde bu bütünüyle istenen, güvenilir bir durumdur. Freud buna “aktarım” adını vermiştir. Hasta, geçmişindeki önemli kişiliklere –babaya, sevgililere– bağladığı dilek, duygu ve yargılarını terapistine yansıtır. Myers er ya da geç kadının düşlerinde yer almalıdır. Düşteki hoca-nın kendisi olduğunu çabucak fark etmesi, işinin ehli olduğunun kanıtıdır hatta.

Bunu başka türlü de okuyabiliriz. Dilek ve duygular sadece terapi koltuğundan psikanaliste doğru yol almaz. Bilakis, hasta da terapistin verdiği tepkilere göre, hangi malzemenin daha başarılı bir analiz için uygun olduğu konusunda fikir edinmeye başlar. Hasta, serbest çağrışım akışından her şeyle analiz esnasında eşit derecede ilgilenilmediğini, terapistin, mahirane bir şekilde de olsa, bu seçicilik aracılığıyla yönlendirici bir etkisi olduğunu fark eder. Analiz ilerledikçe de serbest çağrışımların serbestliğinden pek eser kalmaz. Düş araştırmacısı Ann Faraday’ın kendisi birkaç seans psikanalitik terapi görmüştür. “Cinsel deneyimlerden bahsetmeyegöreyim, terapistim can kulağıyla beni dinlemek için daldığı hayallerden (bir ümitle?) kopuyor, arkamdaki sandalye gıcırdıyordu. Anlattıkça, yü-

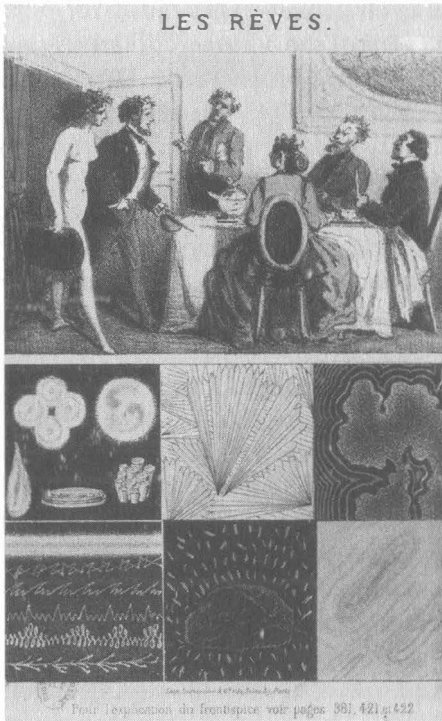
reklendirici bir hı-hı ile ödüllendiriliyor, çıkışta da dostça bir gülümsemeyle uğurlanıyordum,” diye anlatır çabucak fark ettiği bu durumu.<sup>19</sup>

Daha geniş anlamda, psikanalize göre o “yüreklendirici hı-hı”nın da, bilinçdışını, düş yaşamının kaynağını işaret eden çağrışımlar üzerinde etkisi olabilir. Psikanalistle hastası, bazen yılları bulan ilişkilerinde, içinde terapistin yalnızca hastanın anlattığı düşlerin dinleyicisi ve yorumcusu olmakla kalmayıp bunların oluşmasına önayak da olduğu, döngü gibi bir şey geliştirir. Bu döngüde düş, yorumun ürünü, aynı zamanda yorumun geçerliliğinin kanıtıdır. Her düş, cüzi de olsa, psikanalizin nüfuzuna ve ikna edici gücüne biraz katkıda bulunur. Gelgelelim dışarıdan bakan biri, yelkenini nefesiyle şişirmeye çalışan bir yelkenci görür.

### Yetim Çocuk

Öte taraftan, psikanalistlerin ilgisi sürmemiş olsa, çıplaklık düşü düş literatürünün yetim çocuğu olarak kalırdı. Uçma düşü olsun, sınav düşü olsun, diğer tipik düşlerde, yaş, kişilik, yaratıcılık, uyku evresi gibi değişkenler araştırılmıştır. Uyarılmış düşler uyku laboratuvarlarında deneylerle incelenmiştir. Berrak düş görenler MR’a sokulmuştur. Kâbusların ilaçlarla veya başka fizyolojik etmenlerle oluşup oluşmadığına bakılmıştır. Bunların yanında çıplaklık düşü araştırmaları mütevazı haliyle göze çarpar. Tipik düşler araştırılırken arada bir anketlere konulmamış olsa, çıplaklık düşlerinin sıklığından bihaber olurduk. Psikanaliz olmasa çıplaklık düşünün bildirildiği vaka çalışmaları da olmayacaktı.

Çıplaklık düşüyle ilgili makalelerde sık sık, içerideki diğer kişilerin şık giyimleriyle ziyafet için bulunduğu odaya çıplak giren bir kadının resmi yer alır. Parisli Sinolog d’Hervey de Saint-Denys’in 1867’de yayımlanan *Les rêves et les moyens de les diriger* (Düşler ve Düşleri Yönetme Araçları) adlı kitabına iç kapak yaptığı bir resimdir bu. İki erkekle bir kadın masada oturmaktadır, yemek servisi yapılmıştır. Uşak iki yeni misafiri içeri buyur eder: Şık giyimli bir beyle, koluna taktığı cırtlıçıplak bir kadındır bu. Resmi, çıplaklık dü-



Marquis d'Hervey'nin *Les rêves et les moyens de les diriger* başlıklı kitabının iç kapağı.

şünün resmedilmesi gibi görmek caziptir: Tek bir kişi çıplaktır, gözlerin üzerinde olduğunu hissediyor olmalıdır o da. Ne var ki, kadını içeriye getiren adamın, görüldüğü kadarıyla kadının çıplaklığından afallamış, apar topar üzerine giyecek bir şeyler bulma gayretindeymiş gibi bir hali de yoktur. Diğer misafirlerde de böyle bir şaşkınlık göze çarpmaz: Oturan kadın eliyle ağzını kapamaz, adam şaşkınlıktan çatalını düşürmez. Resim, tipik çıplaklık düşündeki utanmayı da kayıtsızlığı da çok iyi yakalamış gibidir. Gelgelelim metinde, düşün, koku uyaranlarının düşe etkisi üzerine bir dizi deneyin parçası olduğu görülür. Şöyle ki, Marquis d'Hervey, baş konulan yastığa farklı çağrışımlarla bağlantılı iki ayrı kokunun serpilmesinin bir tür kar-



ma düş oluşturup oluşturmayacağını merak ediyordu. Kokulardan biri, Fransa'nın güney kenti Vivarais'deki arkadaşlarına konuk olduğu günleri hatırlatacak bir parfümdü. Diğeriyse Ressam D.'nin atölyesinde çalışırken genellikle mendilini batırdığı özütün kokusuydu. Düşü her iki çağrışımı sorunsuzca birleştirmişti. Davetsiz misafirin gelişi duyurulduğunda, d'Hervey Vivarais'deki arkadaşlarıyla akşam yemeği yiyordur. Gelen, çıplak bir genç kızın eşliğindeki Ressam D.'dir. Hemen tanır kızı: "O vakitler atölyedeki en güzel modellerimizdendi."<sup>20</sup> Ressam, kızla birlikte seyahat ettiklerini, yolda faytonlarının devrildiğini, d'Hervey'nin misafirperverliğine güvenerek buraya geldiklerini söyler.

Düş, d'Hervey için, düş öykülerinin anılardan dokunduğunun, bu vakada da koku uyaranlarıyla oluştuğunun bir kanıtıydı. Model kızın çıplaklığının kimseyi şaşkınlığa uğratmamış olmasının nedeni de açıktı. Kıza ilişkin anısı, modellerin çıplak durmasının çok doğal olduğu atölye kaynaklıydı. Kız bir anı parçacığıydı, düşün öyküsüne o haliyle girebilirdi, önce giyinmesine gerek yoktu.

Resim ne kadar ünlüyse, sahnenin neyi canlandırması gerektiği de o denli karanlıkta kalmıştır. Bu bilinmeden, resmi gören herkes ilk bakışta çıplaklık düşü diye düşünür. Ne ki bu açık bir yansıtma vakasıdır – Freud sonrası bir dünyada yaşadığımızın sayısız kanıtlarından biri.

# Kaldın

## Sınav Düşleri Üzerine

“Herkes bir sınava yeniden girmek zorunda kalınan o anksiyete düşünü ara sıra görür,” diye düşünüyordu Freud 1900 yılında. Olgunluk sınavına gireli belki yirmi-otuz yıl olmuştur, ama maalesef yeniden girmeniz gerekmektedir. Olgunluk sınavlarından sonra üniversiteye başlamış olanlar da yeniden lisans sınavını vermek zorunda oldukları düşler görebilir, hiç yoktan peyda olan bir şarta “uyku-larında bile, yıllardır hekimlik, üniversitede hocalık yaptıklarını ya da kalem müdürü olduklarını söylerek beyhude karşı koyarlar”.<sup>1</sup>

Böylesi düşlerin açıklaması Freud’a göre çok karmaşık değildir. “Kötü davranışlarımız nedeniyle uğradığımız cezaların silinmez anıları”ndan ortaya çıkmaktadır bunlar.<sup>2</sup> Okulu bitireli çok olmuştur, anne babalarımızın bizi cezalandırabileceği yaşlarımız çok geride kalmıştır; yanlış bir şey yapınca ya da bir sorumluluğun yükünü omuzlarımızda hissetmeye başlayınca bizi düşlerimiz cezalandırmaktadır şimdi.

Freud 1909 yılındaki yeni basımına iki uzun paragraf eklememiş olsaydı, *Düşlerin Yorumu*’nda sınav düşü üzerine olan paragraf çok kısa kalacaktı. Söz konusu düşlerin kalınmış sınavlara değil, hep vakti zamanında *geçilmiş* bir sınava dair oluşu dikkatini çekmiş olan meslektaş Wilhelm Stekel ile, bunları “bilimsel bir sohbet”te ele alma fırsatını bulmuştu geçen dönem içinde. Bu düşleri insan, fiyaskoyla sonlanması muhtemel olan, tasalandıran herhangi bir sınav, bir sınanma yaklaştığında görüyordu. Düş sınav düşü denmesi

boşuna değildi. Düş bir ceza olarak görülüyorsa, bunun geçmişteki bir başarısızlıkla yüzleşme olması daha mantıklı olurdu. Stekel'a göre, düş görenin "Ben zaten doktorum ya!" şeklindeki protestosunda aslında düşün tesellisi gizliydi.

Açıklaması bazen hakikaten bu olabilir, sonucuna varmıştı Freud. Düşün insana anlattığı tam da şuydu: "Yarından korkma! Olgunluk sınavından önce de ne kadar endişeli olduğunu ve sana hiçbir şey olmadığını anımsa. Sen zaten doktorsun."<sup>3</sup>

*Düşlerin Yorumu*'nun sonraki basımlarında Freud bu görüşü, teselli eden düş cezalandıran düşün daha ziyade karşıtı gibi olsa bile "daha ileri bir açıklama" olarak adlandırdı. Fakat Freud'un, neticede "tecrübeli bir meslektaşı" olan Stekel'in sınav düşüne dair ve bu düşlere ilişkin kendi tecrübeleriyle de bire bir örtüşen yorumuna büyük bir güveni vardı. Stekel'in da söylediği gibi, anksiyete düşlerinde arada bir, vakti zamanında geçemediği adli tıp sınavını değil de, lisede parlak bir notla geçtiği tarih sınavını görürdü. Hastalarından birinde de durum tıpatıp aynıydı, kazanamadığı harp okulu sınavını hayatta düşünde görmezken, geçtiği olgunluk sınavı giriyordu düşüne.

1886 yılında nişanlısının yazdığı mektuptan anlaşıldığı üzere, Freud'un sınav düşleri olgunluk sınavlarına değil tıp fakültesi bitirme sınavına dairdi.<sup>4</sup> Bu sınavı 1881'de vermiş olmasına karşın o düşler yakasını yıllar yılı bırakmamıştı. Kendisini bir "sonradan görme" olarak hissetmesine yol açan ve yanlış yere atanmış olduğunu düşündüren laboratuvar yıllarını hatırlatırdı bu düşler ona. *Düşlerin Yorumu*'nu 1914'teki yeni basımı için gözden geçirirken, "Sınav düşlerinde gerçekten yalnızca teselli mi vardı?" diye sorar Freud. Bir özeleştirici, bir ayıplama da yok mudur içlerinde? Sanki şöyle demektedir bu düşler: "Artık oldukça yaşlısın, hayatta epeyce yol aldın ama hâlâ böyle aptallıklar, çocukluklar yapıyorsun."<sup>5</sup>

Son gözden geçiriş 1925'teydi. Stekel sınav düşünün sınamasının cinsel anlamda bir sınamaya, erkeğin cinsel olgunluğunu kanıtlaması gereken ve "korkulan fiyaskonunsa iktidarlılığın yeterince gösterilememesi olduğu" bir duruma işaret ettiği görüşündeydi.<sup>6</sup> "Öncekinde de başarmıştın" tesellisi de daha çok cinsel bir yüreklendirmeydi. Freud bunda da yalnızca Stekel'a hak vermekle kal-

mıştı. “Benim deneyimim de sıklıkla bu görüşü desteklemiştir.”<sup>7</sup>

Kısacası Freud işin içinden tam çıkamamıştı.

Bu dikkat çekicidir, zira Freud çıplaklık ve uçma düşü gibi öteki “tipik düşler”i çözümlerken asla uzun zaman bunların esas anlamlarına dair böyle bir belirsizlik yaşamamıştı. Ne ki korku, ferahlama, teselli, kendini suçlama ve yüreklendirme arasında gidip gelerek de olsa, Freud çoğu düş görenin bizzat kendi sınav düşleriyle birleştirdiği duygusal çeşitliliğe dokunmuştur. Yalnızca Freud’un ilk düşüncesi yani cezayla ilişki buraya nadiren uyar ve çok olası da değildir. Sınav düşleri geleceğe işaret eder, geçmişte fiyaskoyla sonuçlanmış bir şey için hak ettiğiniz cezaya değil. Gerçek bir başarısızlıktan ziyade başarısızlık *tehdidiyle* bağlantılıdır. Literatürde, düş görenin, “Bu çok korkunç bir başarısızlıktı, haydi şu olgunluk sınavına yeniden gir!” diye anlattığı bir düş yoktur.

### Meritokrasinin Bedeli

Sınav düşünün gidişatı aynı zamanda hem değişken hem tekdüzedir. Eskiden girdiğiniz bir sınava yeniden girmeniz gerekir, ama bu kez geçemeyeceksinizdir: Birini savmadan öteki başınıza bela olacak binbir engele takılırsınız. Kimi zaman sınavın yapılacağı yere ulaşmak bile mümkün olmaz. Evden geç çıkmışsınızdır. Yolda gecikmeler olur. En sonunda bulursunuz mekânı, ama sınav başka bir yerde yapıyordur. Düşlerinde sınava zamanında yetiştiklerini görenler de, doğru salonu bulmak için bitmek bilmez koridorları pürtelaş arşınlarlar, sınav soruları hiç bilmedikleri bir dilde çıkar, birden okur-yazarlıklarını yitirirler, kurşunkalemlerinin ucu kırılr durur, kalemlerinde mürekkep olmaz, bütün soruları bitirmeye zamanları yetmez veya heyecandan tek bir harf yazamazlar kâğıda. Kimi zaman sınavın bitimine birkaç dakika kala başlar düş. Kimi zaman da sınav kâğıdındaki sorulara bir göz atmanız yeter o konulara hiç çalışmamış olduğunuzu anlayıvermeniz için. Bu düşler hiç hayırlı bitmez: Kaldığınız hissiyle sarmalanmış halde uyanırsınız. Sadece bir düş olduğunu idrak etmek içinizi rahatlatırsa da, başarısızlık, pişmanlık, suçluluk duygusu yakanızı öyle hemen kolaycılık bırakmaz.

Sınav düşleri hemen hemen hep sahiden girilmiş bir sınava dair olur, 1993'te yapılan bir araştırmada bu oran yüzde 97 bulunmuştur.<sup>8</sup> Stekel'in da öne sürdüğü gibi, bunlar çoğu zaman düş görenin vaktiyle başarılı olduğu bir sınava dairdir: yüzde 84. Yaklaşan bir sınavın stresi içinde olanların daha sık sınav düşü görmeleri beklenir. Ne ki böyle bariz bir öngörüye pek uymaz sınav düşleri. Korktukları bir vizeye girecek kız öğrenciler, sınavdan birkaç gün önce, sınavsız dönemdekinden daha fazla sınav düşü görmemiştir.<sup>9</sup>

Sınav düşleri doğal olarak, sınav yapılan toplumlarda görülür. Antropolog Seligman, 1924 yılında Çin'deki durum üzerine bilgi almıştı. Kendisini bilgilendiren kişi, yüksek yönetici kademelerine geçişi belirleyen sınavlar nedeniyle orada da okuryazar kesimin sınav düşlerine aşina olduğunu bildirmişti.<sup>10</sup>

Bazı toplumlarda ya da toplum içindeki bazı gruplardaysa, sınavlar yapıldığı halde sosyal pozisyon örgün eğitimden geçmek ya da diplomalara sahip olmaktan çok daha farklı etmenlerce belirlenir. Sosyolog Ekeh 1972'de Nijerya'da sınav düşleri üzerine yaptığı bir çalışmayı yayımlamıştır.<sup>11</sup> Olgunluk sınavları bu ülkede ciddi bir olaydı: Sınav sonuçlarının açıklanması üç ayı bulur, sonuçlar hem yerel hem ulusal basından, alınan puanlarla birlikte duyurulurdu. Ekeh'in çalışmasında, liseyi yeni bitirmiş veya lise sondaki öğrencilerin aktardığı 345 düş yer alıyordu. Düşler 1962'de toplumsal değişim üzerine yapılan bir çalışma için derlenmişti.

Çalışmada üç etnik grup yer alıyordu. Hausalar büyük oranda geleneksel yaşamlarına devam etmekteydi hâlâ. Bireyin kabile içindeki yerine, alınan eğitimin etkisi pek olmuyordu. Buna karşılık İbolar "Batılıların" yolundan gidiyordu: giriş sınavları, mümkün olan en yüksek eğitim, iyi puanlar ve diplomalar. Yorubalar ise karma bir görüntü veriyordu: Kimi aileler geleneksel, kimisi Batılı bir hayat sürüyordu. 345 düştten 61'i (yüzde 18) sınavla ilgiliydi. Ekeh "sınav düşü"nü Freud'un ele aldığı biçimden daha geniş tutmuştu: Girilip de geçilmiş bir sınavı tekrarlamak zorunda kalmak yüzünden büyük bir korku yaşanan bir düş olmak zorunda değildi bunlar. Bu daha geniş ele alışla da çok ilginç bulgularla karşılaştı Ekeh. Hausalar yüzde 8'le en az sınav düşü gören gruptu, İbolar ise en fazla (yüzde 28). Yorubalar yüzde 12 ile iki grubun arasında yer almak-

taydı. Sınavın adayın kişisel geleceğinin belirlenmesindeki önemi arttıkça, görülen sınav düşlerinin sayısı da artıyordu. Alınan sonuçla da ilişkiliydi bu düşler. İyi puanlarla sınavı geçmiş olan öğrencilere ait değildi düşlerin çoğu, kalmış olanlara da değildi, ucu ucuna geçer puan almış gruptakilerdi bunlar. En yüksek puanlarla sınavı geçenlerin sınav düşüyle kendilerini avutmasına gerek yoktur, varsayımında bulunuyordu Ekeh. En büyük heyecanı, belirsizliği orta grubun yaşaması beklenirdi, hatta geçememiş öğrencilerden daha çok. Nijerya'da da sınav düşlerinde çoğunlukla sahiden girilmiş bir sınavın görüldüğü ortaya çıkmıştı: Sınav deneyimini yaşamış öğrenciler o sınavları görüyordu düşlerinde, hayali başka sınavlar olmuyordu bunlar. Ama Stekel'in "geçilen sınavlar düşlerde görülür" kuralını Ekeh maalesef sınavamamıştı.

Ekeh'inki gibi çalışmalar nadirdir – üzücüdür bu, zira düş yaşamı gibi her daim mahrem ve kişisel kabul edilmiş bir şeye sosyolojik ve kültürlerarası çerçeveden bakılarak o düşlerin görüldüğü toplumlar hakkında da bir şeyler aydınlatılabilirdi. Harvard ve Yale gibi üniversitelere giriş için anahtar rolündeki SAT'ın (Scholastic Aptitude Test – Akademik Yetenek Sınavı) tarihini ele aldığı kitabında, Nicholas Lemann, meritokratik yapıya sahip toplumların sınavla değerlendirmeyi beraberlerinde getirdiğini yazar.<sup>12</sup> Zaten insanların çoğu olgunluk sınavından önce defalarca sınavlardan geçecek, girdikleri üniversitelerde de yıllarca vizelere, finallere girecektir. Kimi psikiyatrlar muayenehanelerinde yaşadıkları gerilimin sınav düşleri şeklinde kendini ortaya koyduğunu öne sürer. Görüldüğü kadarıyla sınav düşleri meritokraside yaşamının bir bedelidir. Bu bedel psikiyatrlarca da ödenmektedir kimi zaman. California Üniversitesi psikiyatri profesörlerinden Daniel Amen yineleyen anksiyete düşüne örnek olarak, sürekli, hiç hazırlanamadığı anatomi sınavına girdiği düşlerini verir. Ama ağzından sınav düşlerine dair tek bir olumsuz söz çıkmaz, çünkü bu düşlerin kişiyi yarışırken hep ayakta tutmaya yaradığını düşünür: "Hayatta ilerlemek için eğitim mutlaka gereklidir. Öz güveniniz, ilişkileriniz, işinizdeki başarınız, yaşamınız için bir tehdittir başaramamak. Sınav düşü insanın, gerilimi gerekli seviyede tutarak yarışa devam edebilmesine yarar."<sup>13</sup> Mesai arkadaşı Profesör Melvin Lansky de, özellikle Amerikan toplumu gibi

meritokratik yapısıyla ne kadar övünse az olan bir toplumda sınav düşlerinin kişisel gelişimdeki önemine bütün kalbiyle inanır: “Prens Charles’ın bu tür düşler görmediğine bahse girerim. Pozisyonu liyakate bağlı değil.”<sup>14</sup>

Prens Charles’ın düşleri hakkında ne yazık ki bilinen bir şey yok. Ama riskli bir bahis gibi geliyor bana. Prens’in okul başarıları çok yakından takip edilmiş ve aynı okulları bitirmiş olan babasınıninkilerle kıyaslanmıştır. Daha sonra Cambridge Üniversitesi Trinity College’dan mezun olacak olan prensin diplomasında üstün başarı notu isteyen derslerin hangilerinin iyi olduğuna basın yoğun ilgi göstermiştir. Halkın hiç eksilmeyen ilgisinin baskısı altında Charles bir sürü sınava girmiştir. Dahası Lansky’nin görüşü özellikle sınav düşündeki “sınav”ın daha geniş anlamda ele alınmasını da gözardı eder. Düş, kişinin kendisi ya da başkaları tarafından, fiyaskoyla da sonuçlanabilecek bir göreve yönlendirildiği durumlara işaret eder. Gündüzün hırs ve arzuları geceleyin, daha evvel kazanılmış başarıların gelecek için bir garanti sağlamadığına dair korkulu bir öyküde ifade bularak şüphe doğurur.

## İki Kurşunkalem, İki Göğüs

Sınav düşlerinin böylesi tanıdık bir şablona sahip olması, bunları kültürel veya kuramsal etkileri göstermeye uygun kılar. Geçmiş yüz elli yılda aktarılmış sınav düşlerini okuyan biri, birbirinden çok farklı tarihi kostümlerin aynı mankenin üzerine giydirilmiş olduğu izlenimine kapılır. Şimdilik adlandıracağımız haliyle “psikanalitik düşler” bu arşivde çok uzun süre fazlasıyla temsil edilmiştir ve durumun hâlâ böyle olduğu da söylenebilir belki. Günümüzde de psikanalitik tedavi düşlerin anlatılıp yorumlandığı, bu düşlerin bazısının örnek vaka şeklinde literatüre geçtiği bir çevre olmayı sürdürmektedir. Sınav düşleri üzerine yazılan derleme makalelerini yalnızca psikanaliz dergilerinde bulmak mümkündür.<sup>15</sup> Psikanalizin gelişiminin kendisi –daha Freud sağken değişik okulların nasıl ortaya çıktığı, Fransız ekolünün Anglosakson ekolünden nasıl farklılaşmaya başladığı, günümüz yorumlarının ilk kuşak psikanalistle-

rinkinden nasıl ayrıştığı, hâsılı tüm hikâyesi– sınav düşlerinin yorumlanması üzerinden pekâlâ anlatılabilir.

1928’de Freud’un hemşerisi, Viyana Psikanaliz Cemiyeti’nin ilk üyelerinden psikanalist Richard Sterba etkileyici bir sınav düşü bildirmişti. “Hastalarımın biri düzenli olarak, iki-üç ayda bir jimnaz-yum (lise) olgunluk sınavına dair bir düş görüyordu,” diye başlamıştı öyküsüne.<sup>16</sup> Hep Latince veya matematik sınavı oluyordu bu. Daha soruları cevaplamaya başlanamışken, öğretmen sınavın son beş dakikasına girildiğini söylüyordu. Arkadaşları ona cevapları söylemeye, kendi cevaplarını gizlice önüne sürüp doğru yanıtları geçirmesini sağlamaya çalışsalar da o doğru düzgün tek bir şey yazamıyordu kâğıdına. Harfler gözünün önünden akıp gidiyordu. Uyandığındaysa olgunluk sınavının çok gerilerde kalmış olması içini rahatlatıyordu. Sterba bunun tipik bir sınav düşü olduğunu yazmıştı. Ancak analiz sonrası, bu düşü çok özel kılan birkaç noktanın varlığını keşfetmişti. Lisedeki Latince öğretmeni tıpkı hastanın babasına benzemekteydi ve düşte kesinlikle “baba yerine konan” kişiydi. Latince den nefret etmesinin altında babasıyla arasındaki gergin ilişki yatmaktaydı. Baba matematik profesörüydü, olgunluk sınavında matematikten kalması da ondandı. Onu pek seven Latince öğretmeniye, bu dersten istenen başarıyı bir türlü gösterememesine karşın her yıl sınıfını geçmesine yardım etmişti. Ne var ki olgunluk sınavı gelip kapıya dayanınca, Latinceye onca yıl hiç önem vermediği artık anlaşılacağından, o sınavı gözünde korkuyla, endişeyle büyüttmüş durmuştu.

Derken imdadına tarih yetişmişti. 1916’da Avusturya hükümeti *Kriegsmatura* (savaş nedeniyle verilen mezuniyet diploması) verileceğini ilan etmiş, bu şekilde lise son sınıftaki erkeklerin hiç sınava girmeden diplomalarını almaları sağlanmıştı. Ama ardından orduya yazılmaları gerekiyordu. Hasta, ilk sınav düşünü daha o dönemde görmüş ve bu yıllar yılı yakasını bırakmayan bir tekrar düşüne dönüşüvermişti hemen. Sterba bu vakayı meslektaşlarının bilmesinin yararına inanıyordu, zira bu düş, hastasının geçmiş olmak şöyle dursun hiç girmedeği bir sınavla ilgiliydi. Üstelik sınav ve ceza düşlerinin bir bileşimi olması açısından da çok güzel bir örnekti: Kalmış olsa, babası tarafından bunca yıl dersini ihmal etmesi nedeniyle şid-



detli bir şekilde cezalandırılacaktı kuşkusuz. Düş, vicdan işlevinin, üstbenliğin bir kurgusu olsa gerekti.

Her psikiyatrist ya da psikolog, “bir hastam” veya “bir arkadaşım” diye başlayan öykülerin aslında genellikle anlatanın kendisine ait olduğunu bilir. Burada da o olmuştur. Babasıyla sıkıntılı bir ilişkisi olan, Latinceyi, matematiği beceremeyen ama sınıfını gene de onca yıl geçen ve 1916’da olgunluk sınavına girmeden liseden mezun olan, Sterba’nın bizzat kendisidir. Avusturya-Macaristan İmparatorluğu Ordusu’nda teğmen olmuş, Birinci Dünya Savaşı’ndan sağ çıkmış, İkinci Dünya Savaşı patlamadan ülkesinden ayrılıp Amerika’da çok başarılı bir psikanaliz kliniği kurmuştur.

Baba yerine koyma ve üstbenliğin müdahaleleri ile Sterba’nın sınav düşü tipik bir “psikanalitik düş”tür. Ne var ki terapideki hastalar da ruhsal yaşamlarının psikanalitik yorumları konusunda terapistlerince eğitilirler. Terapi ilerledikçe hastada serbest çağrışımlarının nasıl yorumlanacağı konusunda tahminler oluşmaya başlar; hatta hastanın, söylediklerinin daha derinde yatan anlamlarına vâkıf olduğunu düşündüğü olur bazen. Birkaç seanstan sonra terapist hastasından o örtülü, gizli içeriği çıkarmaya çalışacağı saf hikâyeleri dinleyemeyecektir. Hikâyeler, içlerinde o gizli öğelerin yorumlarıyla karışık akınaya başlayacaktır.

Terapide anlatılan bazı sınav düşleri, seanslar sırasında her hastanın geçtiği o gayriresmi psikanalitik düşünme eğitiminin neredeyse tipik bir göstergesidir. Psikanalist Ostow 1995’te, birkaç gün gibi kısa bir zamanda hastalarından işittiği üç sınav düşünü sunmuştu.<sup>17</sup> Orta yaşlı bir kadın hiç hazırlanmadığı bir sınava girmek zorunda kaldığını anlatmıştı. Kitabı okumamış, dersleri takip etmemişti. Sınavdan hemen önce alelacele bir şeyler okumaya çalışmış ama bu da işe yaramamıştı. “Sınav mermiler, bir silahın nasıl söküp takılacağı hakkındaydı. Çok teknik bir konuydu. Önümde iki kurşunkalem duruyordu. İki demişken, göğüslerim kafama takılıyordu. Bir tetkikten, daha doğrusu mamografi, kemik sintigrafisi, röntgen ve kan tahlili gibi birkaç tetkikten geçmem gerekmişti. Hiçbir şeyimin olmadığı söylenmişti ama yine de kafama takılıyordu.”<sup>18</sup> Ostow bu düşle hastasının, hem muayene hem de sınav anlamına gelen *examination* sözcüğünü kullanarak, düşün görünür içeriğini gizli olanla birleştir-

diğini göstermek istemişti. Gelgelelim bu düşte, iki kurşunkalemin “iki”si kadın için çok doğal bir biçimde iki göğsü simgeliyordu. Başka bir hastası seansın başında, göz hekiminden çıkıp geldiğini, önceki hafta aniden gözlerinin bulanık görmeye başladığını söylemişti. “Göz hekimim tetkiki tamamlayabilmesi için bir kez daha gelmemi istedi. Dün gece hiç hazırlanmadığım birkaç sınava girmem gerekti.”<sup>19</sup> Bu hastada da öyküdeki muayene, sanki düşün simgesi bütünüyle şeffafmışçasına kendiliğinden sınav düşününe kaymıştı.

Böylesi hastalara daha ne Freud ne de meslektaşları sahipti. Stekel’in tedavi ettiği bir hastası –rolüne çalışmaya çok geç başlayan ve prömiyerin yaklaşması nedeniyle büyük korkular yaşayan bir oyuncu– bu sınanmanın cinsel bir gerekçesi olduğunu işitmişti ondan.<sup>20</sup> Düşünde zamanının çok az kaldığını görmesi, adamın erken boşalma korkusuna işaret ediyordu; düş aslında karısıyla ilişkisindeki rolü hakkındaydı. Bunun oyuncunun aklına gelmesi hayatta mümkün değildi – içgörü ya da hayal gücü eksikliğinden yahut düş yaşamının simgesel boyutunu görememekten değil, bir psikanalitik düşünme eğitiminin henüz olmamasından.

## Kalmak

Sınav düşleri üzerine yazarken ben de bir tane gördüm. Düşümde Annejet van der Zijl ile bir edebiyat akşamının konuğuyduk. Benim o akşam bir konferans mı vereceğim, yoksa söyleşi mi yapacağım biraz belirsizdi. Gelgelelim düşteki hava, Annejet’in dört dörtlük bir hazırlıkla gelmiş olduğunu, benimse hiç hazırlanmamış olduğumu gösteriyordu. Hazırlığını zamanında yapmış, evden vaktinde çıkmıştı, her şey yolundaydı onun için. Bense etkinliğin başlamasına on beş dakika kaldığı halde daha salonun muhitine bile ulaşamamıştım. İşin kötüsü, ziyaret için uğradığım dostlarımın beni az evvel uğurladıkları kapılarının önündeydim hâlâ. Bisikletime doğru yöneldiğim sıra çoraplarla olduğumu fark ediyordum. Kapılarını çalışıyordum tekrar, ayakkabılarımı alıp bir kez daha vedalaşıyordum onlarla, ama sonra bir bakıyordum bisiklet yok! Yüzlerce bisikletin bağlı olduğu, cadde boyu uzanan bisikletlikte benimkini aramaya

koyuluyordum. Bereket, gidonunda –gerçekte de olduğu üzere– torunumun hoşuna giden o sarı ördekçik asılıydı. Ötelerden, gidonların arasından ördekçiğin başını görüyordum. Koşar adım gidiyordum: Ama başka bir bisikletti!

Düş belki daha da devam etmiştir; bu tür düşlerde engellerin önü ardı kesilmez gibidir. Düşün uyandırdığı korku, böyle bir akşama zahmet edip gelmiş Annejet van der Zijl'in kendisine ödenen parayı hak ettiğini, benimse hak etmediğimi görececek konukların o sessiz kınamalarına maruz kalmaktı. Uyandığımda da gene, daha önce her şeyin yolunda gittiği yüzlerce konferans verdiğimi, sadece bir kere, o da evden erken çıkmış olduğum için, davet edildiğim kütüphanenin henüz açılmadığını gördüğümde bir sorun olduğunu düşümde akıl edemeyişime ve onca engeli peş peşe sıralamada o kadar maharetli oluşuma şaşmıştım.

Her halükârda bu da sınav düşünün bir ögesidir: Görevi, insanı gerçekten böylesi inandırıcı korkunç bir senaryoyla *karşılaşmaması* için uyarmaktır. Dikkatinizi uyanık tutar. Düşün bu uyarı için, “Ayakkabını giymeyi unutma!” gibi biraz çocuksu bir simgeyi kullanması belki, sabahtan akşama dek işitip durduğunuz uyarı ve teşviklerle geçen o yaş dönemine uyar. Mantıken de böyle düşler hayatınızda, sorumluluk ya da uğraşların sizi bir gerilime soktuğu, uykuda da bundan bütünüyle kurtulamadığınız zamanlarda ortaya çıkar. On beş yaşından beri düş günlüğü tutan bir kadın, özellikle gerginlikle ortaya çıkıp sonra kaybolan bir sınav düşünü yirmi yıldır tekrar tekrar gördüğünü fark etmişti. Üniversite yıllarında başlayan bu düşler, mezun olunca kaybolmuş, evlenmeden önceki aylarda yeniden başlamış, ardından yine durmuş, işini yitirip de harıl harıl iş başvurusu yaptığı dönemde yine ortaya çıkmıştı.<sup>21</sup>

Görüldükten sonra uzun süre akıldan çıkmadıkları ve gerginlikler ve gelecekle ilgili kaygılar bu düşleri tetiklediği halde, ruh hali ile sınav düşü arasındaki ilişki hiç araştırılmamıştır. Her seferinde kalacağını adı gibi bildiği bir sınava daha girmesi gerektiğini gördüğü düş, Frederik van Eeden'in yakasını hayatı boyunca bırakmamıştır. 1891 Ocağında şöyle yazmıştır: “Bu gece bir sınava daha girmem gerektiğini gördüm düşümde, hep bir sınava daha. Profesör Stokvis iyi hazırlandığımı söylüyordu ama hiç bilmediğim bir sürü

konunun daha olduğu gibi bir his vardı içimde.”<sup>22</sup> Zavallı Van Eeden son sınavı olan tıp fakóltesini bitirme sınavını başarıyla verip bir yıl sonra da doktorasını bitirmişti. Gelgelelim düş bir türlü yakasını bırakmıyordu. O düşü 1906’da, 46 yaşındayken, üstelik öncekilerin hepsinden çok daha ağır görmüştü: “Çok etkisi altında kaldım bu sefer, gün boyu sorup durdum kendime, hatta řu an bile düşünüp duruyorum: ‘Bir gerçeklik payı var mı sahidten bunda? Girmedięim ya da çalışmayı ihmal ettiğim bir sınav oldu mu benim hiç?’ Ama bir türlü bunun sebebini bulamıyorum.”<sup>23</sup> Kimi zaman o an içinde bulunduğu ruh hali, aradan yıllar bile geçmiş olsa, aynı ruh halini yaşadığı hayatının bir başka evresindeki anıları harekete geçiriyor, düşü kolayca karamsarlığa karamsarlık katıyormuş gibi oluyordu. 1910’da, hayatta geldiğı noktanın onda yarattığı çökkünlük ve hayal kırıklığı ile Van Eeden çok kederli bir düş görmüştü:

O son sınava girmem gerekiyordu yine, hiçbir yerde çalışmıyordum artık, yapayalnızdım ve kimi zaman bazı derslerin sınavlarına girdiğim Amsterdam’da oturuyor, vaktimin neredeyse yarısını orada geçiriyordum. Yaşımı başımı aldığıımı bildiğim halde, göçebe bir hayat yaşıyordum. Ağlıyordum. Anneme, o sınava girmeyeceğimi, bunun için çok yaşlı olduğumu söylüyordum.<sup>24</sup>

Bizimki gibi bir toplumda sürekli birbirimizi tartıp dururuz. Evvela o sevimli anaokulu diploması ile başlayan şey, giriş ve olgunluk sınavlarına, iş başvuruları ve performans değerlendirme görüşmelerine, kalıcılık ve terfi değerlendirmelerine dek sürgünlerini salar. Sınavı geçememek, işe alınmamak, başaramamak, yani barajın altında kalmak göze batar, bu olasılık kendini insanda kaygı ve heyecan karışımı bir kabulle ortaya koyar. Ve bunlar işin sadece resmi, herkesin bildiği sınavları içeren yönüdür. Bir de belki kimselerin bilmediğı, hayal kırıklığı ve hüsrarla sonlanabilen arzular, hırslar vardır... En nihayetinde Freud, sınav düşlerine yol açabilen sebepleri, birçok duygunun, bazen karşıt duyguların da temsil edilmesini sağlayacak şekilde geniş tutarak iyi bir şey yapmıştır.

# **“Aman Mary,” dedi Bay Lincoln Dalgın Dalgın, “Sadece Bir Düş Bu”**

## **Kehanet Düşleri Üzerine**

ÖLÜMÜNDEN dört gün önce, 11 Nisan 1865 günü Abraham Lincoln çok yakını birkaç insana –karısı Mary, ileride biyografisini yazacak koruması Ward Hill Lamon ve iki-üç kişi daha– kafasından bir türlü atamadığı bir düştten söz etmişti. Bunu yazıya döken Lamon’dı.<sup>1</sup>

Başkan öylesine suskundu ki, karısı dayanamamış bir şeyinin olup olmadığını sormuştu. Lincoln ciddi bir sesle Kitabı Mukaddes’te çok sayıda düştten, vizyondan bahsedildiğini söyledi. Eski Ahit’teki on altı kitapta ve Yeni Ahit’teki dört kitapta düşler geçiyordu. Bu, Tanrı’nın insanlara kendini daha önce belli etmiş olduğu anlamına gelmez miydi?

Yoksa düşlere inanıyor musun sen, diye sordu karısı. İnanmadığını söyledi Lincoln, ama peşini bırakmayan bir düştü bu. O düştten sonra Kitabı Mukaddes’in rasgele bir sayfasını açmış ve karşısına Yakup’un rüyasının anlatıldığı Tekvin’in 28. Babı çıkmıştı. Ardından başka sayfalara da göz gezdirmiş ama nereye baksa tam da kendi gördüğü düşe uyan düşler, vizyonlar çıkmıştı karşısına.

“Şimdi öyle huzursuz bakıyordu ki,” diye yazar Lamon, “Bayan Lincoln, ‘Beni korkutuyorsun! Nen var senin?’ diye bağırdı.”<sup>2</sup> Lincoln başlayıp başlayacağına pişman olmuştu. Konuyu burada bırakalım, dedi. Ama karısı üsteledi. Rahatça anlatabilirdi, nasılsa inanmıyordu kadın düşlere.

Lincoln istemeye istemeye anlatmaya başladı on gün kadar evvel düşü gördüğü geceyi. City Point’ın az dışarısında iskeleye bağlanmış *River Queen*’in güvertesindeydi. Cepheden haber beklediği için her zamankinden daha geç yatacaktı o gece. General Grant, Petersburg’u Güneylilerin elinden almak üzereydi. Buna rağmen en nihayetinde bitkin bir halde tutmuştu yatağın yolunu. Hemen gelmişti düş.

Düşünde yatağındaydı – ama gemidekinde değil, Beyaz Saray’da. İnanılmaz bir sessizlik vardı. Derken bir yerlerden için için bir hıçkırık geliyordu. Kalkıp meselenin ne olduğunu anlamak için aşağıya iniyordu. Salonların birinden ötekine geçiyordu, her yerde ışıklar yanmıyordu. Salonlarda bildiği tanıdığı eşyalar duruyordu ama ağlayan insan filan yoktu etrafta. Bu için için hıçkırıkların nereden geldiğini bulmak için kararlı bir şekilde dolaşıyordu salonları tek tek, ta ki Doğu Salonu’na gelene dek. Orada kendisini allak bulak edecek o manzarayla karşılaşılıyordu: salonun ortasında bir katafalk, üstündeki tabutta cenaze kıyafetleri içinde bir naaş. Askerler başında nöbetteydi. O anda görüyordu hıçkırıkların nereden geldiğini: Yas içindeki kalabalık, naaşı görebilmek için birbirini itip kakmaktaydı. Kendisi göremiyordu kim olduğunu, yüzü kapalıydı ölünün.

“‘Beyaz Saray’da kim öldü?’ diye sordum askerlere.

‘Başkan,’ dediler, ‘caninin biri öldürmüş.’

“Bu sözler kalabalığın bir anda kederle haykırmasına sebep oldu, beni de bu uyandırdı. Gözüme bir daha uyku girmede o gece. Tuhaftır, düş olduğunu bilsem de bir türlü içimden atamadım sabaha kadar.”

“Korkunç!” dedi Bayan Lincoln. “Keşke anlatmasaydın. İyi ki düşlere inanmıyorum, yoksa ölüm korkusundan içim içimi yer dururdu bundan sonra.”

“Aman Mary,” dedi Bay Lincoln dalgın dalgın, “sadece bir düş bu. Bir daha açmayalım, unutmaya çalışalım bu konuyu.”<sup>3</sup>

Bayan Lincoln “Aman, sadece bir düş bu” ile içini rahatlatamayacaktı. Lincoln düşlerini çok ciddiye alırdı, karısı da bunu bilirdi. Lincoln arşivlerinde, 1863 Temmuzunda oğlu Tad ile Philadelphia’da kaldıklarında karısına gönderdiği bir telgraf vardır: “Tad’ın tabancasını iyi bir yere sakla. Çok kötü bir düş gördüm çocukla ilgili.”<sup>4</sup>

14 Nisan sabahı bakanlarından birkaçına yine düşlerden bahsetmişti. Bakanlar toplantısına henüz ara verilmeden Lincoln “o düşü” gece yine gördüğünü söylemişti. Donanma ve dışişleri bakanları ayrı ayrı günlüklerine not etmişti söylediklerini. Lincoln dönüm noktası sayılan muharebelerden önceki gece gördüğü sabit bir düş olduğunu anlatmıştı. O düşte, “İlginç, tanımlayamayacağı bir tür geminin güvertesinde, bilinmez bir sahile doğru hızla seyrediyor”du.<sup>5</sup> Aralarında Bull Run, Gettysburg ve Stone River gibi, savaşın yedi önemli olayının adını saymış ve bu olayların bir gece evvelinde hep o düşsel gemiyi gördüğünü söylemişti. Lincoln şimdi de çok önemli bir olayın olmasının ve bir şekilde iyi bir haberin, belki Kuzey Karolina’da halen art cepheyi savunmaya uğraşan General Johnston’ın teslim haberinin gelmesinin an meselesi olduğundan emindi.

Yıllardır yapmadığı bir şeyi yapıp, o gün öğleden sonrayı çalışmadan geçirdi. Karısı ile bir fayton gezintisine çıktı, akşam da tiyatroya gitmeye karar verdi. Ford’s Tiyatrosu’nda özel bir başkanlık locası vardı. Başkanın talimatıyla hususi bir görev için Richmond’a giden sadık koruması Lamon, 1893’te ölene dek o akşam başkanın yanında olmayışının üzüntüsünü içinde taşıyacaktı. Oyunun bitimine doğru John Wilkes Booth locaya sızdı, Deringer’ını çıkarıp başkanı başından vurdu. Lincoln, bilinci hiç açılmadan, ertesi sabah öldü.

Veda merasimi için bir katafalk hazırlanıp Doğu Salonu’na kondu. Lincoln’ün naaşı 18 Nisan’da yaslı halkın gelip vedalaşması için o katafalka yerleştirildi.

Kehanet düşleriyle ilgili literatürde “Ölen Başkan”, bazı düşlerin paranormal bir kaynağı olabileceğine dair bir kanıt gibi yerini almıştır. Lincoln öleceğine dair bir önsezi hissetmiş olsa gerekti, belki de gerçekten geleceği bir anlığına görmüştü; her halükârda düşü tamını tamına gerçekleştirmiş birçok öge içeriyordu, bunları “rastlantı” ile açıklamak zorlama olurdu.

Daha kuşkucu bir analiz şu çerçevede ilerleyebilir: Lamon bu konuşmanın hemen ardından bunları not ettiğini söylüyordu, ama ancak 1885 yılında, yirmi yıl sonra bu düşü kaleme almıştı. Yazdıkları, ölümünden iki yıl sonra, kızı tarafından elden geçirilip yayımlandığı 1895 yılına dek bir defterde öylece beklemişti. Hikâyesini

teyit edecek bağımsız bir kaynak hiç bulunamadı. O diğer iki-üç kişinin kim olduğu da hiç aydınlığa kavuşmadı. Mary Lincoln yazdığı onca mektubun hiçbirinde kocasının bu düşünden bahsetmemiştir. Böyle dramatik bir şekilde gerçek olan bir kehanet düşünün, olayı takip eden günlerde, haftalarda bir konuşma, günlük ya da mektupta hiç bahsinin geçmemesi tuhaf değil mi? Lamon gibi, başkanın güvenini kazanmışlığından, onun tek bir sırrını bile ağzından kaçırmışlığından övgüyle bahseden birinin, o dönemde böyle bir şeyi hiç kimseye söylememesi daha da tuhaf değil mi? 1860'lar gizemciliğin, ruhçuluğun zirvede olduğu yıllardı, başkanın bir kehanet düşü uzun süre sır olarak kalmazdı.

Bir başka soru ise, düşün, görüldüğü kadarıyla o pek de örtük olmayan ayrıntıları söz konusu olduğunda, rastlantı ile anlamlılık arasında nasıl bir eleme yapılması gerektiğidir. Düşünüzde Doğu Salonu'na giriyor, orada suikast sonucu hayatını kaybetmiş bir başkanın naaşının bulunduğu bir katafalk görüyorsunuz ve on dört gün sonra orada tahnitlenmiş halde yatıyorsunuz – her şeyin böyle harfi harfine çıkması ne denli olasıdır? Belki de ilk bakışta görüldüğünden daha fazla olasıdır. Bir ayrıntıyı açıklamakta yarar var: Doğu Salonu Beyaz Saray'daki en büyük salondur. Kabullerin, konserlerin, basın toplantılarının ve cenaze törenlerinin yapıldığı yer. Görevi sırasında ölen başkanlar Doğu Salonu'nda katafalka konur. Lincoln'den önce Harrison ve Taylor orada yatmıştı, ondan sonra (yine bir suikaste kurban giden) McKinley ve Roosevelt de oradan uğurlanacaktı. Yüz yıl kadar sonra ise Kennedy, Lincoln için yapılmış katafalkın üstünde yatıyordu. Lincolnlerin kendisi de daha önce Doğu Salonu'nu bir kez cenaze töreni için hazırlatmışlardı: 1862 Şubatında oğulları Willie, nedeni bilinmeyen bir hastalıktan ölüverince orada yatmıştı. Lincoln bir *başkan olarak* öldüğünü görmüşse düşünde, Doğu Salonu'nun da o düste görülmesi gerekirdi.

Bunun bir suikast sonucu olmuş olması da açıktı. Amerikan İç Savaşı'nda Güneyliler tarafından suikasta uğramak sürekli var olan bir tehlikeydi, başkanı öldürmek için ülkenin yarısının bir gerekçesi vardı. 1861 yılında Lincoln seçildikten sonra, daha yemin bile etmeden, dedektif Allan Pinkerton, Washington güzergâhı üzerindeki Baltimore'da başkana yapılacak bir suikastı önceden ortaya çıkar-

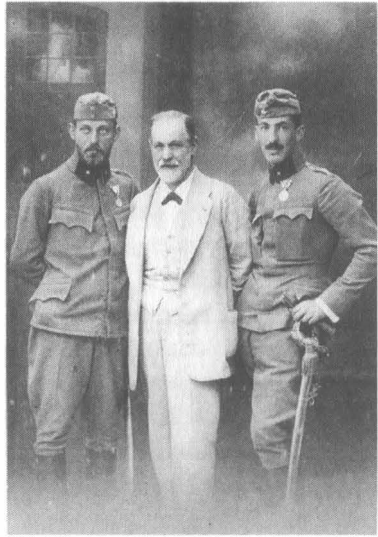


mıştı. Ağustos 1864'te de, Booth'un düzenleyeceği suikasttan dokuz ay kadar evvel, çalılıkların arasından Lincoln'e ateş edilmiş, başkan sadece şapkasında bir delikle bundan sağ olarak kurtulmuştu. Sürekli suikasta kurban gidebileceği gerçeğiyle yaşayan birinin gördüğü düşü yorumlarken neden "önsezi" veya "geleceği bir anlığına görüş"ten bahsedilsindi ki?

### Haberci Düşler

Lincoln'ünki gibi düşler çok uzun zamandır, Kitabı Mukaddes'teki kehanetleri çağrıştıran "kehanet" sözcüğü ile anılmıyor. Bunlar 1900 yılı civarlarında iki türe ayrıldı. Frederic Myers'in adlandırdığı "telepatik" düşte, düş gören başka bir kişinin düşünce, anı ve duygularıyla bağlantı kuruyordu. "Durugörüşel" düşte ise düş gören, normal duyu kanallarının harici bir yoldan, başka bir yer ve zamanda olmuş bir şeyi algılayabiliyordu. Titanik 1912'de battığında, her iki tür düştten de yüzlercesi rapor edilmişti. Daha sonraları "*extra-sensory perception*"ın (duyudışı algı) kısaltması olan "ESP düşleri" ya da şimdilerde paranormal kaynaklı fenomenlerin tanımlanması için kullanılan "psi" anlamında "psi düşleri" kullanıma girdi. Eski-den kehanet düşleri olarak adlandırılan bu düşler günümüz psikoloji literatüründe çoğun "prekognitif düşler" olarak geçiyor.

Bu, haberci düşlerin büyük bir ölçekte araştırıldığı gibi bir izlenim verse de durum böyle değildir. İlk kuşak psikologlar içinde yer alan Gustav Fechner, Wilhelm Wundt, William James, Alfred Binet gibi büyük isimler, daha çok paranormal fenomenleri araştırmakla meşgul olmuştur – kimi (Fechner ve James gibi) duyudışı algı olasılığına hayranlıkla, kimi (Wundt gibi) uygun metodolojinin uygulanmasının bu tür fenomenlerin buhar olup uçmasına yol açacağına olan kesin inançları nedeniyle. Çıkış noktaları birbirinden çok ayrı da olsa, hepsi de paranormalin psikologlar için meşru bir araştırma alanı olduğu konusunda hemfikirdi. Bu gerilerde kalalı çok uzun zaman olmuştur. Birinci Dünya Savaşı'ndan sonra resmi, akademik psikoloji bu tür araştırmaları bir kenara koymaya başlamıştır. O zamanlar "psişik araştırma", şimdiyse parapsikoloji adı verilen bu



Freud, her ikisi de Avusturya ordusu üniforması içindeki oğulları Ernst (solda) ve Martin'le, Ağustos 1916, Salzburg. Fotoğraf: Carl Ellinger.

araştırmaların sonuçlarına, psikoloji dergileri kapıları kapatmıştır. Parapsikologlar kongre düzenleme, dergi çıkarma ve kürsü kurma faaliyetlerini mecburen kendi çevreleri içinde yürütmüş, geleneksel araştırma kaynaklarından maddi destek alamaz olmuş ve çalışmalarının artık ders kitaplarına girmemeye başladığını görmüşlerdir. Yeniyetme psikoloji, bilim dünyasında kendine –tıpkı yerleşik bilimlerden fizik ve astronomi gibi– “somut”, ampirik, tercihen deneysel bir bilim olma özellikleriyle yer bulmaya çalışıyordu. Bu şöhret mücadelesinde doğaüstü ile ilişkilendirilmeye yer yoktu.

Kısmen aynı nedenden, psikanaliz de kendisini parapsikolojinin dışında tutmayı tercih etmiştir. Freud 1904'te, paranormal olarak nitelenebilecek hiçbir deneyiminin olmadığını, yine 1934'te bu konuda hiçbir değişim meydana gelmediğini yazmıştır.<sup>6</sup> Önseziye ilişkin deneyimleri olmuş, ayrıca hayatı boyunca birden çok kez kaderin cilveleriyle karşılaşmıştır. Gelgelelim bu ikisi hep birbirinden ayrı tezahür ettiğinden, önsezilerin ardından karşılaşılmayan bu cilveler her daim onu habersiz yakalamıştır.<sup>7</sup>

Freud 1922'de Viyana Psikanaliz Cemiyeti'nde verdiği bir konferansta, savaş esnasında “telepatik” izlenimi bırakan bir düş gör-

düğünü aktarmıştı. Cephede bulunan oğullarından birinin öldüğünü görmüştü düşünde. “Genç bir askerin gemiye uzatılan iskelede dikildiğini gördüm, karayla suyun ortasında; yüzü çok solgun geldi bana, seslendim, cevap vermedi.”<sup>8</sup> Üniforma da yoktu üstünde, daha önce öleyazdığında giydiği kayak giysisiyleydi. Simge açıktı. Ne ki oğlu, bereket, burnu bile kanamadan dönmüştü savaştan. Öte yandan küçük kızı bir keresinde gerçekten kan kaybından ölme tehlikesiyle karşı karşıyayken, o sakın sakın hastalarından birini dinlemeyi sürdürmüştü.

Telepatik düşler üzerine bunca şeyin yazılmış olmasını anlıyordu Freud. Düşler esrarengiz fenomenlerdir ve bu yüzden kolayca başka esrarengiz fenomenlerle bağdaştırılabilirler. Gelgelelim psikanalizin bundan kazanacağı bir şey yoktu. “Telepatik” bir düş normal düşlerden farklı bir yorumlama istemezdi. Gerek Amerikan gerekse İngiliz Ruhsal Araştırmalar Cemiyeti (Society for Psychical Research, SPR) üyesi olan Freud’un doğaüstü ile çok yakın bir bağ kurmaya ihtiyacı yoktu. Öğretisinin kendisi zaten yeterince tartışmalıydı.

Haberci düşler geçen yüzyılda böyle biraz yersiz yurtsuz bir durumdaydı. Birçok kişi için bunlar günlük kişisel gerçekliğin bir parçasıdır – kötü bir düşten sonra sabahleyin kim bir yakınına her şeyin yolunda olup olmadığını öğrenmek için bir bahane uydurup da aramamıştır ki? Gelgelelim psikologların çoğu bunu kendi alanlarının çok ilginç bir deneyimi olarak görmez. Altmışlı yılların ikinci yarısında bazı uyku laboratuvarları “telepatik düş” deneylerine kapılarını açmış ve bu araştırmaların sonuçları psikoloji dergilerine girmeyi başarmışsa da, geriye bakılınca, bunun daha çok akademik psikolojinin göstermek istediği mesafeli duruşun altını çizmeye yaradığı görülür.

### Telepatik Düşler: Deneyler

Antikçağda rahipler kutsal alan ve tapınaklarda, tanrıların düşlerde kendilerine sesleneceği umuduyla istirahat çekilirlerdi. Altmışlı yıllarda düş görülebilecek başka kutsal mekânlar ortaya çıkmıştı: uyku laboratuvarları. Bu, yalnızca paranormal kaynaklı düşlerin or-

taya çıkmasının beklenip beklenemeyeceğini değil, bu düşlerin doğrulup doğrulamayacağını da araştırmayı mümkün kılıyordu. New York'un Brooklyn semtindeki Maimonides Tıp Merkezi'nin Düş Laboratuvarı kadar üretken olan başka bir laboratuvar daha yoktu.<sup>9</sup> 1966 ila 1973'te, düşleri telepatik yoldan etkilemenin olası olup olmadığının araştırıldığı on beş kadar deney serisi gerçekleştirildi.<sup>14</sup> Deney düzeni onca yıl boyunca büyük ölçüde aynı kalmıştı: Laboratuvarın bir çalışanı "verici" oluyordu, düş gören denek ise "alıcı".

Deneylerin bir tanesinde, tanınmış düş araştırmacısı Robert Van de Castle denek olarak yer almıştı.<sup>11</sup> Başında EEG ve göz hareketlerinin kaydı için elektrotlar bulunan Van de Castle gece yatağın yolunu tutmuştu. Otuz metre kadar ötede, o gece nöbetçi olan çalışan da verici olarak yatağındaydı. Aralarında Dali, Vermeer, Cézanne gibi ressamların yapıtlarının olduğu 72 kartpostallık bir koleksiyon oluşturulmuştu. Her resim numaralı, saydam bir zarfta, sekiz zarf da bir arada yine numaralı, saydam bir zarfta duruyordu. Sekiz resimli dokuz zarflık tüm koleksiyondan iki adet hazırlanmıştı. Her akşam rasgele bir büyük zarf seçilip vericiye veriliyordu. Açması gereken küçük zarfın numarası ancak uyuyacağı odaya vardığında kendisine söyleniyordu. O anda sadece kendisi biliyordu hangi resmi o gece iletmeye çalışacağını. Van de Castle'da REM uykusu başladığında vericinin odasında, resme odaklanması gerektiğinin işareti olarak alarm çalıyordu. REM uykusu bitince verici tekrar uyuyabilirken, Van de Castle uyandırılıp düşünde ne gördüğü anlatırlıyordu. Ertesi sabah düşleri üzerine daha uzun bir görüşme yapıyor ve kendisine vericinin hangi resmi iletmeye çalıştığı konusundaki düşüncesi soruluyordu. Van de Castle'ın geceleyin ve sabah görüşmelerinde söyledikleri banda kaydedilip yazıya dökülüyordu.

Ardından düşlerle resimleri birbirlerine bağlayacak ince işçilik görevi başlıyordu. Van de Castle'ın önüne, önceki akşam seçilen sekiz kartpostaldan oluşan seri konuyordu. Düşlerindekiyle örtüşenleri ölçü derecesine göre sıralaması gerekiyordu. Kullanılan resmi üst yarıya koyarsa bu isabet sayılıyordu. Ancak bu olduğunda denek ve verici odalarından tekrar çıkabiliyordu. Bunun yanı sıra, düş raporlarının transkripsiyonları ve sabahki görüşme sekiz resimle bir-

likte dışarıdan bir hakeme postalanıyordu. Onun da transkripsiyonlara en çok uyan resmi derecesine göre sıralaması gerekiyordu.

Gizli servislerin operasyonlarını çağrıştıran ama parapsikoloji araştırmalarında kimin ne zaman neyi bildiği konusunda şaibe yaratmamak adına çok olağan olan bu prosedür sekiz gece boyunca titizlikle uygulandı. Bu serinin sonuçları muhteşemdi: Van de Castle iletilen sekiz resmin sekizini de üstteki dört sıraya, hatta iki tanesini de ilk sıraya koymuştu. Hakem ise altı tanesinde isabet sağlamıştı. Bu sonuç istatistiksel olarak anlamlıdır, nitekim yazarlar da o zaman burada katı deneysel koşullar altında düşlere telepatik bir etkinin var olduğunun açık bir göstergesinin bulunduğu sonucuna varmışlardı. Bu arada bu tür deneylerden sekiz tanesi tamamlanmış ve beş tanesi anlamlı sonuçlar ortaya koymuştu.

Ne ki Wyoming Üniversitesi'nde de bir uyku laboratuvarı vardı. Belvedere ve Foulkes adlı araştırmacılar New York'taki bu deneyi tekrar etmeye karar verdiler.<sup>12</sup> Etki gerçekten bu denli güçlüyse kendilerinin de bunu yapabilmeleri gerekirdi. Van de Castle gelip onlar için de sekiz gece düş görmeye hazırды. Deney iki değişiklik dışında mümkün olduğunca aynı çizgide hazırlandı. *İki* hakem olacak ve Van de Castle'ın ricası üzerine sanat röprodüksiyonlarının yerini dergilerden resimler alacaktı. Bu serinin sonuçları ayıltıcı oldu. Van de Castle üç isabet kaydetmiş, beşini tutturamamıştı. Yüzde ellilik şanstın bile düşüktü bu. Birinci hakem de aynı skora ulaşmıştı, ikinci hakemse dört isabet, dört hata ile şans olasılığını tamı tamına yakalamıştı. Boston Üniveristesi'nde yapılan bir başka tekrar denemesi de başarısız olmuştu.<sup>13</sup>

Buradan çıkarılacak sonuç ne olacaktı?

Deney tekrarlarının psikolojide fazla bir itibarı yoktur. Her ne kadar herkes deney tekrarlarının, belki sadece hileyi saptamak, rastlantıyı ekarte etmek, sonuçların genelleştirilebilmesini belirlemek için *mutlak hayatiyette* olduğunu onaylasa da, bunları yayımlatmak neredeyse imkânsızdır. Dipsiz kile boş ambar kabilindendir bu araştırmalar: Birinin olağanüstü bir deney tekrarı yapıp yayımlattığından gururla bahsettiğini pek duymazsınız. Parapsikolojide ise durum başkadır. Deney tekrarları günlük işlerdendir, kimi zaman bir deneyi onlarca tekrar izler ve bunlar teker teker yayımlanır. Bu alan-

da deney tekrarının mantığı üzerine de çok kafa yorulmuştur.<sup>14</sup> Deney ile tekrarı arasındaki ilişki de görüldüğünden daha karmaşıktır. Bir analogi bunu güzel açıklar.

Galile’nin sarkaç deneyi liselerde yaptırılan bildik deney tekrarlarından. Her öğrenciye uzunluğunu kendisinin belirleyebildiği bir sarkaç, ağırlıklar ve kronometre verilir. Deneyde soru, salınım zamanının uzunluğa, ağırlığa veya sapmaya bağlı olup olmadığıdır. Salınım zamanının ağırlık ya da sapmaya bağlı olduğunu “keşfeden” öğrenci bir yerde hata yapmıştır, zira Galile’nin salınım yasası yalnızca sarkacın uzunluğunun buna etkidiğini söyler. Bu deneyde demek ki tekrarın “doğru” veya “yanlış” yapıldığını gösteren bir kıstas vardır. Gelgelelim okul deneylerinin normal olmayan yanı da budur: Gerçek deneylerde sonuçlar önceden *bilinmez* ve yapımlarının nedeni de zaten budur. Bir deney tekrarının sonuçlarının da “doğru” ya da “yanlış” olduğunun söylenemeyeceği anlamına gelir bu. Belvedere ve Foulkes’un deneyi aynı şekilde tekrarlayamamasında iki yoruma açık kapı bırakmanız gerekir. Vardıkları sonucu ya –deneyinde salınım zamanının uzunlukça belirlenmediğini bulduğu için Galile’nin salınım yasasını çürüttüğüne inanan öğrencinin durumuna düşme tehlikesini gözdardı etmeden– düşlerin telepatik olarak etkilenebileceği varsayımının çürütülmesi olarak görürsünüz; ya da özgün deneyi düzgünce tekrarlayamadıklarının göstergesi olarak. Belki de yaptıkları o küçük değişiklikler etki açısından vahim bir hata idi yahut başka bir faktör daha vardı işin içinde.

Her iki deneyin de denegi olan Van de Castle sorunun nerede olabileceğine dair bir fikre sahipti. New York’taki deneylerde, adeta önüne kırmızı halılar serilerek karşılandığından, kendisine çok değer verildiği hissini yaşadığından, Maimonides’te telepatiye sıcak bakılan bir ortamın olduğundan bahsetmişti: “Araştırdıkları fenomene inanan insanların arasında bulunduğunu biliyordu.”<sup>15</sup> Wyoming’de ise ortam kuşkucu ve mesafeli idi. Öte taraftan, durum bundan kaynaklanıyorduyse niçin Maimonides’te de sekiz kereden üçünde anlamlı bir sonuç elde *edilemediği* sorusu işi daha da içinden çıkılmaz kılar.

Bu yeni yapılacak deney serilerinde ve tekrarlarında uygun faktörlerin izole edilmeye çalışılması gündeme getirilecekti. Bu man-

tığa göre, deney tekrarında laboratuvar, deneyi yönetenler, denek, vericiler, sıcak ortam, istatistiksel değerlendirme gibi özgün koşullar mümkün olduğunca aynı kalmalıydı. Maimonides ikinci bir olağanüstü bulguyu duyurduktan sonra olan da tam buydu.<sup>16</sup> Bu defa uyku laboratuvarlarında her biri bir gece geçiren sekiz denekleri –alıcıları– vardı. New York’ta yirmi kilometre ötedeki başka bir laboratuvar, “duysal bombardıman” için düzenlenmiş odasında bir verici hazırды. Vericinin etrafı bir film gösterilen üç metreye üç metrelik bir ekranla çevrilmişti. Her iki yanındaki güçlü hoparlörlerden uygun müzik geliyordu. Deneğin REM uykusu başlar başlamaz verici “duysal bombardıman”a maruz kalıyordu. Program rasgele seçilen altı kanaldan birinden oluyordu. Üç bağımsız hakem yine düş raporlarına en çok uyan programı derecesine göre bildirmekle yükümlüydü. Sekiz deneğin hepsi, iletilen programı üst yarıya koymuştu, haklı olarak rastlantı ile açıklanamayacak bir sonucu yine bu.

Bu deney de Belvedere ve Foulkes tarafından tekrarlandı, gelelelim bu sefer özgün deneyi yapan araştırmacılarla işbirliği yaparak. Sonuçları da birlikte bir makale haline getirdiler.<sup>17</sup> Verici, Alan Vaughan, Maimonides araştırmacılarının tanıdığı NewYorklu ünlü bir medyumdur. Gönderdiği sinyallerin üç bin kilometre ötede, Wyoming’daki uyku laboratuvarında geceleyen alıcılara erişecek denli güçlü olacağı umuluyordu. Deneklerin seçiminde, daha önce paranormal bir deneyimi olmak, ESP’ye olumlu gözle bakmak ve (kendilerine göre) güçlü bir düş belleğine sahip olmak temel kriterler olarak alınmıştı. Deneyden bir ay önce Vaughan Wyoming’e gelerek hepsi de kadın olan on dört adaydan çalışmayı tercih edeceği sekiz vericiyi seçmişti. Aynı “ayar”da buluşmalarını sağlamak amacıyla, alıcı ile verici iki ayrı kentteki yataklarının yolunu tutmadan hemen önce telefonla arandı. Vaughan özgün deneydeki gibi yine aynı “duysal bombardıman” odasında uyuyordu. Özenle kopya edilen koşullara karşın deney tekrarından alınan sonuçlar “rastlantı” sınırlarının içinde çıktı. Wyomingli ve NewYorklu yedi araştırmacı makalelerinde sonuç olarak, Maimonides’te yapılmış deneylerin maalesef başka araştırmacılarca veya başka laboratuvarlarda tekrarlanamadığını bildirdiler.

## Zihinsel Telsiz Telgraf

New York, Wyoming, Boston ve diğer yerlerde yapılan deneyler, telepatik veya durugörüsel düş diye bir şeyin olup olmadığı sorusuna kesin bir yanıt verememişti. Belki bu da beklenmeyen bir şeydi.<sup>18</sup> Parapsikoloji bir kuram arayan olgular koleksiyonu diye de tanımlanırdı. Kimi parapsikologlar, psikolojinin resmi dergilerinin kendilerine kapılarını kapamasının, bulgularının mevcut kuramları altüst edecek devrim niteliğinde sonuçları olmasından kaynaklandığına inanır. Gelgelelim, ne telepatik ne de durugörüsel düşler için somut bir açıklama var olmadığı sürece kimsenin mevcut kuramları korumaya almasına gerek yoktur. Psikologların çoğunun parapsikolojik bulgular konusunda rahatsız olduğu nokta daha ziyade bunların kuramsal bir *kökene* sahip olmayışıdır. Sonuçlar daha sonraki sorundur. Parapsikolojik araştırmaların sonuçları hakkındaki tartışmalar daha çok, “Önce olgular konusunda hemfikir ol, bu olguların kuramsal açıklaması daha sonra gelir” şeklindeki rustik dünya görüşü sınırları içinde gerçekleşir. Bu tutum –William James’i anacak olursak– “beyaz karga”yı aramak olarak ifade edilir.

James yirmi beş yıl boyunca, en azından bir tane iyi belgelenmiş, ikna edici paranormal iletişimi sunabilmeyi umarak harıl harıl bir ruhçu medyumlar araştırması yürütmüştü. Tek bir örnek yeterli olacaktı: “Tüm kargaların siyah olduğu yasasını çürütmek isteyen birinin, tek bir karganın bile siyah olmadığını kanıtlamaya ihtiyacı yoktur; bir tek karganın beyaz olduğunu kanıtlaması yeterlidir.”<sup>19</sup> Başka bir deyişle, aranan şey “varlığın kanıtı”ydı; telepati, medyumluk veya daha başka bir paranormal fenomenin gerçekten var olduğunu gösteren çürütülemez bir olguydu. Ne ki, aslında apaçık olan bu mantık tek bir tartışmayı bile hükme bağlayamamıştır; aksine, her bir beyaz karganın muzafferane sunumunun ardından, bu tek vakanın statüsüne dair ateşli polemikler çıkmıştır. Maimonides’te 1970’te gösterilmiş olan düşlere telepatik etki böyle bir beyaz karga idiyse, niçin kuş Wyoming ve Boston’daki meslektaşları onu gözlemek istediklerinde uçup gitmişti? Bazen aynı laboratuvar da ve aynı koşullar altında dahi var olmuyorsa, telepatik düşlerin var olduğu



sonucuna varılabilir mi? Bir şey beş kez var olup üç kez var olmayabilir mi?<sup>20</sup>

Böylesi bir “varlığın kanıtı”yla ilgili ikinci bir sorun, aslında bununla hangi hipotezin kanıtlanacağını açık olmamasıdır. Telepati veya durugörüşel düşlere dair parapsikolojik kuramlar ekseriya iki türde gelir.<sup>21</sup> Birincisinde –çoğunlukla görelilik kuramıyla kuantum kuramının bir sentezi– karmaşık bir yapı ortaya konur, ki dezavantajı, duyudışı haberleşmeden sorumlu olduğu söylenilen varsayımsal süreçlerle somut öngörülerin düzeyi arasında büyük bir mesafenin olmasıdır. Fizikçiler nadiren bu tür yapıları sınamanın cazibesine kapılır. Spektrumun öte yakasında daha ziyade metafora benzeyen kuramlar yer alır. Telepatik düşlerdeki kapalı metafor en çok radyo haberleşmesine benzer. “Vericiler” ve “alıcılar” vardır, duysal bombardımanın “sinyal”i güçlendirmesi gerekir, vericiyle alıcının aynı “ayar”da buluşmaları istenir. James ve Freud zamanında telepati, bir nevi zihinsel telsiz telgraf olarak tanımlanırdı, o günden bu yana çok fazla bir şey değişmemiştir.

Ne yazık ki bunun gibi metaforların yeni muammalar ortaya çıkarmak gibi bir dezavantajı vardır: Bu tür sinyallerin iletilmesi için neden sosyal anlamda sıcak bir ortama ihtiyaç olsun ki? Ama daha büyük sorun, açıklama güçlerinin tam olarak ne olduğudur. Nörolog Hadfield, İkinci Dünya Savaşı sırasında Londra’daki Chatham Deniz Hastanesi’nde çalışırken böyle bir telepatik düş vakasıyla karşılaşmıştı.<sup>22</sup> Bir gün, sabaha karşı düşünde ağabeyinin Fransa’da çarpışırken öldüğünü gördüğü için her türlü tedaviyi reddeden bir hastası olmuştu. Birkaç gün sonra Savaş Bakanlığı’ndan ağabeyinin gerçekten o gün o saatte öldüğü haberi iletilmişti adama. Hadfield, askerlerin o zamanlar binlercesinin ölmekte olduğunun ve hastasının bundan büyük bir kaygı duyduğunun bilincindeydi. Ne var ki, hastası düşünde ağabeyini hiç görmezmiş ve bu gördüğü düş o kadar canlı ve korkunçmuş ki, tedaviye gelecek enerji bırakmamış adamda. Düşün görüldüğü saatin kesin ölüm saatiyle uyuşması da göz önüne alınınca, Hadfield’e göre bu, paranormal bir kaynak izlenimini veriyordu: “Sinyal gönderen beyin ‘ölüm korkusu’ içindeydi” ve hastası düşünde bu sinyali almış olmalıydı. Başka bir deyişle, bunun gibi bir düş “kolayca telepatiyle açıklanabilirdi”.<sup>23</sup>

Bu “kolayca”yı aklınızın bir kenarında tutun biraz. Ardından Hadfield bu aktarımın nasıl olduğuna gelir. Bunun gibi sinyalleri hangi fizik mekanizması bir beyinden diğerine aktarabilirdi? Cazip bir olasılık vardı: beyin dalgaları. Neticede EEG ölçümleri sayesinde beyin elektrik dalgaları ürettiği biliniyor. Öte yandan, beyin dalgaları dünyanın öbür ucuna, hatta Fransa’dan Manş Denizi’ni aşarak Londra’ya bir mesajı taşıyabilecek kadar uzağa ulaşmaz. Hadfield değerlendirmesini biraz hoşnutsuzluk sezilen şu sözlerle bitirir: “Şu anda izahı hâlâ bir sır.”<sup>24</sup> Başka bir ifadeyle, Hadfield hastasının düşünün bir sırda basitçe açıklanabileceğine inanmıştır.

Paranormal düşleri laboratuvarında araştırma çabalarına karşı genellikle önc sürülen gerekçeyi radyo metaforuna uydurabilmek de aynı derecede güçtür. Vericinin iletmeye çalışması gereken malzeme, kendiliğinden olan telepatik veya durugörüşel düşlerdeki olay ya da deneyimlerle yaşananla aynı duygusal anlama sahip olamaz. Sanat röprodüksiyonları ya da dergilerden alınmış resimler, bir yakının ani ölümüyle, bir afetle, ciddi bir kazayla kıyaslanamaz. Belki de telepati ve durugörü için, sinyalin birazının düşe nüfuz etmesi isteniyorsa, duygu şiddetinin bir çeşit eşik değerini aşması gerekiyor. Böylesi olaylar bir deneyin kontrollü koşulları altına sokulup da araştırılabilmek için çok düzensiz ve çok nadirdir. Gelgelelim kimi zaman, duygusal yük koşulunu yerine getiren öyle durumlar olur ki sınımadan gene de tamamıyla vazgeçmeye gerek kalmaz.

## Galgenberg

9 Eylül 1987 günü Ahold’un patronu Gerrit J. Heijn, Bloemendaal’daki evinden kaçırıldı. Üç gün sonra ailesinin eline, şifreli mesajlarla süregidecek pazarlıkların başlangıcı olan bir zarf geçti. Polis kaçıranların bir çete olduğunu düşünüyordu; Heijn’i ellerinde tutuklarının kanıtı olarak onun sesinin kaydedildiği bir kaset yollamışlardı. Kaçıranlar yeterince hızlı hareket edilmediğini düşündüklerinden, daha sonra bir film kutucuğu içinde Heijn’in kesik serçe parmağını gönderdiler. Sekiz milyon florinlik fidyenin bir kısmının verildiği sırada parayı alan(lar) nasılsa sırda kadem bastı. Daha son-

ra ne kaçıranlardan ne de Heijn'dan bir ses seda çıkmayınca, Bayan Heijn televizyona çıkıp kocasının serbest bırakılması için duygu yüklü bir çağrı yaptı.

Araştırmada ancak, ertesı yılın şubat ayında, işaretlenmiş banknotlardan biriyle bir içki dükkânında ödeme yapıldığı belirlenince önemli bir ilerleme kaydedilebildi. 6 Nisan'da Landsmeer'li işsiz bir mühendis olan Ferdi Elsas gözaltına alındı. Daha aynı gün suçunu itiraf etti. Elsas her şeyi tek başına yapmış gibi görünüyordu. Sorgulardan kaçırmanın ne şekilde cereyan ettiği ortaya konabildi.

Heijn tam evinden çıkmak üzereyken Elsas onun arabasına binmişti. Adama aracını silah zoruyla, hazır bekleyen bir Fiat Uno'ya kadar sürdürmüştü. Heijn'ı ön yolcu koltuğuna zincirlemiş, Veluwe civarında uzun bir tur atmıştı. Heijn'ın sesini bir kasete kaydetmişti. Akşam saat dokuz buçuk sularında Doorwerth yakınlarında bir ormana sürmüştü arabasını. Heijn'a başka birinin gelip onu alacağını söylemişti. Bir süre sonra gelip arkadan kafasına ateş etmişti. Sol serçe parmağını kestikten sonra adamı oracığa gömmüştü. Parmağı buz dolu bir termosaya yerleştirmişti. Landsmeer'e varınca termostan çıkarıp buzdolabının buzluğuna koymuştu.

Kaçırma olayı çok yankı buldu. Basın toplantıları canlı olarak yayınlanıyordu. *Opsporing Verzocht* (Aranıyor) programının özel yayınlarında tekrar tekrar bu konuya dönülüyordu. Adalet Bakanlığı bir milyon florin ödül vaat etmişti. Olayın çözülemediği yedi ay boyunca on iki bin ihbar gelmişti. Bayan Heijn ve oğlu Ronald Jan, paranormal ihbarların da ciddiye alınmasını rica etmişti polisten. Polis reddetmişti bunu. Daha önce Heineken'in kaçırılma olayını çözmüş olan ekibin başı, Komiser Sietsma, o zamanlar paranormal ihbarların değerli araştırma zamanını çalmaktan başka bir işe yaramadığını açıklamıştı. O ihbarların daha sonra yapılan analizi bunu teyit etmişti.<sup>25</sup> Acı olan, Bayan Heijn'ın 2006 yılında yayımlanan anılarının da, polisin paranormal ihbarları araştırmayı reddetmesinin ne kadar akıllıca olduğunun altını çizmesidir.<sup>26</sup>

Bayan Heijn, Ronald Jan'ın babasının kaçırılmasının hemen ardından, kitapta Rink diye adlandırdığı bir "avralog" çağırdığını yazar.<sup>27</sup> Rink kısa zamanda ailenin güvenini kazanır, hatta ailenin isteği üzerine polisle yapılan görüşmelere katılır. Gayretle işe koyul-

muştur adam. Ronald Jan’la Heijn’in arabasının bulunduğu yere gider, orada kaçırılanların üç kişi, iki erkek ve 36 beden giyen kızıl saçlı bir kadın olduğu sinyali alır. Rink gelen bir mektuba da eğilir, bunun kesinlikle “ıslahevinden kaçmış bir psikopat”ın elinden çıkma olduğunu ve bir kenara bırakılmasında hiç sakınca olmadığını söyler; Elsas’ın ilk mektubudur söz konusu olan. Heijn’in sesini içeren kaset geldiğinde, Ronald Jan, polis hiç istemese de bunun Rink’e de dinletilmesinde ısrar eder. Adam Heijn’in iyi olduğunu ama kaldığı yere dair bir sinyal alamadığını, bunun için, kaçırılanların gönderdiği mektupların kopyalarının değil orijinallerinin kendisine verilmesinin gerekli olduğunu söyler. Polis bunları vermeyi reddeder. Sonra, Elsas’ın fidyeyi getirecek kişiyle konuşmak istediği telefon görüşmesinin kaydını dinlemesine izin verilir. Rink, “54 yaşlarında”, bıyıklı, saçları kırışmaya yüz tutmuş, eğitilmiş ve hafif suçlara bulaşmış bir Endonezyalı diye tanımlar konuşanı. Elsas eğitilmişti evet, ama Endonezyalı değildi, bıyıksızdı, o zamanlar 45 yaşındaydı ve sabıkasızdı. Rink çete içinde bir anlaşmazlığın patlak verdiğinin, özellikle Hollanda kolunun köteği yediğinin sinyali de alır. Heijn’in biraz ateşi çıkmış olabilir –kesik serçeparmağı gönderilmiştir– ama yaşadığı koşullara göre durumu iyidir: “Öğleden sonra elma ve biraz ekmek yemiş.”<sup>28</sup> Bayan Heijn kocasının iyi olduğuna sevinir. Gelen birçok mektubun ardından Rink, Heijn’in Normandiya’da, Dieppe civarında tutulduğu sinyali alır. Polis bu ihbarı görev adetmeyi reddeder. Ailenin bir yakını oraya gidip bir sürü fotoğrafla geri döner. Rink fotoğraflardan birini seçer: pancurları dökülmekte olan, çevresini otlar, çalılar bürümüş, kapısının önünde renkli canlı siyah bir Golf duran bakımsız bir villa – *burada* kalmıştır Heijn. Aile umutla bakar adamın yüzüne. “Ama Rink ağır ağır salladı başını. ‘Gideceğinizin kokusunu almışlar,’ dedi usulca. ‘Gerrit Jan’ı başka bir yere götürmüşler.’ Maalesef nereye olduğuna dair henüz sinyal alamamıştı,” diye yazar Bayan Heijn.

6 Nisan günü olay çözülüp de polis Gerrit Jan Heijn’in son gününün nasıl cereyan ettiğini anlatmak üzere ailenin evine geldiğinde Ronald Jan buna inanmaz. Arabasına atlar, önce Rink’le konuşacaktır. Daha sonra Rink uğrar eve. Bayan Heijn, “Çok üzgündü. ‘Aldığım sinyalleri yanlış yorumlamışım,’ dedi. Kaçırma olayları hiç

kendi alanı değilmiş,” diye yazar.<sup>30</sup>

Sietsma, aileyle polis arasındaki anlaşmazlığı, gelen paranormal ihbarları Hollanda Uygulamalı Parapsikoloji Enstitüsü’ne (Nederlands Instituut voor Toegepaste Parapsychologie, NITP) havale ederek ustaca çözmüştü. Buradaki bir çalışma grubu, durugörüsel düşlerden, vizyonlardan elde edilen ve medyumların aktardığı ihbarları kayıt ve analiz etmeye başlamıştı.<sup>31</sup> Polis, NITP’den rica gelirse “sınırlı sayıda ihbarı” değerlendireceğine söz vermişti. Toplam 1953 ihbar kaydedilmişti. Elsas yakalanmadan önce, Heijn’in kaldığı ve sonra fidiye parasının tutulduğu yeri belirlemek için bunlar incelenmişti. Daha sonradan ise olayın gerçek cereyan edişi ile karşılaştırmalar yapıldı.

İhbarların kaynağı çok çeşitliydi. 800’den fazlası “içe doğma” diye tanımlanmıştı. Onu takip eden-en büyük kategori 225 kere ile “bir düşte”ydi. “*Pendelen*” (çekül yöntemi) (100) ve “ruhlar” (35) da söylenenlerdendi. Kimi bildirilmiş, kimi de NITP sorunca öğrenilmişti. İlk aşamada yoğunlukla araştırılan malzeme, “benzerlikler”, yani bağımsız kaynaklardan gelen işaretlerdeki örtüşmelerdi. Medyumların sağladığı katkılarda bu tür benzerlikler hiç yoktu. “İndüktör” dedikleri –Heijn’in arabası, serçeparmağının konduğu film kutusu, Heijn’in pardösüsü gibi– kaçırma olayındaki somut nesneleri gönüllerince kullanma olanağına sahip oldukları halde işe yarar bir işaretle gelmeyi başaramamışlardı. Heijn’in kaldığı yer olarak çoğunlukla Kuzey ve Güney Hollanda illerinin adını vermişlerdi.

Her bir paranormal ihbar, Heijn’in sağ olup olmadığı, kaldığı yer ve çetenin kimlerden oluştuğu gibi somut öğelerle değerlendirilmişti. En çok verilen cevaplara göre, Heijn gerçekten hâlâ sağdı, aralarında yabancıların da olduğu, en az biri kadın üçten fazla kişi tarafından kaçırılmıştı. İl adı olarak en fazla Kuzey Hollanda, sonra da Gelderland verilmişti. İhbarda bulunanların yüzde 60’ından fazlası bir bölge veya yer ismi söylemişti. Çeşitlilik akıl almaz boyuttaydı. Heijn, Bollenstreek’te, Antwerp’te liman bölgesinde, Ameland’da, Ardenler’de, madenler bölgesinde, Amsterdam’da (101 ihbar), Bergen aan Zee’de, Franeker’de, Yerseke’de, Purmerend’deydi. Müstakil bir evde (201), gemi-evde (131), bir karavan veya yazlıkta (119), değilse bir sığınakta, madende, su kuyusunda, kilisede, de-

ğirmende tutuluyordu. Tutulduğu yer bir kanalın, otobanın, sanayi bölgesinin, ormanın, havalimanının, demiryolunun, araba mezarlığının, kamp alanının, deniz fenerinin, kilise kulesinin, su kulesinin yakınındaydı. Mercedes (41), Opel (30), Volvo (20) ile (bunların dışında 25 marka daha sayılmıştı) kaçırılmıştı. Yalnızca yüzde 0,3 Heijn’in Fiat Uno ile kaçırıldığını düşünmüştü.<sup>33</sup> Polis, NITP’nin ricası üzerine on üç kez olay yeri araştırması yapmış ama hiçbir bilgi sağlamamıştı bu.

Paranormal ihbarların belli başlı kaynakları “içe doğma”, “düş” ve “çekül yöntemi” idi. Bu ihbarlar, dört somut öge açısından –Heijn’in ölümü, Gelderland, Veluwe, tek fail– gözden geçirildiğinde, paranormal düşlerin içe doğmalardan daha çok bilgi sağlamadıkları görülmüştür. Sadece bir kişi kaçırmanın tek başına hareket ettiğini bildirmişti. Yarıdan fazlası Heijn’in hâlâ sağ olduğunu görmüştü düşünde. 133 düşün on tanesinde Veluwe, Heijn’in kaldığı yer olarak görülmüştü. İçe doğmalarda da yaklaşık aynı yüzdeler bulunmuştu. Çekül yöntemini kullananlar bu açıdan daha kötü yüzdeler sergiliyordu.

Raporu hazırlayanlar ellerindeki malzeme içinde buldukları bir benzerliğe yoğun bir dikkat harcamıştı. X olarak bildirilen bir medyum, Haarlem Emniyet Müdürlüğü’ndeki bir seansta bir an “Galgenberg” (Darağacı Dağı) demiş ve bir kâğıda üstünde darağacı kurulmuş bir tepe çizmişti. Gönderilmiş olan ihbar mektuplarından birinde de, çizilen bir haritanın üzerinde, Heijn’in gömülü olduğu yer olarak okla Galgenberg gösterilmişti. Polis bunun üzerine Deelerwoud yakınlarında bulunan Galgenberg’i köpeklerle taramış ama hiçbir şey bulamamıştı. Daha sonra NITP üyeleri medyumlarla birlikte bizzat oraya gitmişti. Galgenberg Heijn’in gömüldüğü yere on iki kilometre uzaklıktaydı.

Beş yazar, raporlarında bu sonucun anlamı üzerinde, her biri kendi içinde (yoksa birbirleriyle mi?) tam bir mutabakata varamamış gibi görünür. Ekip üyelerinden ikisinin, yalnızca bu yerde “doğru” yönlendirilmişlik gibi bir “hissi kuvvetle duymuş olmalarını ‘dikkat çekici’” olarak dile getirirler.<sup>34</sup> Yine, “Bay Heijn’i en yoğun aramış olduğumuz yerin kaçırıldığı gün olayın failiyle yürüdüğü yere (Deelerwoud) 1 km uzaklıkta oluşu da bir gerçektir”.<sup>35</sup> Öte yan-

dan, fidyenin teslim edildiği yerin on kilometre ötede olduğunun bilindiğini ve bu bilginin polisçe duyurulmasından kısa zaman sonra paranormal ihbarlarda çıkmaya başladığını da bildirirler. Burada eklenecek nokta, Medyum X'in neler söylediğine dair hiçbir bilgi olmadan "Galgenberg" raporunu değerlendirmenin güç olduğudur. Başka yer isimleri de saymış mıydı? Başka şeyler de çizmiş miydi? "Galgenberg" diyerek tam olarak neyi kastetmişti? Heijn'in orada fiziken bulunmuş olmasını mı? O çevrede tutulduğunu mu? Oraya gömülmüş olduğunu mu?

Galgenberg lokasyonu, "dosya çekmecesini sorunu" (*file drawer problem*) olarak adlandırılan bir komplikasyonun tipik örneğidir. Galgenberg benzerliğini bir tür isabet olarak kabul etseniz bile, değerini yalnızca isabet ve hatalar koleksiyonunun hangisinden geldiğini bilerseniz belirleyebilirsiniz. Paranormal ihbarlarla dolu bir çekmece (1953 ihbar bir çekmece doldurur) söz konusu olduğunda, aralarından bir tanesinin gerçek olay mahallinin civarlarında çıkma olasılığı oldukça büyüktür. Görsel bir düşünce deneyidir bu: Bir Hollanda duvar haritasının önünde durun; bir pergel alıp ucunu, paranormal ihbarlarda adı geçen yüzlerce yer adından her birinin üzerine koyup on iki kilometre yarıçaplı daireler çizin. Heijn'in bulunacağı yerin bir dairenin *dışında* yer alma olasılığı çok büyük olmayacaktır.

Dosya çekmecesini sorunu aynı şekilde "normal" psikolojide de görülür elbette, gelgelelim bu parapsikoloji araştırmalarında apaçık bir karakterdedir ve uzun zamandır böyledir.

Tarihte Heijn olayının bir benzeri, 1932 Martında havacılığın öncülerinden Charles Lindbergh'in bir buçuk yaşındaki oğlu kaçırıldığında olmuştur. O olay da bir müddet çözülememiş ve yine orada da kurban olay günü öldürülmüştü. Minik ceset, iki ay sonra Lindbergh'in evinin birkaç kilometre uzağında, ormandaki küçük bir çukurda bulunmuştu. Fail, Hauptmann soyadlı Alman bir marangoz çıkmış, adam elektrikli sandalyede ölümle cezalandırılmıştı. Kaçırma olayından iki gün sonra Harvard psikologlarından ikisi, durugörüşel düşlerin kendilerine gönderilmesi çağrısında bulunmuştu.<sup>36</sup> Yaptıkları analiz, Heijn olayındakilerle çok benzerlik gösterir. Düşlerin yüzde 95'inde çocuk sağdı. Sadece dört düşte oğlan

ölü ve ağaçlar arasında bir yere gömülüydü. Bu dört düşün bulunduğu çekmece 1300 düşle doluydu.

## Koyunlar ve Keçiler

Psikologlar paranormal düşlerin araştırılmasını büyük bir zevkle, bulgularını kendi dergilerinde yayımlatan parapsikologlara bırakmıştır. Kendileri ise büyük bir azimle, paranormal fenomenlere *inan* insanları araştırmışlardır. Psi’ye inancı “ölçebilmek” için değişik ölçekler geliştirilmiştir. Hazırlanan anketleri cevaplayanlar, “Sadece telepati diye açıklayabileceğim bir olay yaşadım”, “Duyudışı algı diye bir şey vardır” veya “Bir kere düşümde gelecekte haber aldım” gibi önermelere ne derecede katıldıklarını altı puanlık ölçeklerde işaretlerler.<sup>37</sup> Daha sonra bu tür ölçeklerden elde edilen skorlara bakılarak, “inanamlar” ile “inanmayanlar”ın birbirlerinden, kişilik, yaş, cinsiyet, zekâ düzeyi veya ruhsal denge açısından ne kadar farklılık gösterdikleri araştırılır.

Bu ayrım için kullanılan meslekî terimlerin kökeninde İncil yatar. Matta 25:31-33’te, İsa’nın dönüşünde, çobanın koyunlarla tekelelerini ayırışı gibi, kutsananları lanetlilerden nasıl ayırdığı yazar. İngilizce İncil’de bu, “koyunlar” (*sheep*) ve “keçiler”dir (*goats*). 1942’de parapsikolog Schmeidler psi’ye inanan insanlar için koyun ve inanmayanlar için keçi terimlerini kullanıma sokmuştu.<sup>38</sup> Denek gruplarını ikiye ayırırken pratik bir çözüm olarak düşünmüştü bunu, başka bir amacı da yoktu. Ne ki bu iki grup arasında çok ilginç bir fark keşfetmişti: Paranormal fenomenlere ilişkin deneylerde koyunlar sistematik olarak hep keçilerden daha başarılıydı – bir bakıma, duyudışı algının teyit edilişiydi bu. Psi’ye inanmak onun ortaya çıkışını kolaylaştıran bir etkiye sahipti. Bu “koyun-keçi etkisi” o günden bu yana onlarca deneyde gösterilmiştir.

İncil’de, koyunlara dahil olmak en hayırlısıydı. İsa onları sağına koymuş, kurtulmuşlardı; sola konan keçilerin sonuysa ebedi ateşti. Psikolojide ilişkiler başkadır. Koyunlara dahil olanlar her şeye inmaya, telkine, kolaylıkla hipnotize edilmeye eğilimlidir; öğrencilik yaşamında düşük notlar alır, manik-depresif bozukluk veya şizofre-



niden mustarip kişilerde de görülen deneyimleri yaşarlar.<sup>39</sup> Ne ki koyunların ayrımı ilk belli ettikleri nokta olasılık ve rastlantıyı kavramada zayıf oluşlarıdır. Deneklere, hilesiz bir para iki yüz kez atılırsa, arka arkaya en fazla kaç kez yazı (ya da tura) gelebileceği sorulduğunda, koyunlar beş demiş, keçilerse doğru cevap olan sekize çok yaklaşmışlardır. Koyunlardan hayali bir zarı art arda atmaları ve gelen rakamları yazmaları istendiğinde de, yazdıkları tekrar gelme sayısı az çıkmıştır: Peş peşe dört kez altı geldikten sonra bir kere daha altı gelmesini çok küçük bir ihtimal bulmuşlardır. Oysaki “gerçekte” rastlantı, sezgilerinin izin verdiği orandaki rastlantıdan çok daha fazla görülen bir düzenlilikte olur. Bu yüzden koyunlar yalnızca şans ve tesadüf olan bir şeyde bir anlam görmeye başlar.

Parapsikolog olarak meslek hayatına atılıp sonradan “normal” psikolog olmak için alanını terk eden Susan Blackmore da, inancın haberci düşlerde doğduğunu öne sürer.<sup>40</sup> Koyunlar rastlantının ne lere muktedir olduğunu anlamazlar. “Çıkan” düşleri vardır onların, oysaki ara sıra jolan bir olayın görmüş oldukları bir düşle tesadüfen örtüşmesinden öte bir durum söz konusu değildir. Koyunların düştükleri hata, doğru olan, “*Birinin* düşte gördüğü bir şeyin daha sonra gerçekten olma olasılığı ne kadardır?” sorusu yerine, “*Düşte gördüğüm* bir şeyin daha sonra gerçekten olma olasılığı ne kadardır?” sorusunu kendilerine sormalarıdır.<sup>41</sup> Olivastro 1991 yılında bunu hesaplamış, ikinci sorudaki olasılık için deyimlerdeki “milyonda bir”i alıp her Amerikalının gece boyu tek bir düş gördüğünü varsayarak, bunun tüm ABD için gecede 250, yılda 90 bin haberci düş olacağını bulmuştur.

Haberci karakterde olsun olmasın, herhangi bir düşününüzü düşünürken ABD’nin bütün nüfusunu işin içine katmak istemerseniz bile, o tek düşü hayatınızdaki belki yüzlerce düşün ışığında değerlendirmeniz gerekir. Birkaç yıl önce dört yüze yakın kişiyle haberci düşler üzerine görüşülmüştü.<sup>42</sup> Yarıdan biraz azı böyle bir düşü kendi deneyimlerinden biliyordu. Dört yüz kişinin dörtte biri haberci düşlerin paranormal kaynaklı olduğuna inanıyordu. Bunların yarısı kadarı bunun doğal bir açıklaması olduğunda ısrar ediyordu. Kişinin haberci düşlerle olan deneyimi arttıkça, paranormal bir açıklamaya inanma olasılığı da artıyordu. Başka bir araştırmada –Susan Black-

more'un İngiliz *Daily Telegraph* gazetesi okurları arasında yaptığı büyük çaplı anketi— katılımcıların yüzde altmışı, genellikle haberci düşlerle ilgili kendi deneyimlerine dayanarak, paranormal fenomenlere inandığını bildirmişti.<sup>43</sup> İnanç ve kişisel deneyim burada yarı yolda buluşuyordu. Kimi düşlerin paranormal bir kaynağı olabileceğine inanan kişi, kendi düşünü de haberci olarak yorumlamaya daha çabuk yatkınlık gösteriyordu. Blackmore'un anketinde 6238 katılımcıdan yüzde onu, önceki gece yıllardır görmedikleri birini rüyalarında gördüğünü bildirmişti.<sup>44</sup> Anketin daha çok düş yaşamlarında bildirilecek ilginç bir şeyler olduğuna inanan kişilerce doldurulmuş olduğunu dikkate alacak olsanız bile, gece başına altı yüzu aşkın böyle düş çok büyük bir miktardır. İşi sağlama almış olabilmek için, gerçekte altmış adet olduğunu varsaydınız diyelim. Düşün “haberci” düş olma olasılığı yine de azalmaz, çünkü böylesi bir düşün çıkabilmesi için türlü türlü mecralar vardır. Kahvaltıda gazeteyi açarsınız ve rüyanıza giren kişinin ölüm ilanını görürsünüz. Yahut ölmemiştir, tam o sırada telefon eder. Veya çarşıda karşılaşsınız. Tekrar: Başınıza böyle bir şeyin gelmesi ihtimali, belki sizin için hâlâ inanılmaz bir tesadüftür, ne var ki tüm düş görenler bir arada olunca, inanılmazı sıradan kılar.

### Korkuluk

Psikanalistler haberci düşlerle ilgilenme yöntemlerini böyle geliştirdiler. İsviçreli Hans Zulliger 1951 yılında ona bir “haberci düşünü” anlatmak isteyen bir ziyaretçiyi kabul etmişti. Tırnak içindekiler Zulliger'a aittir. Ziyaretçi altmış yaşlarında emekli bir tüccardır ve halen sağdır. Adamın tutkusu balık avlamakmış, evinin önündeki gölde muntazaman balığa çıkarmış. Şu düşü görmüş: “Gölde kürek çekiyordum. Kıyıdan uzak olmayan, çok özel bir mevkide, beline kadar kuma gömülü, kollarını iki yana açmış bir adam görüyordum aniden. Korkmama ramak kala, bunun sadece birilerince suya atılmış bir korkuluk olduğunu anlıyordum.”<sup>45</sup>

Sabah karısına anlatmış gördüğü düşü, kadın da küçümsercesine, “Rüyalar anlamsızdır,” demiş. Gene de bu düş adamı çok etkile-

miş. Birkaç gün gölün o bölümüne gitmemiş. Bir hafta sonra unutmuş düşü, yine kürek çeke çeke oradan geçiyormuş ki, ürpererek tam da aynı yerde, boğulmuş bir adam cesedi görmüş. Suyun bir buçuk metre altında, beline kadar kuma gömülü, kolları yukarı kalkmış bir ceset. Derhal aklına düşü gelmiş yine. Yardım çağırmış, ölü-yü kumdan çıkarmaya çalışmışlar. Derken gazla şişmiş ceset birden yüzeye fırlamış. Daha önce kıyıda veda mektubu bulunmuş olan adam çıkmış bu. Ziyaretçi, Zulliger'ı bir eğlencede haberci düşlere inanmadığını dile getirirken duyduğunu, bu yüzden düşünüy kendisine anlatmaya geldiğini söylemiş.

Zulliger ikna olmamış. Konuşmaya devam ettiklerinde, adam daha evvel gölden bir ceset çıkarmaya yardım etmiş olduğunu anlatmış. O ceset de çürümenin ileri safhasındaymış, bir kolu kaldırmak isterken, kol kopayazmış. Bu şoku atlatması epey bir zaman almış. Adam hikâyesini anlatadururken, Zulliger gizlice bir deney yapmaya karar vermiş. Cep saatini cebinden öylesine çıkarıp, zincirinden ayırmış ve geri sokmuş cebine. Yaptığı şeyi ziyaretçisinin görüp görmediğine de dikkat etmiş. Görüşmenin sonunda Zulliger adama konuşma esnasında ne yaptığına dikkat edip etmediğini sormuş. Puroyla çakmak ikram ettiniz, demiş adam. Başka bir şey de görmemiş. Basbayağı bakmış ama bir şey görmemişti, diye yazar Zulliger. Bu "haberci" düşün anahtarı burada yatmaktaydı. Düşten önceki gün cesedin durduğu o yerden kürek çekerek geçmiş olmalıydı adam, ne ki o zaman da kayda geçirmeden kayıp geçmişti bakışları. Ama bilinçdışı bir kısmını kaydetmiş olmalıydı ki, tıpkı savaş sarsıntısı yaşayan askerlerin kâbuslarında olduğu gibi, o travmatik manzara düşte tekrar belirmişti. Böyle düşlerin amacı da buydu zaten: korkunun yavaş yavaş aşınması için travmatik olayları tekrarlamak. Peki, o korkuluk nedendi o zaman? Düş aynı zamanda uykunun bekçisidir, bu yüzden hikâye uyarlanır: "Korkulacak bir şey yok, gerçek bir ceset değil bu, samandan kukla, sen mışıl mışıl uyumaya devam et."<sup>46</sup>

Bu düşte, adamın yaptıklarını, yaşadıklarını hassas bir dengede tutan psikolojik güçler devredeydi. O cesedin durduğu yerden daha ilk geçtiğinde, görüntü, bilinçdışı bir bölümüne de olsa belleğine kaydolmuştu. Bastırmanın sonucuydu bu: Daha önce bir cesetle ya-

şanan o travmatik deneyim nedeniyle, yeniden bir cesetle karşı karşıya kalmak, bilinçli düşünmeye ağır bir yük olacaktı. Bilinçdışı da adamı bir süre oradan geçirmeyerek korumuştur. Ne var ki birkaç günden sonra vicdanı devreye girmiş, bilinç düzeyinde tartmalar söz konusu olmasa da üstbenlik cesedin oradan çıkarılması gerektiğini söylemişti adama. Bir hafta sonra ancak, aslında neyi kaydetmiş olduğunu kendi gözleriyle görebilmek için cesaretini toplamış, cesedin bulunduğu yere tekrar kürek çekmiş ve bu kez fark etmişti onu. Düşü, haber vermemiş, hatırlatmıştı.

Zulliger, ziyaretçisini haberci düş görmediğine inandırabileceğinden kuşkuluydu. Şansı fazla değildi gerçekten. Bu, talihsiz adamı, haberci düş gibi bir bilinmezi bir sürü yeni bilinmezle –bilinçdışı algılar, görürken görmemek, kamufle bir ceset, ilkin o yerden kendisini uzak tutup sonradan illa gönderen bilinçdışı dürtüler vs.– değiş tokuş etmeye davet etmek olurdu. Hatta psikanalizin esaslarına aşına biri bile olsa, gördüğü boğucu düşle bir hafta sonraki gerçeklik arasındaki ayrıntılı benzerliği, bilinçdışı süreçlerin ortak çalışmalarına başvurarak (burada kullanılacak en doğru terimle) rasyonalize etmesi için muhtemelen çok çaba harcaması gerekecekti.

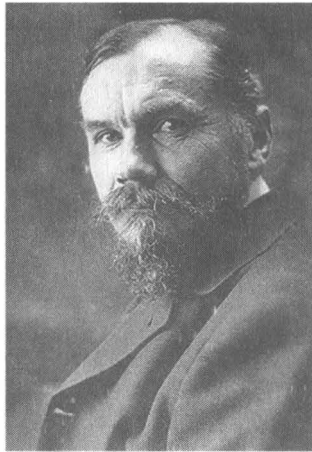
En nihayetinde, Zulliger’ın ziyaretçiden istediği şeyin, psikologların prekognitif düşlerin nicel analizlerinde ileri sürdüklerinden çok fazla bir farkı yoktur. Geceki düşünün ertesi gün en ince ayrıntısına kadar çıktığını görerek şaşkınlığa uğramış birine psikologlarca, düşünüyün bin, on bin, yüz bin ile çarptıktan sonra ancak, başına geleni doğru değerlendirebileceği çerçeveyi bulacağı söylenir. Burada büyük miktarlardaki rakamların istatistiği, psikanalizin bilinçdışı için boşalttığı yeri alır; kuramsal bir gerekçenin, kişisel bir deneyimin ikna gücü karşısında daha soyut bir perspektifin konması gerekir. Paranormal düşler üzerine yapılan anketler, düş görenlerin en fazla yarısının buna hazır olduğunu ortaya koymaktadır. Diğer yarı, düşlerde bazen bilimin açıklayamayacağı şeylerin olduğuna inancını korur.

# Düş Gördüğümüzü Bilmek

## Berrak Düşler Üzerine

FREDERIK VAN EEDEN için 1913 korkunç bir sene oldu. Oğlu Paul'a 1911 Martında Van Eeden'in çoktandır korkup durduğu tanı konmuştu: verem.<sup>1</sup> Paul, Van Eeden ailesinin hep tasa edilen çocuğu olagelmışti. En büyük oğlu Hans mühendis olacak ve 93 yaşına kadar yaşayacaktı. Ama o zamanlar daha yirmi ikisinde olan Paul tedirgin ve çok hassas biriydi, hayatta bir türlü huzura eremiyordu. Doktorasını 1886'da, veremli hastalarda yapay beslenme üzerine yaptığı çalışmayla vermiş, bir sürü hastayı ölümlerine dek takip etmiş biri olarak, Van Eeden, Paul'un hastalığının nasıl sonlanacağını biliyordu.

Tanının ardından, ilki Kuzey Denizi kıyısındaki, sonra da Almanya içlerindeki sanatoryum ziyaretleri başladı. Paul'un yataklı tedavisi sürerken, Van Eeden kendini acımasızca suçluyordu. Hastalığın verem bakterisinin bulaşması sonucu ortaya çıktığı 1882'den beri bilinmekteydi, ama hastalığın ilerlemesinde, o zamanki görüşe göre, psikolojik etmenlerin de rolü vardı. Dertler, gerilimler vücudun direncini düşürebiliyordu; 1907'de Martha van Vloten'dan boşanmakla oğlu Paul'u da büyük bir kedere boğmuş olmaktan ötürü kendini affedemiyordu Van Eeden. Sanatoryumlarda kalışların bir faydası olmadı. Paul'un tedavi olabileceği en iyi yer Davos'tu ama buna da Van Eeden'in gücü yoktu. Dostlarının bağışlarıyla bu mümkün olduğunda ise, Paul'un genel durumu o yolculuğu kaldıramayacak denli kötülemişti. 1912 Haziranında Van Eeden oğlunu eve getirdi; Paul 21 Şubat 1913'te burada öldü.



Frederik van Eeden,  
1910 civarı.

Van Eeden disiplini elden bırakmadan düş günlüğünü yazmaya böyle zamanlarda da devam etmişti. Ocak 1912’de düşünde Jan Schokking’i, ince hastalıktan ölen, münazara grubundan eski bir arkadaşını gördü. Yirmi altı yıl sonra gördüğü bu düşte arkadaşı “elma yanaklı ve şişmandı; hastalıktan da tamamen kurtulmuştu”. “Paul’u ve bu hastalıktan birinin tamamıyla kurtulmasının nasıl mümkün olabildiğini düşündüm. Uyandığımda Jan Schokking’in, daha öğrencilik yıllarımda, kendisini yapay beslenmeyle tedavi ettiğim dönemde hastalığa yenik düştüğünü hatırladım. Bu düşte ince bir gaddarlık, acı bir şaka vardı. Kahvaltıya indiğimde Paul’un hekiminden gelen bir mektup buldum, Paul’da hemoptiz (kan tükürme) olduğunu yazmıştı.”<sup>2</sup> Paul öldükten sonra, birkaç gün bile geçmeden, Van Eeden’in düşlerine girmeye başlamıştı – kimi zaman huzur veren “varlığı”, kimi de düşü zinaya eğilim gösterdiğinde uyanan sesi ile.

Paul’un ölümünden birkaç hafta önce Van Eeden düşler üzerine vereceği bir konferansı tamamlamıştı. Ruhsal Araştırmalar Cemiyeti’nde (SPR) düş kuramlarını açıklamak üzere Londra’ya davet edilmişti. Bu konferansını 22 Nisan 1913’te verdi.<sup>3</sup> Bu cemiyet o sıralarda büyük bir üne sahipti. SPR 1882 yılında paranormal fenomenlerin araştırılmasına bir temel oluşturmak üzere kurulmuştu.

Uzman komiteleri telepati, hipnoz, duyudışı algılama, ruh görme, ölümlerle haberleşme gibi alanların sınanmasına yönelmişti. Cemiyet daha en baştan büyük isimleri kendisine bağlamayı bilmişti. İlk üyeleri arasında, katot tütünün öncülünün mucidi Crookes gibi fizikçiler, elektronun kâşifi Thomson, biyolog Alfred Russel Wallace, mantıkçı Dodgson (Lewis Carroll) ve eski başbakanlardan Gladstone ile müstakbel başbakan Balfour gibi toplumun kalburüstü kişileri vardı. 1913'te SPR'nin başkanı Henri Bergson idi. Cemiyetin Amerika kolunu birkaç yıl William James yönetmişti.<sup>4</sup> SPR'nin kurucu üyelerinden klasik diller uzmanı Frederic Myers, 1892'de Van Eeden ile temasa geçmiş ve ikisi daha sonra dost olmuştu.<sup>5</sup> Cambridge'de, Bussum'de buluşmuş ve Van Eeden'in muayenehanesinde, Myers'ın da medyumlarla yaptığı deneylerde karşılaştıkları paranormal fenomenler üzerine birbirleriyle mektuplaşmışlardı. Van Eeden 1913'te Londra'ya geldiğinde Myers öleli on iki yıl olmuştu, ama bu Van Eeden için, onunla olan dostluğunun sonu anlamına gelmiyordu.

Van Eeden, uluslararası düş literatüründe adının arada bir de olsa anılmasını, SPR'de verdiği konferansta aslında terminolojik bir ayırtımdan öteye geçmeyen bir şeye borçludur. Düşleri A'dan İ'ye, dokuz kategoriye ayıran bir sınıflandırma sunmuştu. Bu sınıflandırma da unutulmuştur, bir kategori hariç: E sınıfı – düş görenin düş gördüğünün bilincinde olduğu düşler. Van Eeden bu tür düşleri *lucid*, berrak olarak adlandırmış, böylece berrak düşün isim babası olmuştur.

## E Sınıfı Düşler

Konferansının en başında daha, Van Eeden berrak düşü en önemli düş türü olarak göstermiştir. Berrak düşlerini 1898'den itibaren düş günlüğüne yazmaya başlamış ve o güne değin 352 tane biriktirmişti. Düşleri sınıflandırırken –aralarında sıradan düşler, çok canlı düşler, simgesel düşler, şeytani düşler ve patolojik düşlerin de olduğu– her kategoriye yedi özellikle belirtmiştir. E sınıfı düşlerde bunlar şöyleydi:

*Genel karakter:* çok hoş, çoğu havada süzülerek ya da uçarak. *Zamanı:* sabah 5 ile 8 arasında. *Bedensel durum:* fevkalade. *Düşte gün içi yaşantısındaki idrak:* hemen hemen tam. *Uyanınca hatırlama:* net. *Görülme sıklığı:* oldukça sık. *Uzun süreli etkisi:* çok huzur verici, bazen ikaz edici.<sup>6</sup>

Van Eeden konferansının neredeyse üçte birini bu tür düşlere ayırmışsa da, berrak düşlerinde yaşamış olduklarının ancak çok küçük bir bölümünü aktarabilmiştir. Berrak düşler görmeye 1898'de başlamadığı gibi, 1913'ten sonra da berrak düşler görmeyi bırakmamıştır. En son berrak düşünüyü Eylül 1923'te not etmiştir. Düş defterleri ve düş günlükleri hiç çevrilmemiş, bu yüzden Van Eeden'in berrak düşlerin kuramsal temeline katkıları hak ettiğinden daha sınırlı olmuştur.

Berraklığın temeli, düş görürken bilincin gayet berrak olup, düş görenin gün içindeki durumlarını hatırlaması, dikkatini yönlendirebilip düşüne yön verebilmesidir. Berraklık, adeta bilincin artık iki katmanı –düşün öyküsüyle o öykü üzerine düşünebilme yetisi– ortaya çıkmışçasına bir iki-katmanlılık sunar. Van Eeden bir gece, gözüne kaçan ve bir türlü çıkaramadığı toz zerresiyle uyur. Düşünde gözkapağını çevirip zerreyi çıkarsın diye hekim hekim dolaşır. Küplere de binse, hiçbirisi yardımcı olmaz. Düş ilerledikçe, hekimlerin neden yardım edemeyeceklerini anlar: Aksi halde düş gerçeklikten kopacaktır, zira toz zerresi hâlâ gözündedir. Bazı berrak düşlerinde yineleyen düş öğelerinin kaynağı hakkında kafa yorar – gündüz kalıntıları mıdır bunlar, gizli özlemler midir? Düş yaşamında dikkat çeken, taç sahibi ve başka yüksek mevkilerde birçok kişi bulunması ve bunlarla çok samimi olmasıdır. Kral III. Willem kendisine hekim olarak danışmak ister; Alman kayzeriyle, İngiliz kralıyla buluşur; Belçika kralı Leopold'u ziyaret eder, o da kendisine neden daha evvel gelmediğini sorar; bir vapur gezisinde Başkan Poincaré ile karşılaşır; Ford ile gizli bir görüşme yapar ve bir defasında İngiliz başbakanı Lloyd George kendisini ziyarete geldiğinde sakın sakın onun başını okşar, “devam etmemi istedi, sonra da göğsümde uykuya daldı,” diye yazar.<sup>7</sup> Yine böyle bir düşünde, bu kez Bismarck vardır ve onunla çok sıkı fıkıdır, kendi kendine düşün içinde şu soruyu sorar: “Sürekli ünlü, yüksek mevkide kişilerin düşlerime girmesi, gizli bir dünya çapında şöhrat olma özlemi mi?”<sup>8</sup>



Berraklık sırasında eleştirel bakış belki bütünüyle sağlam değilse de, içindeki saçmalıkların çoğun ancak uyandıktan sonra fark edildiği sıradan düşlerden daha keskindir. 1906'da düşünde Hans ile boy aynaları asılı bir salonda yürürken görür kendisini. Birlikte bir tanesinin önünde dururlar, kendilerine hiç benzemeyen belli belirsiz bir tip durmaktadır karşılarında.

O zaman anlamaya başladım uyuduğumu ve düş görmekte olduğumu. Hans'a: "Düş görüyorum, çok yorgundum, bir yerde uyuyakalmışım," dedim. Nerede uyuyakaldığımı hatırlayamamak huzursuz etmişti. "Kim bilir nerede uyuyakaldım, belki de sokakta veya merdivende, giysilerimle."

Huzursuzluk artınca da, nerede uyuduğumu görmek için uyanmanın gerekli olduğunu düşündüm. Az bir çabayla, keyfimce uyandım ve hemen akabinde yatağımda huzurla uyumakta olduğumu fark ettim.<sup>9</sup>

O "az bir çabayla" boşu boşuna yazılmamıştır burada, zira Van Eeden berrak düşlerde uyanma dileğinin genellikle "yalancı bir uyanma", düşünde uyandığını görme ile sonlandığının farkına varmıştı. Bir düşünde biri Van Eeden'a değnek verir. Uyanır ve elinde gerçekten de değnek olduğunu sevinçle görür. Sonra gerçekten uyanır – değnek yoktur. Yahut düşünde direkt uyandığını görür, uykudan uyanınca şaşkınlıkla şu soruyu sorar kendisine: "*Gene mi düş görüyormuşum?*"<sup>10</sup> Berrak düş bazen o denli inatçıdır ki, arka arkaya üç kere uyandığını görür düşünde, her seferinde de bir önceki uyanmanın düşte olduğuna şaşırır.

Berrak düş görürken Van Eeden bir araştırmayla meşgul olduğunu unutmaz. Bir gece rüyasında bahçede yüzükoyun yattığını görür. Ama düş gördüğünden ve yatağında sırtüstü yatmakta olduğundan da emindir. Yüzükoyun yatma hissinden sırtüstü yatma hissine geçişin nasıl olduğunu gözlemek için mümkün olduğunca yavaş uyanmaya karar verir.

Tamamen uyanmadan hemen önce, "hiç kıpırdamadan dönmenin en acayip algısını" yaşar.<sup>11</sup> Kısa bir anlığına her iki beden de algılanmıştır. Başka bir düşünde sol ayasına tükürüğüyle haç çizer, sonra da uyandığını görür düşünde, elini yanağına bastırır, haçı hissederek, derken gerçekten uyanır ve elinin göğsünün üzerinde durduğunu gözler. Van Eeden bütün bu deneylerinde gerçek bir etkiyi

uyanınca göremeyince şaşırılmaktadır. Düşünde koşar, ama uyanınca kalbinin hızla atmadığını fark eder. Şarkı söyler, avazı çıktığı kadar bağırır, karısındansa mışıl mışıl uyuduğunu duyar sonra. Ağlar, ama yanakları kupkurudur uyanınca.

Düşe yön verebilme olanağı –ya da bunu yapabileceği hissi– Van Eeden’da düş görürken dış dünyaya bir işaret, sonradan, uyanınca düşün teyit edilebilmesi için bir sinyal veya şifre verebilme özlemine doğurmuştur sık sık. Düşlerinden birinde bu niyetini birisine söylediğini anımsar: “Bir meydanda derhal birisine doğru yöneldim, orada oturan bir kadındı, konuştum. Ne rica ettiğimi hatırlamıyorum, neticede de hiçbir şey olmadı, zira ihtilamla biten şehvetü bir düştü, ama güzel ve her zamankinden daha az hayvaniydi.”<sup>12</sup> Kızıl saçlı, gözlüklü, eğri burunlu bir adamla karşılaştığı başka bir düşteyse daha fazla bir başarı elde etmiş gibidir. Van Eeden adamla konuşur, o esnada “Bussum ’de” uyumakta olduğunu söyler ona ve “Bana, Dr. Frederik van Eeden’a, düşümde sizinle konuştuğumu bildiren bir mektup yazın. Bu benim için bir kanıt olacak,” der.<sup>13</sup> Düşünde daha sonra adamın elinde mektupla çıkageldiğini görür, mutlulukla, “Vay canına! İşte geldi!” diye geçirir aklından, ama neticede bunun da düşe ait olduğunu bilmektedir.

Van Eeden’in paranormale olan mevcut eğilimi, yaşlandıkça daha da artmıştı. Medyumlarla deneyler yapıyor, SPR adına tinsel deneyler gerçekleştiren Myers’ı yakından takip ediyordu. Ocak 1901’de Myers’ın öldüğünü duyan Van Eeden, bundan çok etkilenip ilk uygun berrak düşünde onu çağırdı. Düşünde berraklığa ulaşıncı, “Myers! Myers!” diye ona seslendi: “Derhal geldi. Hollandaca konuşuyordu. Hayal kırıklığı yaşıyormuş izlenimi veriyordu. ‘İki yatak odam var,’ dedi. O odalara girdim, içerisi boğucu, korkunç ve sıkıcıydı. Ama güçlü görünmeye çalışıyordu ve her şeyden gene de çok memnun olduğunu söylüyordu.”<sup>14</sup> SPR’de verdiği konferansta Van Eeden, Myers’ın 1908’de bir kere daha düşüne girdiğinden ve o zaman ona bir parola vermeye çalıştığından söz etmişti. Ne yazık ki başaramamıştı.<sup>15</sup> Tatmin edici olmamıştı hiçbirisi, Van Eeden’a kalırsa. Berrak düşlerin kehanet düşü gibi bir karakterinin olup olamayacağı konusunda kendisi de tam bir karara varabilmiş değildi. 1903 Mayıs’ında gördüğü bir düşte, vefat eden kayınbiraderi Gerlof van

Vloten onu mali bir felakete karşı uyarmıştı: 10.000 florin kaybedecekti. Van Eeden hiç ilgi göstermemişti buna: 10.000 florini yoktu ki! Birkaç yıl sonra mali açıdan rahata ermişti, ama Walden'daki sosyalist komün iflas edince neredeyse bütün parasını kaybetmişti. Bu kehanet düşünün karşısında –sonradan bakıldığında– 1912 Martında Roosevelt'in öldüğünü duyduğu düş duruyordu. Roosevelt ta 1919'da ölecekti.

Berraklık çoğun gecenin bitimi, sabahın ilk ışıklarıyla geliyordu. Düş defterinin kapağına Novalis'in şu sözlerini yazmıştı: "Düş gördüğümüz düşünüyü gördüğümüzde uyanmaya yakınızdır."<sup>16</sup> Van Eeden konferansında berraklığı, mevcut olsun olmasın, düşün bir özelliği olarak sunmuş ve bunun düş görüldüğünün idrakine eşlik ettiğini söylemişti; ne ki günlüğünde ve düş defterinde berraklığın genellikle bir aşama meselesi olduğu yazar. Düşün içinde artabilir de, azalıp kaybolabilir de. Berraklık çoğun, bilinç ve idrak dışında, *görsel* berraklıktır da. Berrak düşlerin çoğu, özellikle de içinde uçuluyorsa, dışarıda, çok güzel bir havada geçer. Van Eeden'in berraklıkla ilgili yazarken kullandığı metaforlar da görseldir. Düşlerinden birinde berraklık, "mercekler düzgün yerleştirilmeyince optik bir görüntünün kesilmesi gibi" kesilir. "Sanki alıştırma yapa yapa ulaşılabilecek bir şey"dir.<sup>17</sup> Almanca *Klartraum* (berrak düş) terimi de aynı çağrışımları uyandırır: Berraklık, keskinlik, ayırt edebilme yetisi, idrak, gözle aklın paylaştığı dil anlamına gelmektedir.

Berrak düşlerin asude havasının Van Eeden'in üzerinde sağaltıcı, rahatlatıcı bir etkisi vardı. Boşanma, iflas, Paul'un ölümü gibi yoğun gerilimlerin onu şiddetle sarstığı dönemlerde berrak düşler ruhsal dengesini koruyabilmesine yardım etmişti. "Kanlı yıl" olarak adlandırdığı 1913'te de öyle olmuştu: "Nelere göğüs germek zorunda kaldığımı bilenler, nasıl olup da sinir hastası olmadığımı kaç kere şaşırdılar. Bense ağır işlerin ve büyük zorlukların arkasından gücümü büyük oranda koruyabilmemi, bu berrak düşlerin dinlendirici ve dinçleştirici etkisine bağlıyorum."<sup>18</sup> Çok daha önceleri, 1896'da, kişisel sorunlarının çok öncesinde, bir sabah berrak bir düşten çok mutlu uyanmıştı. Uyku ile düş görme ilişkisi üzerine derin kafa yormalarının sonunda, her düş görenin arada bir kendisine yönelttiği bir soruya ulaşıyordu:

O düşte şöyle dedim: “Şimdi düş görmüyor olduğumdan eminim, zira böyle berrak ve keskin düş görülmez.” Derken o tuhaf, gene de uyandığın ve gene de düş görmüş olduğun hissi. Şimdi bize kesinlikle düş gibi gelmeyen bu hayattan da böyle uyanabilir miydik?

Paul’un ölümünden sonra, Van Eeden için bu soru işareti unutulabilir. Cenazesini takiben bir anı kitabına başladı. Kitabı *Paul’s ontwaken* (Paul’un Uyanışı) adıyla yayımlayacaktı. Çünkü Van Eeden ölümü böyle, düştten uyanış olarak görmeye başlamıştı.

### Süzülüyorum, Öyleyse Düş Görüyorum

Yüzyıllar boyu şimdi berrak düş olarak adlandırılacak düşlerin onlarca tanımı yapılmış, ama tür olarak belirli bir sıklıkla karşımıza çıkmaya ancak Romantizm döneminde başlamıştır. Avusturyalı oyun yazarı Franz Grillparzer 1821’de günlüğünde bir berrak düşü tanımlamıştı. O vakitler Grillparzer üstünde çalıştığı *Medea* adlı trajedi için muhteşem bir giriş bölümü olacak bir sahneyi görür düşünde. O kadar heyecanlanır ki, uyanıp –düşte– tiyatrodan birisiyle bunu derhal sahneye koymaya çalışır. Biraz güçlük yaşar bunda, zira az evvel çok net gördüğü şeyler bulanıklaşmaya başlamıştır bile. Ama neticede başarır, sevinçten kendinden geçer sürükleyici, şiirsel girişini düşündükçe. Gerçekten uyandığında ise hayal kırıklığı büyüktür, düşün o berraklığı ve esrikliği ile kıyaslanınca, gün gıpgri, puslu ve ağır gelir ona.<sup>21</sup>

On üç yaşından itibaren düşlerini yazmakta olan Van Eeden, bunlara dair kitabını 1867’de yayımlamış olan Fransız Marquis d’Hervey de Saint-Denys’in çalışmasını referans almıştır.<sup>22</sup> d’Hervey de berraklığın başlangıcında Van Eeden ile aynı deney dürtüsüne kapılmıştır. Düşlerin bölük pörçük anı parçalarından mı oluştuğunu, yoksa gerçek yeni deneyimler mi olduğunu teyit edebilmek için, göreceği yeni berrak düşte, hiçbir anısının *olamayacağı* bir durumdan, intihardan yola çıkmaya karar verir. Bir ay sonra erişir hedefine. Yüksek bir evin en üst katındaki açık pencerenin önünde dikilmektedir, aşağıdaki kaldırıma dikmiştir gözlerini, “bu uyku yarılsamasının mükemmelliğine” bir an hayranlıkla bakar ve kendini

aşağı bırakır. Akabindeki anda, bir katedralin avlusunda durmuş, insanlarla konuşmaktadır. Aralarında tanımadıkları birinin ölü bedeni yatmaktadır. Adamın az evvel kulenin tepesinden atladığını duyar. “İmgelemimle belleğim onlara kurduğum tuzaktan kurtulmayı bilmişti.”<sup>23</sup>

Van Eeden’in makalesi SPR’nin *Proceedings* dergisinde yayımlandıktan sonra pek de fazla bir yankı bulmadı. Bayan Arnold-Foster 1921 tarihli *Studies in Dreams* (Düş Araştırmaları) adlı kitabında uzun uzun yazmıştı “özbilinçli düşler”i, gelgelelim Van Eeden’i anmamıştı hiç. “Berrak düş” terimini alıntılایan ve “düş görenin uyuduğunu bildiği düşler”i konu alan daha uzun bir makale ancak 1936’da çıktı.<sup>24</sup> Harvard mezunu bir filozof olan yazarı –Alward Brown– çalışmasında kendi düşlerini kullanmıştı. Uyanık mı düşte mi olduğunu sınamak için olduğu yerde dimdik havaya sıcıyor, eğer usulca aşağı süzölmeye başlarsa düş gördüğünü anlıyordu. Van Eeden’in yalancı uyanışları onda da oluyordu. Düşünde bir taksiciye parasını ödemek üzere bozuk para ararken uyanıyor, paraları çarşafın üstünde görüp alıyor, derken bu sefer gerçekten uyanıyordu – para falan olmuyordu. Bir berrak düşte, gerçekten zarara yol açmadan deney yapmanın oldukça kötücöl bir yolunu bulmuştu Brown: Adam öldürmenin nasıl bir şey olduğunu bilmek istemişti. Gerekçesi konusunda, sonucun “hem ilginç hem de bilgilendirici” olabileceği haricinde okuru belirsizlikte bırakmıştı. Derken o gece gelip çatmıştı. Düşünde, ortasında iki buçuk metre derinlikte bir kuyunun olduğu bir müştemilattaydı. Genç bir serseriye rastlıyordu orada, asılması gerektiğini söylüyordu delikanlıya. Kuyunun üstünde yağlı organ sallanıp durmaktaydı, palangasıyla. Brown organın uzunluğunu ayarlıyordu. “Öteki dünyaya az kaldı,” diyordu oğlana. Deneyden soğur gibi oluyordu, içinden yapmak gelmiyordu aslında, ne ki bunun sadece bir düş olduğunu hatırlıyordu. İnsan düşte içebakış kapasitesine sahip belli ki, sonucuna varıyordu Brown düşünde. Düşü şöyle devam ediyordu:

Delikanlı asılmak için uysal uysal yanıma geliyor. Aşağıya, kuyunun dibinde duran bir tabureye atlıyor. “Onu yukarıya kaldıracığımı sanıyor kesin,” diye geçiriyorum aklımdan, “ıdamın ne olduğundan haberi yok bu-

nun.” Geri yukarı çıkması gerektiğini söylüyorum. İlmeği boynuna geçiriyor –bütün bunların yalnızca bir düş dünyasında geçtiği düşüncesini hatırlatarak kendimi yeniden rahatlattıktan sonra– delikanlıyı yukarı çekip kuyuya itiyorum. Ağırlıktan neredeyse kafasının gövdesinden kopmasını beklerken, oğlan ölmüyor bile. Kuyunun dibinde iki eliyle boğazını tutmuş vaziyette oturuyor. Görüldüğü kadarıyla acılar içinde. Ona bakarken uyaniyorum. Sol yanıma yatmışım. Saat yediye çeyrek var. Düşü bir saatte yazıp bitiriyorum.<sup>25</sup>

Van Eeden’in konferansından ancak yarım yüzyıl sonra, altmışlı yıllarda, düş görüldüğünün idrakinde olunan düşler için “berrak düş” denmeye başlamıştır. Büyük Britanyalı filozof Celia Green 1968 yılında çok sayıdaki berrak düşlerini *Lucid Dreams* (Berrak Düşler) adlı monografisinde toplamıştır.<sup>26</sup> Kitapta sunumu ruhsal araştırmaların duayen ismi ve SPR’nin eski başkanı Henry Price yapmıştır. O yılların sanırsal, transandantal atmosferine kapılan berrak düşler yavaş yavaş parapsikolojik yorumlama semalarına süzülmüştür. Van Eeden’in bu konuda 1913’lerde ulaştığı sonuçlardan daha inandırıcı bir sonuca ulaşmadığı halde, Green berraklığı duru-görü, telepati ve bedendışı deneyimle ilişkilendirmiştir. Ne ki, dört bir koldan –anketlerden, düş günlüklerinden ve Green’e ilk elden– iletilen düşler, bir bakıma berrak düşün fenomenolojisi gibi bir şeyin tanımlanmasına yaramıştır.

Düş görüldüğünün idraki genellikle düşteki mantıksızlıktan doğar. Kimi zaman bu mantıksızlık fizikseldir. Örneğin bir savaş gemisinin cadde boyunca geminin *içindeki* adamlarca itildiğini gören biri, bunun düş olması gerektiğini anlayabilir.<sup>27</sup> Uçmak, havada süzölmek de berraklık için bir uyarı olabilir: Süzölüyorum, öyleyse düş görüyorum. Bazılarıysa bilakis, rüya görüp görmediğini kontrol etmek için birazcık havada süzölmeye çalışır. Frederic Myers nadir berrak düşlerinden birinde eşyaların çok bulanık görüldüğünü fark etmiş ve böylece düş gördüğünün ayırdına varmıştı.<sup>28</sup> Başka bir fiziksel özellik bir eko duymak olabilir, düş gören düşündeki olaylara gerçektışı bir karakter veren yankıyı fark edip bunun bir rüya olması gerektiğini anlar. Gelgelelim berraklık psikolojik mantıksızlıklardan da doğabilir. Samuel Pepys Ağustos 1665’te düş günlüğüne, Lady Castlemaine’i kollarına aldığını, kadının neredeyse her is-

tediğini yapmasına izin vermesinden, düş görmekte olduğunu anlamaya başladığını yazmıştı. Pepys'in fırlayıp yataktan kalkmak yerine düşüne devam etmesi daha büyük bir mucizedir, zira Lady Castlemaine II. Şarl'ın metresiydi.

Berraklık tuhaf bir şekilde, fiziksel veya psikolojik mantıksızlıkların doğurabildiği bir durumsa da, düş gören çoğu düşte olmayan, gerçekçi bir evrende hareket eder. Berrak düşlerde ne cüceler ya da konuşan tavşanlar, ne de süzülürken uçan peri veya cadı trafiği olur havada, kimseler de aniden sincaba ya da ağaca dönüşüvermez. Savaş gemisinin cadde boyunca içindeki adamlarca itilmesi gibi fiziksel açıdan mümkünatsız şeyler de, düşün geri kalanı çok mantıklı olduğundan hemen dikkati çeker. Kalan her şeyin fiziksel açıdan olağan bir dünyada geçtiği düşte fizik kanunlarına uymayan tek öğe, havada süzülen düş görenin kendisidir genellikle. Berrak düşlerde kişilerin söyledikleri, uyanık yaşamda söylemiş olabilecekleriyle uyumludur, sesleri de kendi sesleridir. Bazen düş, günlük yaşamda güçlkle hatırlanabilecek, sözgelini düş görenin arkadaş veya akrabalarını eski halleriyle gördüğü anılara giriş sağlar gibidir. Düş günlüğü yazarlarından bazıları, düşteki çevrenin, sanki daha önceki bir rüyada görmüşlermiş gibi tanıdık geldiğini, ama uyandıklarında o görüntüyle anıları arasında hiçbir bağlantı kuramadıklarını not etmişlerdir. Böyle deneyimleri sınamanın imkânı yoktur; ne var ki bunlar, tıpkı geçmiş dış görünümlere ait anılarda olduğu üzere, berrak düşlerin gündüzün erişilmesi olanaksız öğelerden oluşan bir dünyada kurulduğu ve bu yüzden günlük gerçeklikten *daha* hakiymiş gibi hissedildiği inancına katkıda bulunur.

Düş gören düşünde kendini uyanmış gibi gördüğünde de bu inandırıcılık onu farkında olmadan tutsak etmeye devam eder. O vakit adeta düş gördüğüne dair onu dürtecek hiçbir şey yokmuş gibidir. Çünkü değnek hâlâ elinde, bozuk paralar yatağın üstündedir, "önceki" düştan gelmiştir, her şey yolundadır. Kimi zaman az önce gördüğü düşü anlatacağı biriyle karşılaşır. Bütün bunların düşte olup bittiğini ise ancak gerçekten uyanınca idrak eder. Hatta düş görenin düşün bu evresinde gerçekten uyanık olup olmadığını kontrol için yaptığı "deneyler"i bile onu salıvermez. Örneğin bir kişi yalandan uyandığı kuşkusunu duyunca ertesi gün yapacaklarını hatırla-

maya çalışmayı planlamıştı. Gereğince hatırlamayı da başarmıştı. Ardından gerçekten uyanınca, düşündeki gündemin ertesi günün özgül planlarıyla değil ama gündüzleri genelde yaptıklarıyla örtüş-tüğünü fark etmişti. Bütün saflığıyla düşünde uyanmış olduğunu düşünmesi için bunlar da yeteri kadar inandırıcıydı.<sup>29</sup>

Berrak düşler genellikle olağan düşlerden daha keskin anılar bırakır. Daha fazla ayrıntı içerirler, öyküde daha az boşluklar olur, anlatılmaya müsait bir gidişatları vardır. Birçok düş günlüğünde bir düşten ziyade, gerçekten olmuş bir şeyin anısına daha yakın bir his uyandırdıkları yazılır. Öyküdeki düzen, berrak düşlerin birilerine anlatılıp not edilme, böylelikle daha iyi hatırlanma olasılığını artırır, ama bu her şeyin açıklaması da olamaz. Olağan düşler, bazen ancak gün içinde, her nasılsa bir çağrışımın rüyadan bir parçayı faaliyete geçirmesiyle yeniden belirir. Berrak düşler uyanılır uyanılmaz hemen hatırlanır. Not etmek ya da anlatmak halihazırda keskin olan izi pekiştirmek gibidir.

Olağan düşlerde saçma olaylar genellikle sonradan dikkati çekerken, berrak düşte olan biteni düşünme yetisi kısmen sağlamdır – kısmen, zira berrak düşlerdeki düşünceler de şaşılasi tutarsızlıklar içerir. Düş gören bazen düşün gerçekten düş olup olmadığı konusunda kendisiyle hemfikir olamıyor gibidir. Bir tarafta bu inanç, düş görenin günlük yaşamda kesinlikle aklından geçirmeyeceği eylemleri düşünde görmesine yol açar: Kendini boşluğa bırakır ya da bir serseriyi asar; diğer tarafta tereddüt yakasını bir türlü bırakmaz: Ya rüya değilse, yere çakılıyım o zaman ya da bir cinayet işlemiş olurum. Düşteki gerçeklik oranı bazen o denli yüksektir ki, düşe benzemez düş. Düş görenin eylemlerini uyanıkkenki hayatından gerçekten bağımsız göremediğini ele veren düşteki düşüncelerinden de anlaşılır bu. Frederic Myers bir berrak düşünde karısının evde olmadığını hatırlar –doğrudur bu– ve düş görmekte olduğunu ona söylemesi için gidip uşağı aramaya koyulur. Düş gördüğünü idrak etmesi, karısının *düşte* pekâlâ evde olabileceğini anlamasına yol açmamıştır belli ki.<sup>30</sup>

Celia Green'in derlediği berrak düşler, Van Eeden'in vardığı sonuçları teyit ediyordu. Kısmen (ama asla bütün keskinliğiyle değil) çalışan muhakeme yetisi, deney yapmayı arzulama, bir işaret verme,



yalancı uyanmanın inandırıcılığı, genel hatlarıyla düzenli bir düş öyküsü, berrak düşün gerçekçi karakteri – bunlar belli ki Van Eeden’a değil, düşün kendisine özgüydü. Tıpkı Van Eeden gibi, Green de berrak düşe yol açan etmenler konusunda hiçbir fikre sahip değildi. Bir düşe berrak karakter veren, öbürüne vermeyen fizyolojik ya da nörolojik süreçler mi vardı acaba? Berrak düşler, uyku evresi, yaş, cinsiyet veya kişilik gibi etmenlerle değişkenlik gösteriyor muydu? Bu konudaki değişim, ancak berrak düş görenler uyku laboratuvarına davet edilmeye başlayınca oldu.

## Mors

1980’de bir psikoloji dergisinde berrak düşler üzerine bir vaka çalışması çıktı.<sup>31</sup> Yazarı, o vakitler 33 yaşında olan Stephen LaBerge, o yıl içinde Stanford Üniversitesi’nde psikofizyoloji doktorasını vermişti. Çalışmadaki denek de kendisiydi: Üç yıl boyunca berrak düşlerini, sıklıklarına hangi faktörlerin etkidiğini saptamak için kaydetmişti. Kendiliğinden görülen berrak düş oldukça nadir ortaya çıkan bir fenomendi, bu yüzden de uyku laboratuvarında incelemek için uygun bir düş türü değildi. Ne var ki, görülme sıklığı artırılabilir olursa araştırma ve ölçümler için uygun duruma gelebilirdi, nitekim LaBerge’nin aklında olan tam da buydu. Van Eeden’in, Myers’in ve Green’in çalışmaları, motivasyonun, berrak düş görmeyi yoğun bir şekilde arzulamanın ne yazık ki yeterli olmadığını göstermişti. Van Eeden’da, yalnızca berrak düş görmeyi ummak bile –kimi zaman bunun için dua ettiği olurdu– berraklığa yol açabilirken, Myers aynı derecede berrak düş görmeyi arzuladığı halde on yılda sadece üç tane görebilmişti. LaBerge daha beş yaşındayken, ertesi gece adeta kaldığı yerden hikâyeye devam edercesine, aynı rüyayı “yeniden” gördüğü berrak düşler görmüştü. Sonra yirmi yıl kadar görünmemişti bunlar. Deneye başlamadan önceki senelerde taş çatlasa ayda bir tane berrak düş görebiliyordu. Kayıtlara başladıktan sonraki ilk on altı ayda “kendi kendine telkin”, uykuya dalmadan önce o gece düş görmeye ve o düşte de düş görmekte olduğunu anlamaya niyet etme yönteminden yararlandı. Bu, ayda ortalama beş kadar berrak

düş sağlamıştı. Fakat aynı dönemde arka arkaya iki ay, sırasıyla on ve on beş berrak düş de görmüştü. İlkinde LaBerge doktorası için bir araştırma projesi yazıyor, ikincisinde ise Stanford'ın uyku laboratuvarında denek olarak berrak düş görmeye çalışıyordu.

Takip eden on dört ayda LaBerge kendi bulduğu bir yöntemden yararlandı: Berrak Düşlerin Belleksel Endüksiyonu (Mnemonic Induction of Lucid Dreams, MILD). Sabahleyin düş görürken kendiliğinden uyanmışsa, düşünün öyküsünü mümkün olduğunca iyi bir şekilde belleğine kazımaya odaklanıyordu. Ardından on beş dakika uyanık kalma esnasında, kitap okumak, yataktan kalkıp dolaşmak gibi şeyler yapıyor ve daha sonra içinden, “Yine düş görmeye başlarsam birazdan, düş gördüğümü hatırlamak istiyorum,” diye geçirerek uykuya dalmaya çalışıyordu.<sup>32</sup> Zihninde, kendisini yatağında yatmış, rüya evresine ait hızlı göz hareketleriyle az evvel görmüş olduğu düşün devamını görürken canlandırıyordu. Düş görmeye başladığında belleğine ne yapması gerektiğini böylece aşlamış oluyordu. Sonuç muhteşemdi: Görme sıklığı ayda yirmi, bazen tek gecede dört berrak düşe çıkmıştı. MILD'ı durdurunca sıklık azalıyor, tekrar başlayınca yirmi düslük düzeye yeniden çıkıyordu.

Laboratuvardaki ve laboratuvar dışındaki deneyler Van Eeden'in, berrak düşlerin neredeyse yalnızca şafak sökerken görüldüğü bulgusunu doğrulamıştı. Niçin o kadar iyi hatırlandıklarının açıklanması kısmen buna bağlı olabilirdi: Sonraki düşler “üzerlerine kaydolmuyordu”. Van Eeden, muhtemelen onda dinçleştirici bir etkisinin olması ve yalancı uyanmalardan ötürü kimi zaman zor uyanaabilmesi nedeniyle, berrak düşlerin “en derin uykuda” görüldüklerini ileri sürmüştü. Çok derinlerden yukarı çıkarmış gibi bir his duymuş olmalıydı uyanırken. Gelgelelim fizyolojik olarak, berrak düşler REM uykusunun son evresiyle, görece en hafif uyuman dönemle ilişkilendirilir. Düş *derin* hissedilir belki, gerçekte ise berrak düşün berraklığı uyurun hemen hemen uyanmak üzere olduğunun bir göstergesidir. REM uykusu esnasında hareket sistemi, derin uykuya kıyasla çok büyük ölçüde blokedir; Van Eeden'in berrak düşlerinde gönlünce şarkılar söyleyebilmesi, seslenebilmesi, el kol hareketleri yapabilmesi ama bunların hiçbirinin dış dünyaya geçmemesi bu yüzdendir.

Van Eeden'in birinci ve ikinci karısının düş gören eşlerinde asla gözlemiş olamayacakları şeylerin, ince motorik tepkileri kaydeden uyku laboratuvarındaki aygıtlarla pekâlâ kaydedilebildiği görülmüştü. LaBerge yeni deney serisinde, berrak düş görenlerin dış dünyaya işaret verebildikleri bir yöntem geliştirmişti.<sup>33</sup> Beş deneğe – berrak düşlerde deneyimli olan beş kişiye– gece yatarken beyin aktivitesi ile göz hareketlerinin kaydı ve her iki bileğe de kas faaliyetinin saptanması için elektrotlar bağlanmıştı. Deneklerle berraklık başlayınca bir sinyal vermeye çalışmaları konusunda anlaşılmıştı: Düşlerinde gözlerini mümkün olduğunca yukarıya çevirmeleri. ardından da sol ve sağ ellerini sırayla yumruk yapmaları gerekiyordu. Hemen hepsi REM evresinde görülen 35 berrak düşten otuzunda, düş gören uyandıktan sonra sinyal vermiş olduğunu hatırlamıştı. Bağlımsız bir hakem verileri incelemiş ve (her biri sekiz saati aşan uyku kayıtlarından) 24 tanesinde, düş görenin dışarıya sinyal verdiği yarım dakikalık bölümü gösterebilmişti. Deneğin sinyal vermiş olduğunu hatırlamadığı kayıtlarda hakem sinyal görmemişti, demek ki “hatalı pozitif” yoktu. Deneklerden bir tanesi, S. L. diye biri, gözlerini yukarıya çevirmenin peşi sıra adının başharflerini sol ve sağ ellerini yumruk yaparak Morsla bildirmeye çalışacaktı. Bileklerindeki elektrotlar, önce dört kere sol, sonra bir kez sağ ve son olarak iki defa sol aktivite yakalamıştı. Yumruklar yalnızca düşte sıkılmıştı, çıplak gözle hiçbir şey görülmemişti. Yirmi saniye kadar sonra da uyanırılmıştı denek. S. L. 'nin sinyali verdiği sırada biraz uyanık olup olmadığı sorusunu, LaBerge ve meslektaşları, deneğin –tıpkı diğer deneklerde olduğu üzere– uykunun tüm standart fizyolojik bulgularını gösterdiği savıyla geçiştirmişlerdi. REM uykusundaki “olağan”, kısa ve sarsak, hızlı göz hareketlerinden farklı, bir sola-bir sağa-bir sola-bir sağa şeklindeki göz hareketleriyle, 80'li yıllarda değişik uyku laboratuvarlarında LaBerge'ün bulduğu sonuçlar teyit edilmiştir.<sup>34</sup>

Bunun gibi bulgularıyla LaBerge, kendisini berrak düş araştırmalarının gayriresmi lideri yapacak kariyerini hazırlamıştır. Deneyler Stanford'ın yüksek prestijli Uyku Araştırma Merkezi'nde yapılmıştı. Yayınları alanın önde gelen dergilerinde çıkmıştı. Eşyazarlardan biri, laboratuvarın başı ve uyku araştırmasının daha o zamanlar duayeni sayılan William Dement'ti.

Laboratuvarlarda, çalıştaylar sırasında ya da komodinin üstünde bir düş günlüğüyle evde yatakta yapılan deneylerin çoğu, berraklık olasılığını artırmaya, olağan düşleri berrak düşlere çevirmeye ve berraklık başladıktan sonra bunu mümkün olduğunca uzun tutma sanatına yönelikti. 1980 tarihli MILD yöntemi bugün hâlâ standart talimattandır. Ondan başka, çok basit bir yardım gereci olarak çalar saat kullanılabilir. En iyi öneri, normal uyanma saatinden bir saat öncesine alarmı kurmak, uyandıktan sonra yarım ila bir saat kadar yataktan çıkıp sonra tekrar uykuya dalmayı denemektir. Berrak düş olasılığı yirmi kat artacaktır.<sup>35</sup>

Düşteyken düş görüldüğü idrak edildiğinde, düşler için tipik ama gerçek hayatta nadiren olan ya da asla olmayacak durumlara, “düş işaretleri”ne dikkat etmek önemlidir. Kraliçe Máxima’yla karşılaşp onunla hararetli bir sohbe dalmışsanız ve o da size güvenip birisiyle hayatta hiç böylesine güzel bir konuşma yapmadığını söylemişse, muhtemelen düş görüyorsunuzdur. Havada süzüldüğünde, birdenbire akıcı bir Rusça konuştuğunda veya ölmüş kişilerle buluştuğunda da düş görenin düş gördüğünü anlamayı öğrenmesi gerekir. Düş mü gördüğünü kontrol etmesi için yapabileceği değişik testler vardır. Kişi aynaya bakar ve kendini görmezse, düştür. İki kez saatine bakar ve saat ikincide farklı bir zamanı gösterirse, düştür. Bir metni okur ve tekrar okuduğunda orada bambaşka bir şey yazarsa, düştür. Düş görüldüğü idrak edildiğinde ilk mesele, heyecana kapılıp da hemen uyanmamaktır. Saldırganlık, korku, cinsel arzu, ne türden olursa olsun, düşün öyküsündeki duygulara kapılıp da sürükleneni, buhar olup uçan bir düş ve hemen ardından pişmanlık hissiyle uyanış bekler. Berrak düşün bitecek gibi olduğunu hissedenlere, LaBerge, hemen düşlerinde kendi eksenleri etrafında dönmelerini önerir: Bu, beyinde bir baş dönmesi yaratıp düşün devam etmesini sağlayacaktır.

LaBerge’ün yöntem ve tekniklerine, posthipnotik telkin, meditasyon, REM uykusu sırasında uygulanan (müzik, vızıltılar, “Bu bir düş” diyen bir ses veya bileğe verilen küçük bir elektrik şoku vb.) dış uyaranlar gibi başkaları da eklenmiştir. Bunların etkinliği hakkında bir şey söyleyebilmek güçtür. Yakın zamanda yapılan, berraklığa ulaşabilmek için on iki yöntem kullanılmış 35 araştırmanın kar-

şılaştırıldığı geniş çaplı bir çalışma, yöntemlerin etkinliklerine dair bilgilerin kesinliğini, artırmak şöyle dursun azaltmıştır.<sup>36</sup> Elektrik şoku, bir laboratuvar da çok etkili bulunurken, başka bir laboratuvar bunun deneği uyandırdığını veya düşünde kendisine haksız yere elektrik şoku verildiğini görmesine neden olduğunu bildirmiştir. Vızıltılar, flaşlar ve posthipnotik telkin ile de çok değişik sonuçlar alınmıştır. Yöntemlerden hiçbirinin kuvvetli bir etkisi olmamıştır.

Berrak düşü kişilik, cinsiyet veya yaratıcılıkla ilişkilendirme denemeleri de pek başarılı olmamıştır.<sup>37</sup> Anketlerde katılımcıların yaklaşık yarısı ara sıra berrak düş gördüğünü söyler. Dörtte biri, ayda bir kere veya daha sık görmektedir bunları. Uyku laboratuvarlarında ya da düş günlükleriyle yapılan araştırmalar da aynı sıklık derecesini gösterir. Berrak düş esnasında beyin faaliyetlerinin olağan düşe göre biraz daha artmış ve artan faaliyetin içedönüklükle ilgili olması, içedönük kişilerin berrak düş görme eğiliminin fazla olacağı düşüncesini doğurmuştur. Fakat sonuçlar öyle çıkmamıştır. Geçmiş araştırmaların çoğunda kadınların erkeklerden daha sık berrak düş gördüğü ve berrak düş görme sıklığının yaşlandıkça azaldığı bulunmuştur. Ne ki berrak düşlerin sıklığı, insanların düşlerini genel olarak ne derecede hatırlayabildiği ile sıkı sıkıya bağlantılıdır ve kadınlarda bu sıklık yüksek, yaşlılarda düşüktür. Bu düzeltme sonrasında ortaya çıkan durumda, erkeği kadını, genci yaşlısı herkes düşlerini aşağı yukarı eşit oranda berrak görür.<sup>38</sup>

Uyku laboratuvarında yapılan berraklık deneylerinde, sol ve sağ eli sırayla yumruk yaparak "işaret verme" esnasındaki motor faaliyet gözle görülmez, ama pekâlâ ölçülebilir. EEG araştırmaları, düşteki hareketlerin, beynin gerçek hareketleri yöneten bölümü olan korteksin duysal ve motorik alanlarındaki faaliyetle örtüştüğünü göstermiştir. Bu, düş görürken, uyanık yaşamda faaliyette olan nöronal mekanizmaların bir bölümünün aynısının kullanıldığı izlenimini verir. Münih'teki Max Planck Psikiyatri Enstitüsü'nden bir araştırma grubu, kısa zaman önce berrak düşün beyindeki koordinatlarını belirlemeye çalışmıştır.<sup>39</sup> Berrak düşler konusunda deneyimli olan dört kişiyi MRI tarayıcısı içinde uyumak üzere laboratuvara davet etmişlerdir. Çok gürültülü bir aygıt olmasına karşın dört denek de uykuya dalmayı başarabilmiştir. Aygıt bütün gece açık kalmış, ama kayıtlar

sabah dört buçuktan itibaren yapılmıştır. Sadece bir denek, iki gece de, sözleşilen sinyalleri –yatay göz hareketleri, sol elin yumruk yapılması, tekrar gözlerin hareketi ve sağ elin yumruk yapılması– vermeyi başarmıştır. Bu, yaklaşık 50 saniyelik, berraklığın olmadığı aşağı yukarı aynı uzunluktaki düş dönemiyle kıyaslanabilecek iki berrak dönemin elde edilmesini sağlamıştır. REM evresinde beyinsapı ile amigdalada artmış faaliyet gözlenirken, prefrontal kortekste faaliyet aksine azalır. Berraklık esnasında 10'dan fazla beyin bölgesi artmış faaliyet göstermiştir. Bunlara hareketlerin koordinasyon ve uygulanmasından, ama aynı zamanda uyarıların bastırılmasından da sorumlu bazı prefrontal korteks bölümleri ve oksipital lobdaki görme alanlarının kimi kısımları dahildir. Bu sonuncusu araştırmacıları berrak düş görenlerin sıklıkla deneyimlediği güçlü optik berraklıkla ilişki kurmaya yöneltmiştir. Yine –deneğin sinyal vermeyi hatırlaması gerektiği için muhtemelen– beynin ön belleği destekleyen bölümü de aktiftir. REM uykusunda berrak düşlerle olağan düşlerin oluşmasındaki en büyük fark, beyin hasarı araştırmalarıyla da gösterilmiş olan, kişinin kendi düşünce ve duygularını tarttığı bölgede, yani içebakış yetisini sağlayan döngüdedir.

Verilerin sadece tek bir denekten sağlanmış ve berraklığın bilinen özelliklerinin ilginç bir şekilde bütünüyle ve kesin olarak yalnızca MRI taramalarında görülmüş olmasına karşın, berraklık esnasında gene de beynin büyük bir bölümü “çalışır” halde gibidir ve bu, düş görene rüyasını yönlendirebildiği hissini vermeye yaramaktadır. Bu pozisyon –kişinin kendisinin, düşün yönetmeni, yazarı, tasarımcısı olduğuna inancı– berrak düşlerin sıklıkla yaşattığı özgüven ve mutluluk hissine katkıda bulunur. Kendisi de genellikle berrak düş olan uçuş düşleriyle birlikte berrak düşler, düş spektrumunun memnuniyet, huzur veren tarafında yer alır. İronik olan, berraklığı uyandırmak için geliştirilmiş yöntemlerin, düş spektrumunun karşı tarafında bulunan düşlerce de hoş karşılandığının görülmesidir.

## İblisler

Marquis d'Hervey'ye haftalardır tekrar eden bir kâbus musallat olmuştu. Düşünde kocaman bir köşkte bulunmakta ve korkunç bir canavar sürüsü tarafından kovalanmaktaydı. Odalardan birinden diğerine kaçarken ara kapıları güçbela açıyor, henüz kapattığı kapıların çabucak geri açıldığını duyuyordu. İblislerin nefesini ensesinde hissediyordu. Korkunç naralar atıyorlardı. Tam onu ele geçireceklerken korkuyla, nefes nefese, kan ter içinde uyanıyordu. Düş üç kez daha tekrarlanmıştı. Ne ki dördüncü kez canavarları düşünde gördüğünde, aniden düş gördüğünün farkına varıp artık kaçmamaya, dönüp suratlarına dimdik bakmaya karar vermişti.

Gözlerimi başımın belasına dikmiştim. Katedral girişlerinde tepedeki o kıllı, muşmula suratlı, heykelden iblislere benziyordu. Akademik merakım diğer tüm duygularımın önüne geçivermişti birden. Çılgına dönmüş canavar birkaç adım önümde tıslayarak zıplayıp duruyordu. Korkumu yener yenmez, yaptığı şey çok komik göründü gözüme. Bir elindeki –ayağında demem daha doğru aslında– sivri pençeleri görüyordum. Yedi adetti, her biri keskin kenarlıydı. Canavarın hatları çok net ve gerçekçiydi: saçlar, kaşlar, omzunda yara gibi bir şey ve daha ne ayrıntılar, ne ayrıntılar. Hayatımda bir düşte görmüş olduğum en berrak görüntülerden biriydi diyebilirim kesinlikle. Belki de bu görüntü zihnimde kalmış yarı kabartma bir gotik heykelden kaynaklanmıştı. Yalnızca bu canavara yoğunlaşmamla öteki yardakçıları sihirli değnek değmiş gibi kayboluverdiler. Çok geçmeden elebaşları da yavaş yavaş kıpırdamaya, bulanıklaşmaya, tüylü bir görünüme bürünmeye başladı. En sonunda, kıyafet mağazalarının karnaval zamanı tabela gibi kullandıkları rengi atmış kostümlere benzer, havada süzülen deri gibi bir şeye dönüşüverdi.<sup>40</sup>

Bir sürü iblisli düş gördüğü için buna özel bir kategori –F Sınıfı Düşler– ayırmış olan Van Eeden da aynı deneyimi yaşamıştı: Berraklık sayesinde düşünde, kendisine musallat olan baş belalarına karşı koyacak, onları kovalayacak cesareti toplayabilmişti. Kâbusta maharet en kısa zamanda berraklığa ulaşip öyküye farklı bir yön verebilmektir. Van Eeden düş günlüğünün devamında daha onlarca iblisli düş yazmıştı, ama her seferinde de artık onlardan korkmasına gerek kalmadığını anladığı notunu düşmüştü altına.

Bir asır sonra anketlerden, sık sık berrak düş görenlerin, düş belleği düzeltmesi yapıldığında dahi, aynı oranda sık da kâbus gördükleri anlaşılmıştı. Berrak düşler gibi kâbuslar da bellekte diğer tür düşlerden daha iyi kalır. Bundan dolayı kâbusların tekrarlayan düşlere dönüşme riski artar. Yalnızca böylesi korkunç bir durumla bir defa daha karşılaşma endişesinin kendisi bile, insanın rüyasında kesinlikle *görmemek* istediği şeye odaklanmasına yol açar. Bu yüzden o düş, istenmeden belleğe kazınır. Sonraki bir düşte kâbusta yaşanana benzer bir şey olur olmaz, tam da o düş yeniden etkinleştirilir. Bu süreç birkaç kez tekrarlandığında, tam da kaçınılmak istenen durum ortaya çıkar: tekrarlayan kâbuslar. Marquis d'Hervey yalnızca bır odanın düşte görülmesinin bile, o canavarların içeriye gireceği korkusunun uyanmasına neden olacağını yazmıştır. Düşün bir sonraki ânı hazırdır zaten.

Tehlikeden kaçış, berrak düşteki başka deneyimlerin de özelliğini ortaya koyan aynı yetersiz mantığa göre gerçekleşir. Düş gören, zihin berraklığıyla, kendisini kovalayanlardan örneğin başka bir yeri düşleyerek kurtulmayı akıl eder. *Düşünemediği* ise, o tehlikenin altında hiç var olmadığı, kaçmasına da gerek olmadığıdır. Tehlike, düşleniyor bile olsa, o denli gerçekmiş gibi hissedilir ki, zarar görülmeyecek bir gidişat uydurulur. Tehlike düş göreni öylesine korkutabilir ki, bilakis berraklık için uyaran da olabilir: Şu an başıma gelen şey çok dehşet verici, gerçek olamaz bu, düş olmalı. Son on yıldaki araştırmaların çoğu, bu düşlerde bir sonraki adımın ne olacağına yönelmiştir: Düşün öyküsünü tehlikeden kaçmaya mı yönlendirmeli, yoksa uyanmaya karar verip düşü sona mı erdirmeli? Berraklık sürekli kâbus gören kişilerin sağaltımında bir tedavi aracı olarak görülmeğe başlamıştır.

Tekrarlayıcı karakterdeki kâbuslar, travma sonrası stres bozukluğunun (TSSB) belirtilerinden sayılmaktadır. Bu tür düşler, genellikle travmaya neden olmuş ciddi bir kaza, yangın, tecavüz gibi olaylara dairdir ve tam da kritik anda korkuyla uyanılarak biter. Kâbusun tekrarlıyor oluşu, berraklık antrenmanı için, her işte bir hayır var dedirtecek cinstendir: LaBerge'ün "düş işaretleri" diye adlandırdığı şeylerin saptanmasını kolaylaştırır. Düş gören, kâbusunu gündüz de ara sıra gözünün önüne getirerek, düş gördüğünü gecele-



yin daha çabuk idrak eder. Bu ilk adımın ardından, düşe olumlu bir yön verebileceği noktaları saptaması gerekir. Bu çizgide hazırlanan bir deneye katılan, kâbuslardan mustarip yirmi üç kişide, sözü edilen antrenmanla kâbusların sayıca azaldığı görülmüştür.<sup>41</sup>

### *California Dreaming*

Berrak düşe dair elimizdeki en eski betimleme Augustinus'un 415 yılında yazmış olduğu mektuptadır. Düşün sahibi, Kartaca'da hekim olarak çalışan ama Roma'da tıp eğitimi devam ederken düşü görmüş olan Gennadius diye biridir. Kendisi ölümden sonra ikinci bir hayat ihtimaline kuşkuyla bakmaktadır. Beden öldükten sonra ruh nasıl var olmayı sürdürebilir ki? Düşünde bir delikanlı belirir, ona sorular sormaya başlar. Bedenin nerede bulunuyor şimdi? Ya tağımda, diye yanıtlar Gennadius. O bedendeki gözlerinin kapalı olduğunu ve o gözlerle hiçbir şey görmediğini biliyor musun? Başıyla onaylamaktan başka çaresi yoktur. Peki, *beni* gördüğün gözler ne? Gennadius cevap veremez. Susar. Delikanlı, ölümden sonra da böyle olacak, diye açıklar: Bedendeki gözleri ebediyen kapanacaktır ölünce, ama gene de hâlâ görebilecek gözleri olacaktır. Augustinus için berrak düş, ruhun bedenin ölümünden sonra da yaşayacağına dair mükemmel bir analogiydi. On beş yüzyıl sonra, yas tutan Van Eeden için de öyleydi hâlâ.

LaBerge açısından işinin anlamı berrak düşün bu hayatı nasıl zenginleştirebileceğinde yatar. California'da Stanford Üniversitesi uyku laboratuvarındaki deneyler yaşamımızı uzatmaya yarayacak bilgileri bize sağladı, diye düşünür LaBerge. Yaşam çok kısadır ve biz bunun dörtte birini uyuyarak geçiririz. Ne büyük savurganlık: "Hayatınızın geri kalanını zenginleştirebilecek maceraları, dersleri kaçıyorsunuz. Düşte bilinç açıldığında, hayat tecrübenizi artırır ve bir de berraklıkla geçen saatleri zihninizi geliştirmek için kullanırsanız, uyanık geçirdiğiniz saatlerin de daha fazla keyfine varırsınız."<sup>42</sup> LaBerge artık emeklilik yaşına gelmiş, bir düş imparatorluğunun başına geçmiş biri. 1987 yılında, *Lucidity Letter* ve *Night-Light* adlı yayın organları da olan Lucidity Institute'u (Berraklık

Enstitüsü) kurdu. İsteyen herkes Hawaii'deki dokuz günlük kurslara kaydolabiliyor ve berrak düşler görebilmek için yardımcı gereçler sipariş edebiliyor. NovaDreamer, hızlı göz hareketlerini saptayıcı sensörleri olan, kolaylıkla takılabilen bir maske. Maske bunu saptayınca, berraklığa geçmesi için düş görene kırmızı flaşlar çakarak sinyal veriyor. Flaşların çoğunlukla düşe doğal bir şekilde işlendiğini, bazen bir ateşböceğine, trafik lambasına ya da şimşeğe dönüşüğünü söylüyor LaBerge. Enstitünün internet sayfasında ([www.lucidcity.com](http://www.lucidcity.com)) seçilip alışveriş sepetine atılabilecek, berrak düş görmeyi geliştirebilen, hayatı zenginleştirebilen envai çeşit şey var.

Frederik van Eeden'in konferansından yüz yıl sonra, şimdilerde bedensiz deneyim, Tibet usulü düş yogası, hipnoz, trans, yeni çağ ve bilinç açmada ifade bulan paranormalle hâlâ neredeyse koparılmayan bir bağlantı mevcut. Berrak düş için geliştirilmiş uygulamalara düzülen övgülerde de bu atmosfer var. Van Eeden berrak düşten uyanışta, ölümden sonra yüce gerçekliğe uyanmayla benzerlik görmüşken, berrak düşler bugün kişinin iç evrenini araştırması, yaratıcılığını serbest kılması, dertleriyle başa çıkabilmesi, özgüvenini artırması için bir araç haline gelmiş durumda. Bunlar hâlâ yüksek idealler, ama Augustinus'un Kartaca'da, Van Eeden'in Bussum'de aklında olandan biraz daha Amerikanvari karakterdeler.

# Prof. Brücke'nin O Şahane Mavi Gözleri

## Düşlerin Rengi Üzerine

İNSANIN KENDİSİNE yöneltebileceği en basit sorulardan biri gibidir, “Düşlerimi siyahbeyaz mı, renkli mi görüyorum?” sorusu. Düşler, genelde düşünüldüğü üzere bir film şeridi gibi, ağırlıklı olarak görüntülerden oluşuyorsa, gece seansında siyahbeyaz mı, renkli bir film mi izlediğinizi hatırlamanızın pek de güç olmaması gerekmez mi? Düşlerle ilgili anketlere son yüz yıldır konulan bir sorudur bu ve sayıları değişen ama asla sıfıra düşmeyen bir grup insan buna “bilmiyorum” yanıtını vermektedir. Bununla, kalanların cevabı bil- diği kastedilmez, zira onlar da sıklıkla, “Genelde siyahbeyaz sanı- rım” ya da “Ara sıra renkli bir şeyler görüyorum sanırım düşümde” gibi, açık kapı bırakan yanıtlar verirler. Kimi zaman bu soru insan- ların aklını o denli karıştırır ki, birkaç kez değiştirirler yanıtlarını. İki Amerikalı psikoterapist çevrelerindeki insanlara bu soruyu yö- neltmişti. K. R. adındaki bir kişi, ilkin düşlerinde renklerin olabile- ceğinin hiç farkında olmadığını söylemiş, bunun olası olduğu ken- disine bir kez ima edilince, gerçekten de zaruri renklerin varlığını fark etmişti. O günden sonra ise, bir düşün siyahbeyaz olmasını ha- yal bile edemez hale gelmişti. Dahası, siyahbeyaz düş görecektir olsa, akla mantığa sığmayacağı, doğal olmayacağı için bunun hemen ayırdına varacağını söylemişti: “Düş görürken her şey tamamıyla gerçek gibidir; bizler için gerçek fikri, gündüz gördüğümüz şeylerin doğal renklerini de içerir.”<sup>1</sup> Anlaşılan en nihayetinde işin içinden çıkmıştı; gelgelelim renkli düşler, içebakışsal ve çıkarımsal egzer-

sizlerinin sonunda, daha evvel siyahbeyaz düşlerin geldiği kadar mantıklı ve doğal gelmişti ona.

Doğrusunu söylemek gerekirse, K. R.'nin içine düştüğü muamma benim de muammam. “Sınav düşüm”de (s. 81-82) oyuncak bir ördek vardı – ilk bakışta düşümde renk ögesi açısından açık bir örnek bu. Ama düşü zihnimde canlandırmaya çalıştığımda, o ördeği gerçekten sarı renkte mi *gördüğüm*den, yoksa o ördeğin bir kere sarı olduğu *bilgisi* nedeniyle mi daha ziyade (tıpkı siyahbeyaz bir filmde insanın muzı, görsel uyaran gri tonlarda olduğu halde, sarı görmesi gibi) öyle düşündüğümden emin olamadım. Düşte aslında ne “gördüğünüz” konusunda şüpheyeye düşmek zor değildir.

Düşlerini siyahbeyaz gördüğünden emin olanlar için bu deneyim öylesine barizdir ki, başkalarının düşlerinde renkler olduğunu duyduklarında şaşkınlıklarını gizleyemezler. Renkli düş görenlere göre de siyahbeyaz düş görmek hayret vericidir. Frederik van Eeden'in düş raporlarında renklere yüzlerce atıf vardır. Bir düşünde anatomi dersinde masanın üstündeki kadavranın derisi yüzülmüş sarı bacağı görür. Masanın altında yeşil bir baskül duruyordur. Başka bir düşünde üzerinde, yeşil pelüsten, kenarları kırmızı işli şahane bir mayo vardır. Köpeğinin kahverengi gözlerini, bir baykuşun sarı pençelerini de görür düşünde. Yahut rüyasında meslektaşı Van Renthergem'in bir büyüğü fenerle meşgul olduğunu ve ona parlak yeşil bir projeksiyon gösterdiğini görür.<sup>2</sup> O yarım yüzyıllık düşlere ve düş felsefesine dair raporunun hiçbir yerinde, Van Eeden'in renklerin düşlerinin dikkate değer bir özelliği olduğunu düşündüğü izlenimini verecek tek bir görüş bile bulamazsınız. Onun için bu tamamen doğal bir şey olsa gerekti. Ne var ki, başkaları için de düşlerin grinin tonlarında olan ve “teknikolorsuz çekilen o eski sessiz filmler”e benzediği aynı derecede barizdir.<sup>3</sup> Sinemacılar da bu karşılaştırmayı filmlerine yansıtmak istercesine, ne vakit bir filmde bir düş başlasa bunu siyahbeyaza geçerek vermeyi gelenek haline getirmişlerdir.

O siyahbeyaz düşlerle, düş görenlerin çoğunluğuna mı katılmış olurlar böylelikle, bilinmez. Düşlerin siyahbeyaz mı, renkli mi görüldüğüyle ilgili anketlerin sonuçları birbirinden çok farklı çıkmıştır hep. Yalnızca soruların yöneltiliş biçimi bile karşılaştırmayı imkânsız kılar çoğu zaman. “Düşlerinizi renkli mi görürsünüz?” soru-

sunu cevaplayan biri belki, rüyasının *tamamı* renkli olduğunda veya düşlerini *her zaman* renkli görüyorsa evet diyecektir. “Düşünüzde bazen renkler gördüğünüz olur mu?” daha mütevazı ve genellikle olumlu yanıt alınan bir sorudur. Kimi ankette düşünde renkler *görenler* sayılır, kiminde *düşlerin* kendisi. Bazen düş günlüklerindeki renklere atıflar incelenir, bazen de düş gören uyandırılıp düşünde (varsa) gördüğü renkler sorulur. Sonuncu tür araştırmalar, düşte renkler *mevcutsa*, bu düşlerin REM evresiyle bağlantılı olduğunu açıklığa kavuşturmuştur. 1962’de, uyku laboratuvarlarında deneyssel düş görme araştırmalarının öncüleri, deneklerini düş görme ânında uyandırdıklarında bu düşlerde yüzde 83’ten az olmayacak oranda renk bulunduğunu rapor etmişlerdi.<sup>4</sup> Aradan zamanın geçmesi düşteki renklere pek yaramıyordu: Denekler sabahleyin uandıktan sonra düşleri sorgulandığında, renklere atıf yüzde 25’e düşmüştü. Daha sonraki araştırmalar da benzeri yüzdelerle sonuçlanmıştı.<sup>5</sup> Yani düşler sanki bellekte renklerini kaybediyor gibidir, halbuki bu sonuçların mevcut farklı yorumlarının da mümkün olduğu anlaşılmıştır.

Düşlerde renkler olup olmadığına dair araştırmaların ucu görsel medya teknolojisine dayanır. Uzun zamandır düşler hep büyüğü fener, fotoğraf, sinema ya da televizyon terimlerinden yararlanılarak tanımlanıyor. Oysa bu iletişim ortamının özellikleri, düş raporlarını, hatta düşlerin kendisini etkiliyor olabilir. Kimi araştırmacılar, düşünüzü renkli mi siyahbeyaz mı gördüğünüz sorusuna vereceğiniz yanıtın, görsel medyanın hangi döneminde büyümüş olduğunuza bağlı olarak tarihsel açıdan değiştiğini iddia eder. Felsefeyle psikoloji arasında kalan bir sorudur bu. Zira, daha renkli mi siyahbeyaz mı olduğunu bile güçlükle söyleyebildiğimiz, düşümüzde bize görünen şeyler aslında ne tür “görüntü”lerdir? Bunları görüntü olarak adlandırabilir misiniz? Daha derin bir soru ise, insanların, görsel dünyayı siyahbeyaz ve renkli diye ikiye ayıran fotoğraf, sinema ve televizyondan önce düşlerini nasıl tanımladıklarıdır. Bu ikiye ayrının *kendisi* ne kadar eskidir?

## Teknikolor Düşler mi?

1915'te psikolog Madison Bentley, beş öğrenciye bir seminerde, mum, kibrit, kurşunkalem, kâğıt, kapalı bir zarf ve bir çalar saat vermişti gece için.<sup>6</sup> Öğrenciler, zarfta, önlerindeki on dört gün boyunca saati kaç kuraları gerektiğini gösteren bir çizelge bulmuştu. Düş araştırmalarını deneysel yöne kaydırmak için girişilmiş ilk denemelerdendi bu. Saat çaldığında öğrencilerin “içebakışsal hal”de kalmaları gerekmektedir: Kıpırdamadan, gözler kapalı, sakın sakın düşün yeniden belirmesini beklemeliydiler. Hiçbir şey belirmezse, denek sadece zamanı kaydedip tekrar uykusuna devam edebiliyordu. Ama şayet bir düşü hatırlamışsa, onu uykusundan alıkoyacak bir anketi cevaplamak zorundaydı: İçerik, eşlik eden duygular, süreklilik, düşteki kişiler, onların yaptıkları, gündüz kalıntıları, bedensel tepkiler, görüntü ve seslerin oranı, berraklık, renkler, dilek ve korkularla ilişkisi, hız ve daha bir dizi düş özelliği sorgulanmaktaydı ankette. İki hafta sonra Bentley'nin elinde 54 adet düş olmuştu. On bir düşte renkler mevcutken, diğer düşler “gri” tonlarda görülmüştü. Renksiz düşler baskındı.

1942'de de durumda pek bir değişiklik yoktu. Warren Middleton 277 öğrencinin önüne düş yaşamları hakkında bir anket koymuştu.<sup>7</sup> “Düşünüzde renkler görüyor musunuz?” sorusuna yüzde yetmişden fazlası “nadiren” veya “hiç” yanıtını vermişti. Kız öğrenciler düşlerini renkli gördüklerini erkeklerden daha fazla söylemişti. Bu sonuç daha sonraki araştırmalarca da teyit edildi. Dikkati çeken, renklerin sık sık kıyafetlerle ilgili oluşuydu, ki belki Middleton'ın kız öğrencilerden beklediği de buydu. Araştırmasına koyduğu tablolar için seçtiği örneklerde, kız öğrenciler ya kendi kıyafetlerini ya da arkadaşlarınıninkileri renkli görüyordu düşlerinde. Gündüz kalıntıları da kıyafetlerin rengine ilişkindi: “Düşlerimdeki renkler hep kıyafetle ilgili oluyor, genellikle de pastel tonlardaki gece kıyafetleriyle. *Sweethearts* (Sevgililer) filmini seyrettikten sonra, o güzel renkleri, özellikle de Jeanette MacDonald'ın taktığı o kırmızı şapkayı gördüm düşümde.”<sup>8</sup> 1938'de vizyona giren *Sweethearts* müthiş popüler bir müzikal ve teknikolor ile renklendirilmiş ilk filmlerdendi.

Altmış yıl sonra, filozof Eric Schwitzgebel, Middleton'ın araştırmasını yeniden yapmaya karar verdi. Bu deney tekrarının altında Schwitzgebel'in düşler ve düş raporlarıyla, düşlerin karşılaştırıldığı görsel teknolojiler arasındaki ince ilişkilere olan merakı yatıyordu. Siyahbeyaz filmler ve siyahbeyaz televizyon ile büyümüş insanların, sinemayı, televizyonu hep renkli izlemiş olanlardan farklı bir düş deneyimi olması –ya da bunları farklı anlatmaları– mümkün müydü? Schwitzgebel 2001'de 124 öğrencinin önüne Middleton'ın 1942'de yönelttiği aynı soruyu koydu: “Düşünüzde renkler görüyor musunuz?” Sonuçlar şöyleydi:

|         | 2001            | 1942 |
|---------|-----------------|------|
|         | %               | %    |
| çok sık | 27              | 3    |
| sık     | 26              | 7    |
| bazen   | 23              | 19   |
| nadiren | 13              | 31   |
| hiç     | 4 <sup>10</sup> | 40   |

1942'de düşünde “çok sık” renkler gördüğünü neredeyse kimse söylememişken, 2001'de en sık verilen yanıtı bu. Schwitzgebel düşlerin kendisinin siyahbeyazdan renkliye kaydığı gibi bir sonuç çıkarmaz, gelgelelim sinema ve televizyon gibi görsel teknolojilere rengin girişinin kişinin düşlerini *algılamasına* etkimiş olma olasılığına açık kapı bırakır. Daha sonraki bir araştırmasında, 1942 ve 2001'deki anketleri üç grup Çinli öğrencininkiyle karşılaştırmıştır. Bu gruplardaki öğrenciler kentlerden ya da kırsal kesimden geliyordu, sinema ve televizyon gibi iletişim ortamlarıyla deneyimleri kendi içlerinde de birbirlerinden çok farklıydı. Sonuçlar doğru olamayacak kadar güzeldi neredeyse: Renkli iletişim ortamlarıyla tanışıklık süresi ne kadar uzunsa, rapor edilen düşlerdeki renkler o kadar sıklaşmıştı.

Artık birkaç yılda bir, yaşlıların siyahbeyaz sinema ve televizyonlu bir dünyada büyüdükleri için gençlere göre daha az renkli düş gördükleri gündeme geliyor.<sup>12</sup> 1993 ile 2009'da yapılmış iki büyük anketin karşılaştırmasında, otuz yaşın altındaki insanların yüzde 80'

den fazlasının bazen düşlerini renkli gördüğünü belirttiği görülmüştü. Altmış yaş üstü grupta bu yaklaşık yüzde 20'ye gerilemişti.<sup>13</sup> Bu yaklaşımdan maalesef, bunun kuşak farkına mı yoksa yaşa mı bağlı olduğunu anlamak mümkün değildir: Altmışını aşmışlar siyahbeyaz televizyonlarının önünde fazla mı vakit geçirmiştir, yoksa yaşlandıkça düşlerini daha mı az renkli görmeye başlamışlardır? Bu soruyu yanıtlayabilecek deneklerse halen yeterince yaşlanmakla meşgullerdir.

Bu türdeki bütün araştırmaların karmaşık yanı, görsel bir teknolojinin icadıyla toplumun geneline yayılışı arasındaki gidişatın son derece dağınık oluşudur. Renkli fotoğraf 1861'de bulunmuştur, gelgelelim renkli fotoğrafların çoğaltılabilmesi için otuz yıl daha geçmiş ve yaygınlaşıp neredeyse herkesin renkli fotoğrafı görmesi bir yirmi yıl daha almıştır. İnsanların kendi renkli fotoğraflarını üretmeye başlamaları tekniğin bulunuşundan yüz yıl sonra mümkün olmuştur. Sinema ilk elli yılında siyahbeyazdır; ilk "teknikolor" film 1917 tarihliyse de, 1950'de ancak sekiz filminden biri renkli gösterilmekteydi. 50'lerin sonunu bulmuştu renkli filmlerin sinemada standart hale gelmesi. O dönemin buluşu televizyon ise siyahbeyazdı. Oturma odalarında renkli televizyon ilk 70'lerde görülmeye başlamış, maç spikerleri daha bir on yıl kadar, siyahbeyaz televizyonlu seyircilerine müsabakaları "Açık renkli şortla..." diyerek anlatmayı sürdürmüştür. Onca farklı görüntü teknolojisinin piyasaya çıkışları da birbiriyle çakışınca, bir kişinin özgül bir dönemdeki görsel deneyimi hakkında kesin bir yargıda bulunabilmek de pratik açıdan imkânsızlaşır. Diyelim 1963'te düş günlüğü tutmuş bir insan, sinemada renkli filmler izlerken, evde siyahbeyaz televizyonun karşısında oturmuştur. Düş yaşamının renk yönünü döneminin görsel medyasıyla kesin olarak ilişkilendirebilmeyi güçleştirmektedir bu.

Rakamların artması bir sonuca ulaştırılabilir mi peki? Dream-Bank adlı internet sitesinde, ABD, Avrupa ve Güney Amerika'da yaşayan kişilerin aktardığı çok geniş bir düş veritabanı mevcuttur. En eski düşler 1912 tarihli ve her gün yeni düşler eklenmektedir. Bu düş koleksiyonu anahtar sözcükler girilerek kolayca taranabilmektedir. Robert Hoss, dreambank.net'in 25.222 düşünü, düşlerini uzun yıllar günlükte toplamış sekiz kişinin 12.841 düşüyle birleştirmiştir.



Toplam 38.063 düşün 12.227'sinde renklere atıf vardır.<sup>14</sup> Görsel medya ile düşlerin özellikleri arasındaki muhtemel ilişkiyi araştırdığında, ilk olarak, 1945-50 arasında kız öğrencilerden sağlanmış 500 düşte, 1980 sonrasında kadınlardan elde edilmiş 3900 düşe oranla istatistiksel anlamda daha az bir renk atfı bulunmadığını saptamıştır. Her iki grupta da yüzde 25'ten fazla oranda düşte renk rapor edilmişti. Bunun ardından 1940'tan önce doğmuşların 2458 düşünü, 1960'tan sonra doğanların 1584 düşüyle karşılaştırmıştı. Aralarında bulunduğu fark cüziydi ve aksi yöndeydi: Gençler daha sık siyahbeyaz düş bildirmiş, daha az renk atfında bulunmuştu. Sonuç, diye yazar Hoss, düş yaşamı geçen yüzyılda renkli veya siyahbeyaz olma açısından çok köklü değişmemiştir.

Bütün bu büyük çaplı rakamların yanında ufacık, ama ne yazık ki bir bakıma her şeyi alaşağı eden bir not durur: Düşlerle düş raporları arasındaki uyumsuzluklar, tam da renkler söz konusu olduğunda, düşün diğer öğelerine oranla bazen daha büyük olabilmektedir. Sebebi basittir: Düş raporlarında kendiliğinden anlaşılabilirlik noksanıdır. Psikanalist Stuart Miller daha 1964'te, düş görenlerin söz etmediği renklerin hangileri olduğu hakkında hiçbir fikir sahibi olmadıkları halde yalnızca düş raporunda adı geçen renklerden sonuçlar çıkaran meslektaşlarına kızmaktan kendini alamamıştır.<sup>15</sup> Düşünde anahtarını alıp garaj kapısını açtıktan sonra arabasına binen bir adamı örnek verir. Hiçbir renge atıf yoktur burada. Ne ki, biraz ısrar edilse belki anahtarın gümüşü renkte, garaj kapısıyla arabanın da yeşil olduğunu söyleyecektir adam. Öykü açısından çok büyük bir önem arz etmiyordur bunları anlatmak. Kahn ve meslektaşları 1962'de, uyku laboratuvarlarında doğal düş raporlarının yüzde 25 kadar renklere atıf içerdiğini ve bu oranın denekler sorgulanıp renkler de araştırıldığında yüzde 83'e çıktığını keşfetmişti. Bu Miller'ı hiç şaşırtmamıştı. Gelgelelim bunun sebebi, Kahn'ın düşündüğü gibi, renklerin bellekte solması değildi. Doğal düş raporlarında renkler sıklıkla bahsedilmeden geçiliveriyordu. Hoss'un 38.063 düş raporundaki 12.227 atıf da gerçekte düşte görülenin çok kesin bir yansıması olmayacaktır.

## Düş Paleti

Rakamların çokluğunun yararı, küçük çaplı araştırmalarda göze çarpmayan örüntüleri bazen görünür kılmasıdır. Hoss ve derya gibi veritabanı sayesinde insanların *hangi* renkleri düşlerinde gördükleri –ya da en azından hangi renklerin düş raporlarında belirtildiği– ortaya çıkmıştır. Bir pilot araştırmada kıvı, toprak ve safran renklerinin isimlerinin çok az (yüzde 1'den biraz az) çıktığı görölmüş ve bunların çalışma dışında tutulabileceğine karar verilmişti. Siyah ile beyaz renk olarak kabul edilmişti. Aşağıdaki tabloda, madde başı olarak kullanılmış renklerin yüzdeleri yer alıyor.

|            | %  |
|------------|----|
| beyaz      | 20 |
| siyah      | 20 |
| kırmızı    | 15 |
| mavi       | 10 |
| sarı       | 10 |
| yeşil      | 10 |
| kahverengi | 6  |
| gri        | 4  |
| turuncu    | 3  |
| mor        | 2  |

Belirgin olarak ilk iki sırayı alan siyah ile beyazı kırmızısının izlediği, onu da birbirine yakın üç rengin, mavi, sarı ve yeşilin takip ettiği bu renk örüntüsü ilginç bir şekilde tutarlıydı. Düş koleksiyonu hangi yöntemle ayrılırsa ayrılısın, renklerin sıralaması ve yüzdeleri arasındaki fark pek az değişiyordu. Kadınlar erkeklerden, düş günlüğü tutanlar dreambank.net'tekilerden, yaşını başını almış kişiler gençlerden farklı renklerde görmüyordu düşlerini. Peki ama *niçin* böyleydi bu örüntü? Düşlerdeki renkler düş görenlerin en sevdiği renklerin bir yansıması mıydı yoksa? Hoss bu açıklamayı gözardı edemiyordu. Doğal olarak, bunu 38.063 düşü aktaranlara sorup bun-

ların en sevdikleri renkler mi olduğunu saptamak mümkün değildi. Ne var ki, pazar araştırmalarının sonuçlarından, hem erkeklerin hem de kadınların maviyi en sevdikleri renk olarak bildirdiği, erkeklerde biraz yüksek olmakla birlikte oranın yüzde 40'lar civarında olduğu biliniyordu. Düşlerde ise yapılan atıf sadece yüzde 10'du. Mor en sevilen renk sıralamasında her zaman ilk dörtte yer alırken, düşlerde yüzde 2'ye ancak ulaşıyordu. Kırmızı da tercih listesinde, düşteki gibi üstlerde yer alan bir renk değildi.

Hoss'un araştırdığı bir başka açıklama, renk algısının nörolojik yönüyle ilgilidir. Beyin gözden gelen bilgiyi üç bağımsız sistem ile işler: sırasıyla, kırmızı-yeşil, mavi-sarı ve siyah-beyaz. Bu altı renk beynin kararak öteki renkleri ve tonları oluşturduğu temel öğelerdir. Düşlerde anılan altı renk de tam bu renklerdir. Kırmızı, mavi, yeşil ve sarının birlikte "psikolojik ana renkler" olarak adlandırılması, renk algısının nörolojik yapısıyla uyumludur.<sup>16</sup> En sık görülen renk körlüğü türü kırmızı-yeşil ve mavi-sarıdır. Doğuştan veya erken yaşta renk körü olan kişiler, düşlerinde de o renkleri göremezler.

Düş araştırmalarından apayrı bir başka araştırma alanında keşfedilen bir hiyerarşi, Hoss'un bulduğu düş renkleri örüntüsüyle manidar bir şekilde örtüşür. 1970'lerde dilbilimsel antropoloji, dünyanın farklı dillerinde tanınan ana renklerin iki ile on bir arasında değişebildiğini saptamıştır.<sup>17</sup> Yeni Gine'deki Dani dili gibi, yalnızca iki renk adına sahip dillerde bu siyah ve beyazdır. Üç rengin tanındığı dillerde bunlara eklenen hep kırmızıdır. Dört renkte yeşil veya sarı gelir yanlarına, beş renkte yeşil ve sarı. Ardından mavi ve sonra da kahverengi eklenir. Öteki dört temel renk –mor, pembe, turuncu ve gri– aralarında sabit sıralanmaz. Bu da düş raporlarında en fazla adı anılan yedi rengin, tanınan renk sayısı arttıkça değişik dillerin bunları ifadesindeki sıralamayla tıpatıp örtüştüğü anlamına gelir.

Rakamların artmasının aldatıcı yanı, kişiye özgü durumların bunların içinde kaybolup gitmesidir. Van Eeden'ın 1889 ila 1923'te tuttuğu düş günlüğü bine yakın düş içerir.<sup>18</sup> 312 kez bir renk adı geçer günlükte. Düşlerindeki renkler Hoss'un bulduğu örüntüden farklıdır. En sık andığı renk, 84 kez ile mavi, tüm bildirilmiş renklerin yüzde 27'sini oluşturur. Liste şu şekildedir:

|            | %  |
|------------|----|
| mavi       | 27 |
| yeşil      | 21 |
| beyaz      | 11 |
| kahverengi | 10 |
| kırmızı    | 8  |
| siyah      | 7  |
| sarı       | 5  |

Geriye kalan yüzde 11, Van Eeden'in bir ya da iki kere bahsettiği. turuncu, eflatun, bronz ve altın sarısı gibi renklerden oluşur. Bu, Van Eeden'in kafasındaki renk algısını sağlayan sinirsel ağın ortaya koymuş olduğu her ne ise onunla örtüşmek şöyle dursun, Hoss'un 38.063 düşlük koleksiyonunda saptadığı başat örüntüden de çok başka bir palettir. Siyahla beyaz değil, maviyle yeşil açık ara ilk iki sırayı alır Van Eeden'da. Başat örüntüde mor yüzde 2 oranında görülürken, bu renk yoktur onun düşlerinde. Nereden kaynaklanmaktadır bu farklılıklar?

Van Eeden düşlerinin berraklığına yoğun bir ilgi göstermişti. Genellikle ilk yazdığı, düşünün "berrak" olup olmadığıydı. Berrak düşlerini en ince ayrıntısına kadar uzun uzun yazmıştı. Berrak düşlerinin çoğu aynı zamanda uçma düşüydü. Uçarken içeride kalan Goethe'den farklı olarak, Van Eeden dışarı adamıydı. Neredeyse tüm uçma düşleri açık havada geçiyordu. Güneş de pırıl pırıldı hep, tüm yıl boyu. 84 kez andığı maviye atıfların hemen hepsi, içinde süzülüşü havayla ilişkiliydi. 65 kere geçen yeşil de çoğunlukla açık havadaki hayata atıftı: kırların, çayırların, ormanların yeşiline. Van Eeden'in paleti bir doğa tutkununun paletiydi.

### **Hastalıklı Bir Mavi**

Yalnızca Van Eeden'in düşlerinde değildir çimenin yeşil, gökyüzünün mavi oluşu. Hemen hemen bütün düşlerde renkler doğal halindedir. Kendilerinin bir anlamı olmaksızın öyküyü ve dekoru takip eder gibidir. Freud da bu görüşteydi. Düşlerinin çoğunda renkler

vardı ama tıpkı Van Eeden gibi o da bunu dikkate değer bulmuyordu. Bir gece düşünde, çok saygı duyduğu hocası Profesör Brücke'nin laboratuvarına gittiğini görmüştü.<sup>19</sup> İkinci bir düşte de arkadaşı Fliess'in, P. adında başka bir arkadaşıyla konuşmakta olduğunu. Bu P. gerçek hayatta çoktan ölmüştü ve düşün sonunu Freud şöyle anlatıyordu: "...delici bir bakışla baktım. Ben baktıkça sarardı, biçimi belirsizleşti, gözleri hastalıklı bir maviye döndü... ve en nihayetinde eriyip yitti."<sup>20</sup> Fakat Freud gözlerin o mavisini tanıyabilmişti:

Bu sahne yaşadığım bir sahnenin bariz bir kopyasıydı. Fizyoloji Enstitüsü'nde pratik asistanıyım, sabahları erken saatteydi görevim, öğrenci laboratuvarına birkaç kez çok geç gittiğim Brücke'nin kulağına gitmiş. Bir sabah tam açılış saatinde gelip beni beklemiş. Sözleri kısa ve özdü, ama önemli olan o sözler değildi. Müthiş olan, bana bakan ve beni yerin dibine sokan o korkunç mavi gözleriydi – tıpkı düşteki P.'ninkiler gibi; ama düşte roller içimi rahatlatarak şekilde değişmişti. Büyük üstadın, yaşlılığının ileri demlerinde bile muhteşemliğini korumuş gözlerini hatırlayabilen ve de onları bir vakitler öfkeyle bakarken görmüş biri, kendisini o zamanların genç günahkârının haletiruhiyesine sokmakta hiç güçlük çekmeyecektir.<sup>21</sup>

"Kahvaltı Gemisi" olarak bilinen başka bir düşünde de Freud, bütün renkleri gerçek hayatta görmüş olduğu şeylerle ilintilendirebilmişti. Koyu kırmızı, çocuklarının bir gün önce oynadığı Anker oyuncak tuğla kutusundaki büyük tuğlaların rengiyle aynıydı, küçük tuğlaların mavisiiyle kahverengisi de vardı, öteki renklerle son İtalya yolculuğundandı. Çıkardığı sonuç şuydu: "Düşteki renklerin güzelliği, bizzat görülüp belleğe yerleşmiş olanın yalnızca bir tekrarıdır."<sup>22</sup> Freud'a göre renkler düşlerin çözümlenmesi açısından özel bir anlam taşımıyordu, yorumlama dışı bırakılabilirdi.

Sonraki kuşak psikanalistler pes etmediler. 1954'te düşlerdeki renkler üzerine bir dizi makale yayımlandı. Özel bir rengin yorumlanması üzerine değildi bunlar. Psikanalistlerin anlamaya çalıştığı şey, renklerin belirip kaybolmasının gizli düş içeriğinin yorumlanması açısından ne anlama geldiğiydi. Victor Calef, düşlerin böyle bulanık oluşunun, çabucak unutulmasının, bazı parçalarının eksikliğinin "sansürcü"nın müdahalelerinden ötürü olduğuna inanıyordu; rengin eksik oluşu da bu tabloya uyuyordu. Renk ayrıştırır, düş öğelerinin daha iyi ayrılabilmesini sağlardı, rengin kaldırılmasıyla bun-

lar arka plana atılıyordu: “Çoğu düşün siyahbeyaz oluşu, savunma mekanizmasının düşün gizli içeriğindeki dilek ve düşünceleri kamufle ederek düşe müdahale etmiş olduğunun bir göstergesidir.”<sup>23</sup> Başka bir deyişle, sansür, dileğe göre renkleri düşten “geri çevirebiliyordu”. Renklerin olması ise bilakis, bastırılan malzemenin gene de sansürcünün elinden kaçtığı anlamına geliyordu. Başka bir psikanalist genç bir hastasının düşününü değerlendirmişti. Delikanlı düşünde babasıyla bir gölün kıyısında, şaşkınlıkla, etrafı çevrelemiş dağlara bakıyordu. “O âna dek siyahbeyaz olan manzara bir anda renkleniverdi. Göl masmavi, kayalıklar, dağlar gri, siyah, kahverengi, gök bulutluydu.”<sup>24</sup> Bu manzaranın düşün gizli içeriğiyle ilişkisinin ne olduğunu anlamak artık psikanalistin ustalığına kalmıştı.

Yerlerini siyahbeyaza bırakan renkler ve yerini renklere bırakan siyahbeyaz neyi hatırlatıyor?

Her halükârda, ellili yıllarda renkli filmin çıkışıyla ancak mümkün hale gelen bir geleneği, sinemacıların bir düş parçasını siyahbeyaza geçerek verme geleneğini hatırlattığı kesin. Böylelikle yönetmenler, sanki o deneyimi ancak şimdi inandırıcı olarak filme aktarabildikleri olanaklara kavuşmuşlarcasına, mevcut düş deneyimlerine mi katılmışlardı? Yoksa böylesi geçişler, kahramanların düş görmeye başladığını keyifle seyrettikleri ilk teknikolor filmler insanların düşlerinde gündüz kalıntıları gibi çıkıverdiğinde mi başlamıştı?

### İlk Siyahbeyaz Fotoğraf

Düşlerimizi siyahbeyaz mı gördüğümüz sorusunu ele aldığı makalelerinden birinde, Schwitzgebel, siyahbeyaz medya dönemi öncesinde –kabaca yirminci yüzyılın ilk yarısı– düşlerde renklerin doğal kabul edildiğini ileri sürer.<sup>25</sup> Düşler üzerine yazan yazarlar –filozoflar, hekimler, psikologlar– düşleri o döneme değin, gündüzün edindiğimiz duysal izlenimlerin anılarından derlenmiş bir deneyim gibi görmüşlerdi. “Aristoteles,” diye yazar Schwitzgebel, “renkleri ısrarla, duyularımızda duysal izlenimler bırakmış, uykumuzda bize görünen kalıntılar olarak sınıflandırmıştır.”<sup>26</sup> Descartes da böyle düşünüyordu. Gelgelelim Aristoteles düşler üzerine yazdığı risalesinin

hiçbir yerinde bunların renk içerdiğinden bahsetmez.<sup>27</sup> Düşlerdeki görüntülerden söz eder ama renklerine değinmez. Aynısı Descartes için de geçerlidir. Aziz Martin arefesi, 1619 Kasımının 10'unu 11'ine bağlayan gece gördüğü ve en ince ayrıntılarına dek kaleme aldığı üç düşü bugüne kadar korunmuştur. Düşlerin ilkinde birisi, uzak diyarlardan getirilmiş bir kavun verir ona. Yeşil midir? Sarı mı? Descartes muallakta bırakmıştır bunu. Hiçbir renk belirtmez. Tıpkı Aristoteles gibi o da gündüzki duysal deneyimlerin düşlerde de ortaya çıkabilmesine inanmaktaydı. Düşleri bir renk algılama deneyimi olarak tasavvur ettiği bir bölüme de rastlanmaz yazılarında. Ne ki Aristoteles'in yazılarında da, Descartes'ın yazılarında da düşlerin siyahbeyaz görüldüğünü ifade ettikleri bir bölüme de rastlanmaz. *Bu ayrım acaba hiç mevcut olmayabilir mi?* Görsel dünyayı bu iki kategoriden birine koymanın sonraki bir tarihte çıkmış olması mümkün müdür? Soruyu bu şekilde sormak bir tarih yanılgısı olabilir mi?

Siyahbeyaz ve renkli ayırımına, fotoğraftan, sinemadan, televizyondan o denli aşınayız ki, sanki ezelden beri varmış gibi gelir bize. Oysaki antikçağ, ortaçağ, Rönesans ve modern çağ sanatından duvar resimleri, duvar halıları, elyazmalarındaki minyatürler, tablolar ve resimler çok başka terimlerle, tekrenkli veya çokrenkli olmalarıyla birbirinden ayrılıp tanımlanmıştır. Gravürler plakaya sürülen mürekkebin rengini alır, sepya, kırmızı, kahverengi olabilirdi. Ya da siyah. Ama siyah da renklerden biriydi. Renk *olmadığında* buna siyahbeyaz deme fikri, bizim *şimdi* “siyahbeyaz fotoğrafçılık” olarak ifade ettiğimiz fotoğraf işlemlerinin doğuşundan hemen sonra ortaya çıkmış da değildir. Daguerreotip, talbotip, kalotip, ambrotip – bu tekniklerden hiçbiri on dokuzuncu yüzyılda “siyahbeyaz” olarak tanımlanmamıştır.

Günlük dile hangi terimlerin hangi anlamda girdiğini araştırmak için Kraliyet Kütüphanesi'nin (Koninklijke Bibliotheek) internet sayfası ([www.kb.nl](http://www.kb.nl)) muazzam bir kaynaktır. “Tarihi Gazeteler” bölümü, yüzlerce ulusal, bölgesel ve yerel gazeteye, dergiye ve ilana erişime olanak verir. Dört yüzyıllık bir arşivdir bu. “Siyahbeyaz” terimi on dokuzuncu yüzyılda, öteki renklerin arasında bir renk olarak geçer. Onlarca leyleğin konduğu bir tarla bir anda siyahbeyaz renge bürünür. Bir kıyafetin deseni siyahbeyaz damalıdır. Meradaki sığır-

lar siyahbeyazdır. Başka bir deyişle, siyahbeyaz bir renk kombinasyonudur, rengin *olmayışı* değil. On dokuzuncu yüzyılda “siyahbeyaz fotoğraf” yoktur, dahası yirminci yüzyılın büyük bir bölümünde de onsuz yapılacaktır. Hatta ilk “siyahbeyaz fotoğraf”ın çıkmasını beklediğiniz makalelerde—sözgelimi *Algemeen Handels-blad* gazetesinin 1906 yılı nüshalarından birindeki, Pulchri’de “renk-li fotoğraflar”ın da asılı olduğu bir fotoğraf sergisine dair eleştiride ya da 1914 tarihli *De Sumatraanse Post* gazetesinden, “renkli fotoğraf”taki bilimsel gelişmelere ilişkin bir değerlendirmede—bile hiç “siyahbeyaz fotoğraf” terimi geçmez. İlk kullanımı ancak 1960’larda, örneğin renkli veya siyahbeyaz fotoğraf için seçebileceğiniz film makarasından söz eden Kodak ilanlarında görürüz.

Düşününce bu durum gayet mantıklı geliyor. Tıpkı “film”e, “sesli film” çıktıktan sonra “sessiz film” denmesi gibi, siyahbeyaz fotoğraf da felsefî anlamda, renkli fotoğraftan *sonraki* bir icattır. Nitekim bu da, geçmiş kuşakların önüne kendi dönemlerinde kullanılmayan terimlerle sorular hazırlayıp koymanın ne denli tehlikeli olduğunu gözler önüne serer. Daguerre’in fotoğraf çeken çağdaşlarına, portrelerinin, natürmortlarının renkli mi siyahbeyaz mı olduğunu, Aristoteles ve Descartes’a da insanların düşlerini renkli mi siyahbeyaz mı gördüğünü düşündüklerini soramazsınız.

Düşlere dair psikoloji ve psikiyatri literatüründe ilk “siyahbeyaz düşler” ancak ellilerde çıkar. Daha evvel başka terimler kullanılmıştır. Havelock Ellis 1911’de “normal düşte loş ışığın hâkim olduğunu” yazmıştı.<sup>28</sup> 1870’te *Lancet*’te düşler için “çok az ışıklandırılmış gece görüntüleri” dendiğini ve fizyolog Beaunis’nin “gri renkte” düş gördüğünü de belirtmişti. Bentley 1915’te, Middleton 1933’te düşlerini “gri” tonlarda diye tanımlamıştır. Mary Arnold-Forster için düşler 1920’de, “tekrenkli bir resim gibi”ydi.<sup>30</sup> 1942’de Middleton yine “gri görüntüler” diyordu gördüğü düşleri betimlerken.<sup>31</sup> İlişki renkli fotoğrafla siyahbeyaz fotoğraf arasındaki gibidir aynı: “siyahbeyaz film”i doğuran renkli filmidir. Ancak ondan sonra belirir düş raporlarında ve onların analizlerinde “siyahbeyaz düşler”; ancak onun ardından yazabilir psikanalist Blum çoğu düşlerin “siyahbeyaz” olduğunu.<sup>32</sup>

Tıpkı gözleri görenlerin düş deneyimlerinin, körlerde mevcut ol-



mayacağı sanılan bir içsel film ile karşılaştılıp karşılaştırılamayacağı tartışmasında olduğu üzere, düşü renkli veya siyahbeyaz bir film olarak düşünmek aldatıcı bir metafordur. Ancak kısa bir süredir mevcut olan bir ayrıma sizi hapsedip, eski düşünürlerin düşler hakkında asla sahip olamayacağı görüşleri kolaycacık onlara mal edivermenize neden olur.

Daha iyi bir metafor var mıdır?

### Yarı Fabrikasyen

Ian McEwan'ın romanı *Sonsuz Aşk*'ın başlangıcı neredeyse bir tokat gibi yüzünüzde patlar.<sup>33</sup> Anlatıcı Joe Rose, tam sevgilisi Clarissa ile piknik yapmaya başlamıştır ki ötelere korku dolu çılgınlık duyarlar. Joe yerinden fırlar, indikten sonra yolcularının kontrol edemediği bir balondur gördüğü. Yolculardan biri –yaşlı bir adam– halatlara dolanmış, balon asıldıkça yerlerde sürüklenmektedir. Sepette hâlâ on yaşlarında bir oğlan vardır. Rüzgâr balonu yüksek gerilim hattına doğru sürer. Derken anlatım, arazinin tepesinde yükseklerde daireler çizen bir şahinin perspektifine kayar. Onun gözünden görürüz, arazinin dört yanından sessizce kopup gelen, ortadaki balona koşan beş adamı. Hepsi de balonun birer halatını yakalamayı başarıp yerde tutmaya çalışır onu. Ne var ki ani bir rüzgâr beşini de havalandırır, adamlardan biri tuttuğu halatı bırakınca daha da yükselir diğerleri, birkaç saniye içinde karar vermeleri gerekmektedir, ya tutacak ya bırakacaklardır halatları. Yerden iki-üç metre havalanmışlarken, birer birer bırakırlar kendilerini aşağı. Bir tanesi sıkı sıkı tutunmayı sürdürür, seksen metre kadar havalanır balonla birlikte, derken onun da çözülür elleri.

Bu başlangıç sahnesine görsel, filmi andıran karakteri nedeniyle bütün eleştirilerde övgüler yağdırılmıştır. Okura olaylar gözünün önünde geçiyormuş, koşuşan adamları, rüzgârla sürüklenen balonu, halatların yaşlı adamı yerlerde sürükleyişini, halatı bırakmadığı için onlarca metre havaya yükselen adamın doğurduğu paniği durup izliyormuşsunuz duygusunu veren bir giriştir bu. Okuyorsunuzdur ama siz de oradasınızdır o an.

Şimdi basit bir içebakış sorusu: Gözünüzün önünde canlanan balonun rengi neydi?

Bu soruya alacağım cevabı ancak tahmin edebilirim. Ne ki *Sonsuz Aşk*’ı okumuş ve sorumu yöneltebildiğim beş-altı kişinin verdiği yanıt gerçekten, genelde okurken bütün manzarayı gözlerinin önünde canlandırdıkları, gelgelelim o görüntülerin gene de balonun ne renk olduğunu söyleyebilecek kadar somut ve ayrıntılı olmadığıydı. O adamların koştuğunu elbette “görmüşlerdi”, fakat kıyafetleri ve dış görünüşleri hakkında bir şey diyebilecek detaya vâkıf olacak kadar değil. Film gibi betimlemelerin en iyisi dahi, belli ki en fazla yarı fabrikasyon bir görsellik doğurmaktadır. Ne ki o balonun görseî temsilinin rengini söyleyememeniz, bütün sahnenin gözünüzün önünde siyahbeyaz olarak canlandığı anlamına *gelmez*. Daha ziyade, bu tür içsel görüntüler için bu ikili ayrımın geçerli olmadığı anlamına gelir.<sup>34</sup> Düşlerimizi siyahbeyaz mı renkli mi görüyoruz sorusunu cevaplarken niçin bu denli zorlandığımızın açıklaması *bu* olabilir mi acaba?

# Görüntü Dışı

## Körlerin Düşleri Üzerine

DÜŞ GÖRMEK, görselliği yoğun bir deneyimdir. Geniş düş koleksiyonları, farklı duysal öğelere atıflara dikkat edilerek yeniden gözden geçirildiğinde, düşlerin yarısından biraz fazlasında seslerin yer aldığı görülür: Çalan bir telefon, işitilen bir müzik parçası, uzaklarda kopan fırtınanın sesidir bu.<sup>1</sup> İçinde birinin koku veya tat algıladığı düşlerin oranı her bir duyu için yüzde bir bile değildir. Dokunma algısı daha da seyrekler. Düşlerini görüntüler çıkarılmış olarak düşünenler geriye çoğunlukla hiçbir şeyin kalmadığını görürler. Düşlerin duysal bileşiminin incelendiği araştırmalarda görsel imgelerin oranının sorulmamasının nedeni barizdir. Düşler her şeyden evvel filme benzer; düşler için metafor olarak en sık filmin kullanılması boşuna değildir. Filmde kendinizi küf kokulu bir bodruma kapatılmış veya mayhoş bir elmayı dişler yahut bir köpeğin sırtını okşarken görseniz de, düş boyunca görüntüler koku, tat ve dokunma algılarına doğal bir fon oluşturur.

Görüntülerin hâkimiyeti kimi zaman, körlerin düşlerinde ne gördüklerine dair kaygı dolu bir soru doğurur. Görsel yaşantı çıkarılınca, düşü dolduracak miktarda malzeme kalır mı geriye? Yoksa bu çok basite indirgenmiş bir düşünce midir? Körlerin düşleri eksiği noksanı olan bir yaşantı değil de, aksine uyanık yaşamlarındaki duysal deneyimlerle dolu, eksiksiz bir deneyim midir? Devreye bir tür telafi mekanizması mı girmiştir? Düşleri seslerden, konuşmalardan, müzikten, okşamalardan, kokulardan, tatlardan yana zengin midir yoksa?

Bir de ileri yaşta görme yetisini yitirenlere dair sorular var. Bu kimseler görüntülerle düş görmeyi sürdürebilirler mi? Hayatları boyunca? Görsel imgelerin oranı, kör olarak yaşadıkları dönem uzadıkça düşer mi? Kör olmadan evvel gördüklerinin görüntüleri mi yer alır düşlerinde? Gözleri görmez olduktan sonra tanıştıkları insanları nasıl görürler düşlerinde? Yalnızca dokunarak tanıdıkları insanları düşte farklı mı görürler? Dokunma algılarını görsel imgelere dönüştürebilmekte midir yoksa körler?

Bu soruların bazıları epey eskidir, onları yanıtlamaya çalışma çabaları kadar eski. Daha 1838'de, Alman fizyolog Heermann körlerin düşleri üzerine "Gözlem ve Düşünceler" derlemesi yayımlamıştır. Körler yurdunda kalan yüzden fazla kişiyle yapılmış titiz bir araştırmaya dayanan muazzam bir rapordur bu. Heermann'ın vardığı sonuçlar aradan geçen yaklaşık iki yüzyıla rağmen dimdik ayakta. Amerikalı psikolog Jastrow 1888 yılında benzeri bir çalışmayı Baltimore ve Philadelphia'daki körler yurdunda iki yüze yakın kör ya da görmesi zayıflamış kişiyle gerçekleştirmiştir.<sup>3</sup> Heermann da Jastrow da işlerini çok iyi yapmıştır. Zira körlerin düşlerine dair 1999 senesinde çıkan bir değerlendirme makalesinin yazarları, onların bulgularına pek fazla bir şey ekleyemediklerini kabul etmek zorunda kalmıştı.<sup>4</sup>

Eski literatürden körlerin düşlerine ilişkin birkaç düzine makale toplamak işten değildir. Körler yurdunda öğretmenlik yapanlarca olduğu kadar, saygıdeğer meslektaşları için kendi düş yaşamlarından raporlar sunan, doğuştan ya da sonradan kör olan fizyolog veya psikologlarca yazılmıştır bunlar.<sup>5</sup> Fransız Lucien Bolli yıllarını körler yurdunda geçirmiş, doğuştan körler ile ileri yaşta kör olanların onlarca düşünüyü not etmişti.<sup>6</sup> Körlerin düşlerine olan bu hayranlık, başka bir duyusunu yitirmişlerin düşlerine olan kısıtlı ilginin yanında sıkıntılı bir tezat teşkil eder. Sağırın düşlerine kimse ilgi duymuyor gibidir. Arada sırada körlerin düşlerine dair makalelerde sözü geçse de, sağırın düşlerine ait literatür körlerin düşlerine dair olana pek de girmez. Durum –yine– gören kişiler için düşlerde görsellüğün çok doğal hâkimiyetinin bir ifadesidir. Sağır *görür* sonuçta! Onların düşlerinde çok özel ne olabilir ki?

## Görüntülerin Tesellisi

Heermann, Heidelberg Üniversitesi'nde fizyoloji dersleri veren gönüllü bir öğretim elemanıydı. Paris, Köln ve Münih'e yaptığı iş ziyaretlerinde, her seferinde hastanelere, körler yurtlarına uğrar, buralardan hem körlerin hem de görüşleri zayıflamış kişilerin verilerini toplardı. Kaç yıldır kör olduklarını not eder, gözlerini muayene ederdi; iki defa, yıllarca kör yaşamış iki hastanın görme sinirlerinin durumunu, otopsilerini yaparak inceleme fırsatını da yakalamıştı. Fakat körlerle yaptığı görüşmelerdeki temel sorusu, düşlerinde görüntüler görüp görmedikleri olurdu her seferinde.

Heermann'ın raporu, doğuştan körler ve daha ileri yaşta bütünüyle kör olmuş kişilerle başlar. Bu grupta 53 kişi yer alıyordu. Doğuştan kör ya da beş yaşından önce kör olan 14 kişi düşlerinde görüntülerin olmadığını bildirmişti. Yedi yaşından sonra kör olan 35 kişi ise görüntülü düşler görmekteydi. Beş ile yedi yaş arasında kör olmuş 4 kişide ise karma bir durum söz konusuydu: Biri görüntülerle düş görmekte, bir diğərinin düşlerinde arada bir bulanık görüntüler yer almakta, kalan ikisi ise görüntüsüz düş görmekteydi.

Bu dağılım Jastrow'un elli yıl sonra bulacağının aynısıdır ve hâlâ geçerli olan pratik kuralı oluşturur: Beş yaşından önce oluşmuş körlük, düşlerin görüntüsüz olması anlamına gelir; yedi yaşını geçmiş çocuklarda gelişen körlükteyse görüntülerle düş görme yetisi kaybolmaz. Beşle yedi yaş arasında, olgunlaşma ve gelişimdeki farklılıklar belirleyici olur, kimi çocuklar görüntüleri hatırlar ve düşlerinde görürken kimileri bunu yapamaz.

Heermann, ileri yaşlarda kör olanlarda görüntülerle düş görme yetisinin zamanla zayıflayacağını düşünmüş ancak bu doğru çıkmamıştı. 1810 yılında Paris'te Napolyon'un Prenses Marie Louise ile düğünü nedeniyle yapılan şenliklere katılmış, altmışının üstünde bir kadınla görüşmüştü. Şenlik çadırlarından birinde yangın çıkmış, kadının zamanında dumanlardan kaçamamış ve gözlerindeki ciddi iltihap sonucu kör olmuştu. Söyleşiyi yaptığında bu yirmi beş yıl öncesinin olayıydı. Kadın düşlerinde her şeyi tıpkı eskiden olduğu gibi apaçık görmeye devam edebiliyordu, her ne kadar bunlar gözleri kör

olmadan gördüğü şeyler bile olsa. Heermann elli yılı aşkın zamandır gözleri görmediği halde, halen görüntülerle düş görmeyi sürdürenlerle konuşmuştu. Körler düşlerindeki görüntüleri anlatmayı çok seviyorlar, diye not düşmüştü raporuna, bununla teselli bulduklarını ifade etmişlerdi kendisine.

Heermann'ın zamanında genel olarak, görsel imgeleri –düşte olsun, hatıra ya da hayal olsun– tekrar “göz önüne getirmek” için, sanki görüntülerin aynı yolu tersten gelmeleri gerekirmiş gibi, görme sinirlerinin sağlam olması gerektiğine inanılırdı. Kendisini çok şaşırtsa da bunun böyle olmadığını görmüştü Heermann. İleri yaşta gözleri kör olanlarda, düşünürken, düş görürken ölene dek görsel imgeler kullanmış oldukları halde, görme sinirlerinin büsbütün pörsümüş, kurumuş olduğunu gözlemişti otopside. Belli ki görme sınırı görüntüleri beyne taşımak için gerekliydi, sonradan bunları canlandırmak için değil. Yaşamın ilk yıllarında görme sinirleri beyni “akort etmek” için hayati önem taşıyordu; bu şiirsel metafor ile, beynin tıpkı bir çalgı gibi çalınmaya hazır halde “duracağını” kastetmişti Heermann. Görsel uyaranların sağlanması sayesinde beyin görüntüleri işlemeyi ve kaydetmeyi öğreniyordu. Bu süreç beş ila yedi yaşlarında tamamlanıyor, ardından beyin kendi başına görüntüleri kullanıma sokabiliyordu. Sözü edilen durum başka duyulardaki engellerde de geçerliydi. İşitme yetisini kaybettiğinde düzgün bir şekilde konuşabilmekte olan bir çocukta, konuşma genellikle korunabiliyordu.

Jastrow kendi araştırmasını tamamlamış ama henüz yayımlamamıştı ki, Heermann'ın raporunu okudu. Yapabildiği sadece, en önemli sonuçları teyit etmektir. Görmeleri zayıflayanlarda, düşlerdeki görüntülerin kalitesi görme keskinliğine bağlı olarak değişkenlik göstermekte, şeklinde bir ekleme yapacaktı. Görme yetileri renkleri ayıramayacak denli kötüleşmiş olan 11 kişiden sadece bir tanesinin düşlerinde görsel imgeler yer alıyordu. Düşlerde renkli imgeler yalnızca, körlük görece ileri bir yaşta, ortalama on altı yaşında başlamışsa görülüyordu. Jastrow görüşmeleri sonucunda, körlerin düşlerinde dokunma duyusunun değil işitmenin en önemli duyu olduğunu rapor etmişti. Örneğin nadiren körler alfabesinden bir şeyler okuduklarını görüyorlardı düşlerinde. İşitmeden sonra hareket algısı geliyordu. Jastrow düşleri oldukça gündelik buluyordu: Erkek çocukları oyun

oynadıklarını, kız çocukları dikişle, ev işleriyle meşgul olduklarını, yaşını başını almış körlerse, meslekleri piyano akortçuluğu ya da fırçacılıksa kendilerini bu işlerle meşgulken görüyorlardı.

Jastrow bir meslektaşından Laura Bridgman adındaki bir hastasının düş yaşamına dair notlarına göz atma iznini almıştı. Kadın kızıl hastalığından iki yaşında kör ve sağır olmuş, işaret diliyle iletişim kurmayı öğrenmişti. Tarihte düşleri konusundaki sorulara yanıt verebilmiş ilk kör ve sağır kişiydi. Görüntü ya da sesler olmadan düş gördüğünü bildirmişti. Jastrow gösteriştten uzak bir ifadeyle şöyle yazmıştı: “Görme ve işitme yoktu düşlerinde, tıpkı yalnızca kendisinin bildiği o karanlık ve sessiz dünyasında da olmadıkları gibi.”<sup>7</sup> Düşlerinde, gün içinde iletişim için kullandığı hareketler ve dokunma algısı yer alıyordu. Ev arkadaşları, uykusunda işaret dili konuşmuşçasına ara sıra parmaklarını oynattığını gördüklerini ama bu hareketlerin, uykusunda sayıklayanlarındaki gibi kısa ve anlaşılmaz olduğunu söylemişti. Uyandığında hiçbirini hatırlamıyordu elbette. Kâbuslarıyla ilgili aktardıklarıysa biraz bunaltıcıydı. Kör ve sağır biri mesafeye ilgili iki duyudan mahrumdur. Laura bir tehlikeyi, ancak tenine dokununca fark edebiliyordu. Sık sık anksiyete düşlelerinden –örneğin düşünde bir hayvanın gelip de vücuduna değdiğini hissettiğinde– sıçrayarak uyanıyordu.

Jastrow’un sonuçlarında da, beş ile yedi yaş arasındaki zamanın, ilerideki düş yaşamındaki görüntüler için hayati olduğu görülüyordu. O, bu aralık için siyasi bir metafor kullanmayı seçmişti: “Kritik Dönem”.<sup>8</sup> Başkan Adams, Amerikan Bağımsızlık Savaşı sonu (1783) ile başkanlığa George Washington’un getirilmesi (1789) arasındaki altı hassas yılı böyle adlandırmıştı. Ancak sonraki dönemde iç ve dış ilişkiler yeterince istikrarlı hale gelmiş ve genç cumhuriyetin dağılmasından endişe duyulmasına gerek kalmamıştı. Gelişim psikolojisinde bu metaforun kaynağı unutulmuş, “kritik dönem” düşüncesi başka bir anlam daha üstlenmiştir. Jastrow bu metaforla, bazı psikolojik süreçler –ve de temelinde yatan sinirsel devreler– için, sağlam bir şekilde işlenip bir daha asla silinemeyecekleri bir zaman aralığı olduğunu anlatmak istemişti. Sonrasında yapılan araştırmalarla, beşle yedi yaş arasındaki aynı kritik dönemin sağlıkların düşlelerinde seslerin korunması için de geçerli olduğu anlaşılmıştı.

Zaman içinde beyin hasarı çalışmaları, nörolojik hasarın düş yaşamı açısından farklı farklı sonuçları olabileceğini göstermiştir. Bazı beyin hasarları hastayı kör etmediği halde, görsel algının, örneğin renk, hareketi fark etme, yüzleri tanıma gibi belli bir kısmına zarar verir. Bu hasarlar düşlerde de aynı yetilerin kaybına neden olur. Hasar sonrası, düşler renksizleşir, hareketsizleşir, düşe giren kişilerin yüzleri tanınmaz olur. Nörolojik hasarın düş yaşamı açısından böylesine etkili sonuçları söz konusuysa, yedi yaşından sonra kör olan birinin görüntülerle düş görmeyi *hâlâ* sürdürüyor olması oldukça tuhaf gelebilir. Ancak buradaki fark, o kişilerde körlüğe genellikle göz ya da görme sinirindeki bir hasarın sebep olup, görme duyusunun görevli diğer sinirsel dizgenin sağlam kalmasıdır. Altyapının o bölümü hasar görmediğinden, tıpkı artık kullanılmayan ama mevcudiyetlerini koruyan taşıt yolları gibi, düşlere görüntü üretiminde hizmet vermeyi sürdürür. Renkli görme veya yüz tanımaya zarar veren hasar, dizgenin daha üst kısmında yer alan beyin bölgelerini etkilediğinden, düşlerde bu bölgeler artık işlevini yerine getiremez olur. İnsan, beynin oksipital lobunda bulunan görme alanı hasarı sonucu kör olmuşsa, düşlerinden görüntüler de kaybolur.

Heermann, körlerin düşlerinde *ne* gördüğünden çok, *nasıl* düş gördükleriyle ilgilenmişti. 64 sayfaya sığdırılmış uzun raporunda hemen hemen hiç düş yoktu. Ne var ki, görüştüğü körlerle bunu da konuşmuş olmalıydı, zira kör olan birinin girdiği yeni ortamların düşlerine çok geç girdiğini ya da hiç girmediklerini saptamıştı. Yetmiş yaşındaki bir adam tam on sekiz yıldır kaldığı bakımevini bir kez olsun düşünde görmemişti. Düşlerinde çoğunlukla kör olmadan önceki dönemlerini görenler, görece daha ileri yaşta görme yetisini yitirenlerdi. Kör olduktan sonra ilk tanıştığı kişileri düşlerinde görenlerse, ortalama olarak daha genç yaşlarda görme yetisini yitirenlerdi.

Heerman burada kararlı bir şekilde ayrı bir yol tutmuştu. İleri yaşlarda kör olanlar, yaşadıkları değişimi düşlerine muhtemelen büyük bir gecikmeyle geçiriyordu. Kolunu ya da bacağını yitirmiş kişilerde durum nasıldı? Heermann, on bir yıldır sağ bacağı olmadan yaşayan altmış beş yaşında biriyle karşılaşmıştı, adam düşlerinde *hâlâ* kendisini iki bacağı da sağlam olarak görüyordu. Koltuk değ-



nekleri bir kez olsun girmemişti düşlerine. Dahası, “düşünde koltuk değneklerine ihtiyacı olduğu aklına gelmediğinden, hareketli düşlerinde yatağından kalkmak isteyip de yere düştüğü pek nadir değildi.”<sup>9</sup> Üç yıl evvel bacağına kaybetmiş on üç yaşındaki bir başka delikanlı da düşlerinde hâlâ normal yürüyebiliyordu.

Görüntülü düş görmek, düşte gördüğünü görmek ile aynı şey değildir. Bir kör, düşünde görüntülü olarak kendini kör görebilir. Ne ki, Heermann’ın bazı körlerin düşte hâlâ gördükleri, bunun da kollarını, bacaklarını sağlam görmeye devam eden ampüte kişilerdekiyle benzer bir durum olduğu yolundaki tespiti, bugünkü araştırmalarla gösterildiği üzere, ampüte kişilerin bedenlerinin bütün olduğunu çok uzun yıllar ya da hayatlarının sonuna dek algılamayı sürdürüyor oluşuyla ince bir çizgide buluşur. Mulder ve meslektaşları, bacak ya da kolları ortalama on iki yıl önce ampüte edilmiş çok sayıda insana, düşlerinde kendilerini nasıl gördüklerini sormuştu.<sup>10</sup> Yüzde 37’sinin yanıtı, kimi zaman bedenlerini sağlam kimi zaman da ampüte haliyle gördükleri oldu. Yüzde 21’inde düşler uyum sağlamıştı: Bacak ya da kolları olmuyordu. Bundan daha fazla bir bölümüyse (yüzde 31) ameliyat öncesindeki gibi görüyordu kendisini. Düş görenin erkek ya da kadın olması, kolunu değil de bacağına kaybetmiş olması, ampütasyonun nedeninin kaza değil de dolaşım bozukluğu olması – bunların hiçbiri fark etmiyordu. Yaş ise sonucu etkiliyordu. “Uyum sağlayanlar” ortalama 51 yaşındaydı, bedenini sağlam görmeye devam edenlerse ortalama 59 yaşında. Sözü edilen ilk grupta ameliyat yaşı ortalama 38’di. İkinci grupta bu on bir sene sonrasında gerçekleşmişti.

Almanya’da hem Birinci hem de İkinci Dünya Savaşı sonrasında ampütasyonun düş yaşamına etkisi araştırılmış, sonuçlar büyük oranda aynı çıkmıştı.<sup>11</sup> Tek kolu olan biri düşünde iki eliyle sivrisinek öldürdüğünü görmüştü. Bazen durum bu denli net değildi. On dört yaşında bir bacağına kaybetmiş bir adam, düşlerinde sürekli sürücülük dersi aldığını, iki bacağına da gördüğünü, fakat kesilmiş bacağıyla fren pedalına basamadığından direksiyon hâkimiyetini yitirdiğini görüyordu her seferinde. Tüm araştırmalar, düşlerinde bedenlerini sapasağlam gören grubun hep en büyük grubu oluşturduğunu gösteriyordu.

Tıpkı Heermann'ın körlerinde olduğu gibi, bu düşleri dilek düşleri olarak etiketleyip geçiştirmek kolaycılık –ve seçicilik– olur. Belki de bambaşka bir şey söz konusudur. Düşlerinde bedenlerini sağlam görenlerin büyük bir yüzdesi, yüzde 80 ila 90'ı, gündüz de bedenlerini eksiksizmiş gibi hissedenlerdi. Kaybettikleri kol ya da bacağı hâlâ yerinde “hissediyor”, kimi zaman da bu uzuvlarında ağrı duyuyorlardı. Bu, düşlerinde de oluyordu. Gündüz, kesilmiş ayağının ağrıdığını hisseden bir adam, gece düşünde yüzerken o ayağını bir sıçanın kemirdiğini görmüştü.<sup>12</sup> Düşler, gün içinde hayalet ağrılarına neden olan bir sinirsel temsilden “okunmakta” ve daha sonraki deneyimlerin işlenişi dikkate alınmamakta gibidir. Mulder ve meslektaşları, vücudun bütünlük temsiliinin genetik olarak beyne kazınmış olduğunu, buna ve mevcut şebekesine de, ellisini geçenlerde beynin normal plastisitesinin söz geçiremediğini ileri sürer.<sup>13</sup>

Heermann'ın, düşünün yarı yerinde tek bacağı olduğunu çok geç idrak eden 56 yaşındaki talihsiz hastası bu gruba girerek hipotezi teyit eder. Ne var ki, düşünde üç yıldır normal yürümesini sürdüren on üç yaşındaki delikanlı bu durumun istatistiksel ilişki açısından mükemmellikten çok uzak olduğunu ortaya koyar. Mulder ve meslektaşları da, bulgularının, son sözmüş gibi algılanmaması gerektiğini söylemektedir. Belirleyici etmen sadece yaş olamaz.

### Körlerin Laboratuvardaki Düşleri

Heermann ile Jastrow körlerin ve görme yetisi zayıflamış kişilerin (kim zaman düşün üzerinden uzun bir zaman geçmişken) kendilerine anlattıklarına güvenmek durumundaydı. Düşlerin bellekte daha taptaze ikenki hallerini kaydedebilmek için körlerin laboratuvarlara gelmesi gerekti. Hızlı göz hareketlerinin kâşifi Aserinsky, laboratuvarına bir körü davet ederek, körlerin göz hareketlerini incelemeyi başlatan ilk kişi olmuştu. Adam laboratuvara kılavuz köpeğiyle gelmiş, köpek deney başlayınca yatağın altında uslu uslu yatmıştı. Aserinsky birkaç saat sonra hızlı göz hareketlerinin başlayıp başladığını kontrol etmek için içeriye girdiğinde köpek havlayarak yerinden fırlamış, gürültü patırtıdan uyanan deneğin gözünü de uyku tut-

mamıştı daha sonra. Aserinsky de bu araştırmayı devam ettirmemişti. Sonradan yapılan araştırmalar, yaşları ilerledikçe görenlerinkine kıyasla hareketlerin şiddeti biraz azalsa da, doğuştan körlerde de hızlı göz hareketlerinin olduğunu göstermiştir.

1982'de Kerr ve meslektaşları on öğrenci ve yeni mezundan, haftada bir gün olmak üzere sekiz hafta boyunca laboratuvara gelip uyumalarını rica etti.<sup>14</sup> Öğrencilerden dördü doğuştan kördü, ikisi ileri yaşta görme yetisini yitirmişti, görmeleri tam olan dört öğrenciyse kontrol grubunu oluşturuyordu. Körler de, EEG'lerinde REM uykusunu gösteren karakteristik "testere ağzı dalgalar"a sahiptir ve bu sayede düş görme ânının yakalannıa şansının en yüksek olduğu dönemde uyandırılabilirler. Bu araştırmada, kontrol amaçlı olarak arada bir REM dışı uykuda da uyandırılmışlardı. Denekler katı bir şema uygulanarak, gece boyunca dört kere, her hafta farklı uyku evrelerinde uyandırılmıştı. Uyanınca kendilerine uyanmadan önce akıllarından geçenlerin ne olduğu sorulmuştu. Hatırlayabildiklerinde, bir dizi soru daha takip ediyordu bunu. Görüntüler var mıydı? Kendilerini görmüşler miydi? Sesler mevcut muydu? Başkalarını görmüşler miydi? Gördülerse, bunlar tanıdıkları mı yoksa yabancılar mıydı? Konuşma geçmiş miydi? Kendi kendileriyle mi yoksa başkalarıyla mıydı bu konuşmalar? Düş bildik bir yerde mi geçiyordu, bilmedikleri bir yerde mi? Karman çorman mı, bir nebze derli toplu mu, yoksa basbayağı derli toplu muydu bu düşler? Toplam 22 değişken hakkında veri toplanmıştı.

Karşılaştırmının sonucu açıktı. Doğuştan kör deneklerin düşlerinde, görüntü yokluğu dışında sadece tek bir fark vardı: Körlerin düşleri, gören deneklere oranla daha fazla bildikleri bir çevrede geçmekteydi. Diğer her şey eşitti: Eşit oranda sesler, eşit oranda tanıdık ya da yabancı kişiler, eşit oranda konuşmalar, eşit karmaşıklık ya da derli topluluk. Körler REM dışı uykudan uyandırıldıklarında, daha az sayıda düş aktarabiliyorlardı ve bu düşleri daha kısa ve az ayrıntılı oluyordu, yani görenlerin düşlerindeki farklılıkların tıpatıp aynısı söz konusuydu. Buradan, görüntülerin olmayışının düşün geçtiği yer çeşitliliği hariç başka hiçbir şeyi eksiltmediği, diğer her şeyin gören insanların düşlerindekiyle eşit olduğu anlaşılıyor.

Bu sonuçlar körlerin evdeki düşlerine dair daha önce yapılan

araştırmayı teyit eder niteliktedir. Körlerle görenlerin düş raporlarının karma bir koleksiyonunun arasından körlerinkini bulup çıkarmak mümkün olmaz. Laboratuvar düşlerinin, 1920'lerden sonra boy göstermeye başlayan körlerin düşlerinin psikanalitik yorumlarını düzeltici bir etkisi de olmuştur. Körlerin düşlerinde daha fazla saldırganlık gösterdiği ve bunun da kuşkusuz başkalarına bağımlı yaşamalarına duydukları öfkenin sonucu olduğu söylenmekteydi. Daha sonraları "gizli saldırganlık" olarak ayrıntılandırılacaktı bu, ta ki çok sonra Hall ve Van de Castle'ın içerik analizini geliştirmeleriyle, bunun görenlerin düşlerindeki saldırganlıktan daha fazla olmadığı sonucuna ulaşılan kadar.<sup>15</sup> Psikanalitik yorum başlangıçta esasen, düşlerinde –çevirmeden verelim– *vertieft geistige Schau*'yu (derin manevi bakışı) kanıtlayan o romantik "kör" imajına "bilimsel" bir tepki olarak iyi karşılanmıştı. Gören kör arketipi sürgünlerini uykuya dek salmıştı. .

### Körler Düşlerinde Ne Gördüklerini Bilir mi?

"Dün düşümde Ray Charles'ı gördüm  
Gözleri basbayağı görüyordu..."

JOAN OSBORNE, "Spider Web", 1995

2003'te bir müddet, Portekizli altı nöroloğun körlerin düş yaşamlarına açılan kapıdan maharetli bir yöntemle içeri süzüldükleri ve *hatta* orada görsel imgelerle karşılaştıkları sanıldı. Doğuştan körler düşlerinde ne gördüklerini bilirler mi sahi? Görsel imgelere dair duysal deneyimleri olmadığına göre, düş imgelerini doğru bir şekilde yorumlayabilirler mi? Düşlerinde görsel öğeler olursa, bunları tanıyabilirler mi? Bértolo ve meslektaşları, görsel korteksteki faaliyetin, körlerin düşlerinin gerçekten "görsel içeriğinin" olduğuna işaret ettiğini ileri sürüyordu.<sup>17</sup>

Yapılan araştırmada on doğuştan kör ve dokuz gören denneğin iki gece boyunca EEG kayıtları alındı. Her bir buçuk saatte bir uyandırıldılar. Herhangi bir düş görmüşlerse bunu bir teybe ayrıntılarıyla anlattılar. Öncesindeki son beş dakikanın EEG kayıtları analiz edil-

di. Ertesi sabah bütün deneklerden gördükleri düşten bir sahnenin resmini çizmeleri istendi. Gören deneklerin bunu gözleri bağlı yapmaları gerekiyordu. Tüm deney boyunca 152 kez saat çaldı ve bu sayede 43 düş raporu elde edildi. Gören denekler körlerden daha fazla düş hatırlamıştı. Düş raporları iki araştırmacı tarafından Hall ve Van de Castle'ın sınanmış sistemi kullanılarak incelendi. Verileri değerlendiren kişiler işlerini “kör” yöntemle yaptılar: Düş raporunun kör bir deneğe mi yoksa gören bir deneğe mi ait olduğunu bilmiyorlardı. Bu araştırma için hayati önemdeki “görsel faaliyet” kategorisinde, görenlerle körler arasında hiçbir fark yok gibiydi. Körlerin çizmiş oldukları düş sahneleri görenlerinkinden farklı değildi. Aynı derecede karmaşık ve konu olarak da benzerdi bunlar. Her iki grup da eşit oranda nesneler (yüzde 90), manzaralar (yüzde 70) ve insan figürleri (yüzde 10) çizmişti. Tek fark körlerin insanlara daha sık kulak çizmiş olmalarıydı. Son olarak, EEG analizi, gören deneklerin görsel bir sahneyi zihinlerinde canlandırırken beyinlerinde aktifleşen bölgelerin aynılarında kör deneklerde de faaliyet olduğunu gösteriyordu.

Bértolo ve ekibine göre, düş raporları, resimler ve EEG, hepsi aynı sonuca işaret etmekteydi: körlerin de düşlerinde görsel imgeler olduğu sonucuna. Görme korteksinin bazı bölümleri, görsel olmayan uyaranlarca da faaliyete geçse görüntü doğuruyor olmalıydı, ne de olsa orası bir kere *görme* korteksiydi. Bu görüntülerin daha sonra körlerin düş raporlarında ortaya çıkması, hatta çizilebilmesi, nesnel EEG ölçümlerinin de gösterdiği, beyinlerinde gerçekleşen şeyin mantıklı bir sonucuydu.

Bértolo ve ekibinin bulguları çok ilgi çekti. Tuhaf da değil bu. Heerimann'ın 1838'de, düşteki veya bellekteki görsel imgelerin yeniden canlandırılabilmesi için görme sinirlerinin sağlam olması gerektiği düşüncesinden vazgeçmesi zor olmuştu. Sezgileri öyle söylemese de, görsel uyaranlar sağlanarak bir kez “akort” edilmesi halinde beynin o görüntüleri bundan böyle kendisinin ortaya çıkarıp onlarla oynayabildiği sonucuna varmıştı. Bértolo ve ekibinin iddiası ise yüz elli yıl sonra başka bir uç noktada idi. Körlerde görme korteksi, beyinlerinin bu bölgesi hiç görsel uyaranlara maruz kalmamış bile olsa görüntü üretebiliyordu. Bu sebepten, doğuştan körler –göz

ve görme sinirleri atlanarak— gene de görüntüler görebiliyordu.

Bértolo ve ekibi, deneysel süreçlerindeki nesnelliğin –EEG, düş raporlarının “kör” yöntemle değerlendirilmesi, resimlerin bağımsız karşılaştırılması— araştırmalarının en değerli yönü olduğunu düşünüyordu. Makalelerini, Hall ve Van de Castle’ın sistemini “içerik analizi için en kapsamlı ve en çok kullanılan ampirik sistem” olarak niteleyen, düş araştırmalarının duayeni William Domhoff’tan bir alıntı yaparak sonlandırmışlardı. Hatta özellikle bu sistemi kullanarak, bu tür çalışmalardaki geleneksel öznelliği asgariye indirebilmiş olduklarını düşünmekteydi Portekizli araştırmacılar.<sup>18</sup>

Domhoff ise, kısa zamanda anlaşıldığı üzere, bunu farklı görüyordu.

Bértolo ve çalışma arkadaşları üç noktada yanılığa düşmüştü.<sup>19</sup> Başka araştırmacıların, körlerin düş raporlarını analiz için Hall ve Van de Castle’ın sistemini kullanmamalarının basit bir sebebi vardı: Bu sistemin mecazi dili değerlendirmek için bir yönergesi yoktu. Kör bir kişi düşünde televizyon izlediğini veya bahçeye çıkıp baktığını gördüğünü söylediğinde, bunun “görsel etkinlik” olarak değerlendirilmesi gerekir, oysaki “izlemek ve bakmak” burada mecazi manada kullanılmıştır. Körler bol miktarda “görür” ve “bakar”lar, fakat bu, dilimizdeki görsel sözcüklerin bolluğundan kaynaklanır. “Nesnel” bir sistemin aşırı mekanik uygulandığı, burada düş içeriğinin hatalı anlaşılmasına yol açmıştı.

Körlerin düşlerindeki sahneleri resmedebilmeleri de bu yanlış anlaşılmaya neden olmuştur. Körler dokundukları bir nesnenin zihinlerinde oluşturduğu imgeyle, tıpkı gözleri gören kişilerin görsel imgelerle yapabildikleri gibi, ustaca oynayabilirler. O zihinsel imgeyi geri getirip resmini de çizebilirler rahatlıkla. Kabartma bir resme dokunarak “bakan” körler, o resmi daha sonra, gören denekler kadar ustalıkla çizebilirler.<sup>20</sup> Bu tür deneylerin hiçbirinin sonunda, körlerin “görsel” imgelere sahip oldukları sonucu çıkarılmamıştır. Körlerin dokunarak elde ettikleri imgeler uzamsal karakterdedir, parlaklık veya renk gibi görsel özellikleri barındırmaz.

Görüntüleme yöntemleriyle yapılan beyin araştırmalarında, körlerde dokunma uyaranlarının kısmen, gören kişilerde görsel enformasyonu işleyen alanlarda işlendiği saptanmıştır. Körler Braille al-

fabesini okurken görme korteksinin bazı bölümleri aktiftir.<sup>21</sup> Aynı şey, ağızlarıyla çıkardıkları seslerin yansıması yardımıyla nesnelerin şekli hakkında bir izlenim elde ederlerken de olur. Demek ki, körlerde dokunma ve işitmenin işlenmesi kısmen, görenlerin görsel algı için kullandıkları yapılar üzerinden olmaktadır. Dolayısıyla, bu bölgelerdeki faaliyetin görsel imgeleri gösterdiği, çok çabuk düşülvülecek bir yanılgıdır.

Portekizlilerin bulgularının doğurduğu tartışmalar ters bir etkiye yol açarak, ilginin, bir duyunun eksilmesi sonucu oluşan telafi mekanizmalarına yönelmesine neden olmuştu. Körlerde ve sağırda doğrudan görsel ya da işitsel uyarılarla laaliyete geçirilmeyen beyin bölgeleri, organik olarak yükümlü olmadıkları uyarıları işlemeye başlayacaktır. Sağırılar işitme korteksinin bir kısmından, dokunma uyarılarının yorumlanması ve gözücuyla görülen şeylerin ayrımında yararlanır. Bu, sağırılar “aslında” işittikleri anlamına gelmediği gibi, düş gören körlerdeki görme korteksindeki faaliyet de onların görüntülü düşler gördüğü anlamına gelmez.

### Gözleri Görenler Düşlerinde Ne Gördüklerini Bilir mi?

Gözleri görenler görüntülerin düşlerindeki payını hatta belki de önemini gözünde fazla mı büyütür? Düşteki bir imgeden, sözgelimi odanın köşesindeki bir koltuk imgesinden, görsel öğeleri çıkarmaya kalksa, fazlasıyla eksiltmeye gider insan. Koltuk imgesi görüntüsünü yitirince, rengi, üzerindeki açıklı koyulu ışık ve gölgeler kaybolur, gelgelelim koltuk yine köşedeki yerinde ve diğer eşyalara göre belli bir konumdadır. Görüntü olmadan da o imge *uzamsal* karakterdedir. Kör bir kişinin düşünde köşede pekâlâ bir koltuk durabilir.

Öte yandan, görme engeli olmayan kişilerin düşleri düşündükleri denli görsel değildir. *Gözleri görenler* düşlerinde ne gördüklerini bilir mi sahiden? Düşleri betimlemek için kullanılan ve çok doğalmış gibi gelen aynı metafor –film– görenler düşlerinde ne gördüklerini düşünürken kimi zaman yanıltıcı olur. Bir oda filmdeki gibi görüntülenecek olsa, odanın tüm görsel öğeleri bütünüyle görülebilir. Odanın duvarları ve o duvarların bir rengi vardır, tablolar ası-

lıdır üzerinde, penceresinden dışarıya göz atılınca bir bahçe ya da karşıdaki evler görülür. İnsan filmde de her şeye aynı anda bakamayacak bile olsa, filme çekilen odada ne var ne yok her şey bütün ekranı kaplar. Düşteki bir odada ise bu farklıdır. Bildik bir oda ise görülen, bu birkaç ayrıntıdan, halının bir köşesinden, bir sandalyeden veya bir pencereden anlaşılır. Belki de hiç görünmeyen bir şeyden tanınır oda, bir saatin düzenli tiktaklarından, bir kokudan. Bilinmeyen bir oda da düşte kısmen görselleştirilir, odanın bütününü bölük pörçük görüntülerden, fragmanlardan tahmin etmek gerekir. Düş görüntüleri, film çekiminden ziyade izlenimci bir ressamın elinden çıkma eskizlere benzer. Eskiz de hâlâ bir “görüntü”dür elbette. Ne ki peş peşe gelen film sahneleri gibi bir düş imgesinden çok, düşün öyküsü ile daha kopuk; büyük ölçüde içi boş bir ilişki içinde olan bir görüntüdür bu. Kimi zaman düşün öyküsü, görüntüler olsa dahi, bu görüntülerden tamamen kopuktur. Çoğu kimseye aşına gelecek bir deneyimdir bu: Düşünde tanıdık birini görür insan, ne ki çok farklı gözükmetedir orada, gene de o olduğunu bilir gören kişi. Bir konuşma geçecek olur aralarında, o kişi tanıdığının konuştuğunu bilir. Aynı şey bir ev veya çevre için de olabilir: “Büyüdüğüm evde olduğumu biliyordum ama aslında olduğu halinden çok farklıydı.” Kimlik veya teşhise dair öznel hisler, düşlerde dış görünüşten tamamıyla kopabilir. His temel gibidir. Görüntüler uyandırmaz onu, o görüntülerden önce gelir his. Bu yüzden de görüntüler adeta rastlantısal ve karışmaya açıktır biraz.

Kerr ve meslektaşlarının deneklerine yönelttiği sorulardan biri, düşün geçtiği çevrenin tanıdık olup olmadığıydı. Kör deneklerin, bir yerin yeni mi bildik mi olduğunu her ne kadar “göremeseler” de, bu soruyu yanıtlarken hiçbir sıkıntı çekmedikleri aşikârdı. Biliyorlardı basbayağı. Düşlerinde başkalarının olup olmadığını ve bunların tanıdık mı yoksa yabancı mı olduklarını da biliyorlardı. O kanaate de, ses veya koku gibi duysal izlenimlerle varmıyorlardı pek. Durumlar ve kişiler düşte bir veriye benziyordu, teşhis sürecinin bir bileşkesine değil. Gören bir kişi, düşünde şimdiki iş arkadaşlarından biri gibi görüldüğü halde gene de bir çocukluk arkadaşını gördüğünden yüzde yüz emin olabiliyorsa, bir kör düşünde nerede bulunduğunu ve yanında kimin olduğunu niçin kesin olarak bilemesin ki?



# **Siz Muhakkak Radyo Oyunundaymış Gibi Düş Görüyorsunuzdur!**

**Vincent Bijlo'nun Düş Yaşamı Üzerine**

“Bir kör olarak bana en sık yöneltilen sorulardan biridir: Bay Bijlo, nasıl düş görüyorsunuz? Siz muhakkak radyo oyunundaymış gibi düş görüyorsunuzdur! Oysaki hiç de öyle değil. Her gün kullandığım duyularımla görüyorum düşlerimi. Yani dokunma, hissetme, koku, ses, gün içinde neyle algılıyorsam çevremi, onlarla düş görürüm ben.”

Vincent Bijlo (48) doğuştan görme engelli. 1985'te ailesinde gözün ağtabakasının doğuştan hasarlı olduğu, nadir görülen bir kalıtsal rahatsızlığın, Norrie hastalığının olduğu saptanmış. Hastalığa yol açan gen X kromozomunda bulunduğundan, yalnızca erkekler hastalanırken, kız çocukları taşıyıcıdır. Bijlo'nun ağabeyi de kör, ikiz kız kardeşi ise değil.

*Het instituut* (Yurt, 1998) adlı romanında anlattığı görme engelliler yurdunda birkaç yıl kaldıktan sonra Bijlo kararlı ve tutarlı bir adımla görenlerin dünyasına geçmiş ve liseyi “normal” bir lisede bitirip Utrecht Üniversitesi'nde Hollanda Dili ve Edebiyatı okumuş. 1988 yılındaki Leiden Kabare Festivali'nde hem seyirci hem de karakter ödülleri kazanmasının ardından, tiyatroculuk, bestecilik, köşe yazarlığı ve romancılıktan oluşan olağanüstü üretkenlikte bir kariyer başlamış. Çalışmalarının bir kısmını karısı Mariska Reijmink ile ortak yürütmüş. Kendi düş yaşamı hakkındaki bu söyleşiyi yapmaya hazır olduğunu bana bildirirken, ihtiyatı gene de elden bı-

rakmayıp şöyle dedi: “Körlerin düşlerinin gören kişilerinkinden çok farklı olmadığını düşünüyorum.”

*Ara sıra başka körlerle de düşlerini konuştuğun olur mu?*

Sadece ağabeyimle. Pek de tanıdığım kör yok aslında. Hoşbeş ederken bazen yeri gelir düşlerden konuşuruz kız kardeşimle, ama o da kör değil. Onunla muhabbetimizdeki güzel yan, ikiz oluşumuz ve doğal olarak dünyalarımızın iç içe geçmişliği. Farklılıklar daha baştan bilindiğinden hiç sözü bile edilmez. Düşleri konuşuruz fakat deneyimdeki farklılıklara değinmeyiz hiç. Düşler hakkında okudukça aradaki farklılıkların o denli fazla olmadığı konusundaki düşüncelerim güçleniyor. Düşlerin inanılmaz bir atmosferi var. LSD'nin oluşturduğu türden triplere benziyorlar biraz. Körlerde de durum farklı değil. Örneğin düşlerimde muntazaman kediler konuşur benim. Basbayağı konuşurlar. İnsanların kendilerine davranışlarına biraz kızdıkları olur. Düşü görürken gayet normal gelir bu bana. Halbuki evde kedimiz bile yok.

*Gözleri görenler tam uykuya dalarken, bazen bir dizi hızlı, karmaşık görüntüler algılarlar, böylelikle uyanık bilinçlerinin son kırıntısıyla uykuya dalmakta olduklarını idrak ederler. Sende de, başka bir duysal biçimde belki, böyle bir şey olur mu?*

Ağabeyimde olur o, ama ses olarak. Var olmayan türlü türlü şarkılardan kısa kısa bölümler şeklinde; her zaman olur onda, çocukluğundan beri. Sanki doğrudan sese dönüşüyormuş gibi. Bende hiç olmaz. Dalıveririm uykuya. Çabucak gevşemeyi becerdiğimden dolayı. Uzun sürmüşse günüm, gerekiyor bu, sanki düğmeye basıp da kapatabiliyorum artık kendimi. O vakit yatağa uzandığımı hissetmem yeterli, dalıveririm hemen. Yaşım ilerledikçe değişti düşlerim, ağabeyiminkiler de öyle. İzole öykücüklerden ziyade, veri akışları gibi, sanki şimdi eskiden olduğundan daha uzun, alttan alta bir akış varmış gibi. Uykuya dalmamın akabinde başlıyor, sonradan anlatılabilecek bir şeyden çok fondaki bir hissettirmeye daha fazla benziyor. Müthiş bir homurtu, faaliyet, kopan bir telaş, bir tür uğultu.

*Freud Düşlerin Yorumu'nda "tipik düşler" den bahsediyor, hemen hemen herkesin ara sıra gördüğünü düşündüğü sınav ya da uçma düşleri bunlar.*

Ben de görürüm. Kırk sekiz yaşımdayım, hâlâ arada bir lise son sı-nıftaki olgunluk sınavına girerim. O sınavdan geçtim oysaki. Lise ikide sınıfta kalmıştım, düşlerimde ise hep üçüncü sınıfta yine kal-dığımı görürüm. Ya da sınavlar geçerli sayılmadığı için yeniden sı-nava girmem gerektiğini. Uyandığımda hakikaten rahatlarım sadece bir düşmüş diye. Muntazaman da uçtuğumu görürüm. Düşteyken ta-mamen olağan gelir bu bana. Ekseriya azıcık kaykılıyorum, sanki sır-tüstü yüzermişim gibi, hava koltuktur aslında o zaman. Çok keyif-lidir, uçma düşünden çok süzülme düşleridir bunlar, hiç elimi kolu-mu oynatmadan usul usul ilerlerim. Bu düşler hep yumuşaktır, acı, ağrı hiç hissetmem. Bir duvara çarpacak olsam yumuşacık olur bu, sanki iskeleye yanaşır gibi.

*Düşünde gördüğün bir şeyin, gün içinde gördüğün bir şeyin düşün-e işlenmesi olduğunu sonradan keşfettiğin olur mu ara sıra?*

Çok. En son düşümde Roma'daydım. Eski papanın yenisine bir saat sonra görevini devredeceği salonda bir masaj masasında yatıyor-dum. Derken tarihi bir mekânda bulunduğumun farkına varıyor-dum. Aklımdan, aman tanrım, ben burada uzanmış yatıyorum, bir saat sonra tüm dünya gelip her şeye tanıklık edecek, diye geçiriyor-dum. Bir arkadaşım daha vardı yanımda: "Vin, gelsene, bulvar çiti-lemeye gidiyoruz," diyordu. Bulvar çitilemek diye bir deyim yok. Ne var ki düşte ben bunun ne anlama geldiğini tam olarak biliyor-dum: Papanın değişim törenine katılmak üzere gelen ünlülere bak-mak için bulvara gidecektik. Bulvar çitilemekti bu. Tören kafilesi-nin geçeceği güzergâhı dokunup da anlamam için Vatikan'ın bir ma-ketini veriyorlardı elime. Oysaki o maket gündüz gerçekten dokun-muş olduğum bir makete çok benziyordu: tatil için gittiğimiz Al-manya'daki bir şatonun maketine.

*“Ünlülere bakmak” dedin, düşlerini anlatırken görsel dili de kullanıyorsun.*

Elbette, ama dil çok görsel bir şey olduğu için böyle bu, yoksa görüntülere bir atıf değil bu.

(Körlük gibi doğuştan bir engel, yaşantıda bir eksiklik duygusuna yol açmıyor, düşlerde dahi. Yalnızca gözleri görenler körlerin karanlıkta yaşadıklarına inanıyor. Karanlık değil, tıpkı aynı nedenden aydınlık olmadığı gibi: Karanlık ve aydınlık görsel kavramlar ve eksik olan da zaten bunlar. Gelgelelim, *edinilmiş* engellerde durum farklı. Norric hastalığı ileri yaşlarda neredeyse hep, artan sağırılığı da beraberinde getiriyor. İşitmesindeki zayıflamayı “kulaklık”la gideriyor da olsa, Bijlo için de durum farklı değil. Sesleri, müziği işiten birisi için sağırılık, yaşantısında bir şeylerin eksileceği bir perspektif anlamına gelir.)

*On altıındaymışsın, annen zamanla kulaklarının sağır olacağını söylemiş.*

Bunu duyduğumda, birkaç gün aklımdan şu geçti: Bitsin öyleyse, bu boktan hayatın ne anlamı var zaten, gün geçtikçe daha da kötüleşecekse. Ama gerisini nasıl halledeceğimi bilemiyordum tabii. Belki de o yaşta, insanın zihninin hangi uç noktalara kayabileceği konusunda kendimi pek o kadar da ciddiye almıyordum. Neyse, boktandı işte, hem de çok. Odamda oturup gün boyu hiçbir şey yapmıyordum. Radyo açık uyuyordum hep, o zaman hâlâ işitebildiğimden emin oluyordum çünkü. Bir sabah annem radyoyu kapatmış, her yer sepsessizdi. Rüzgârın kavakları hışırdatışını duydum, leylakların, mavi yağmurun kokusunu aldım. Sonra kalktım, gidip pencerenin pervazına oturdum, o rüzgârın, o kokuların içine ve birkaç saniye içinde dünyam müthiş değişiverdi. Aklımdan, kendini niye zavallı yerine koyuyorsun ki, ağaçların sesini duyuyorsun hâlâ, diye geçirdim, son birkaç günde hiçbir değişiklik olmamıştı ki! Bir değişiklik olaksa bile bu yavaş yavaş olacaktı. Baktım, annemin bunu bana söylediği günden bu yana ne değişti, hiç. İşitmem daha hızlı ya da

daha yavaş gerilemiyor. Hayatta da onca çok şey var, bira, kızlar, okul, müzik, yapıp yaşanacak, keşfedilecek onca şey. Bir anda bitti. Ergen ruhunun gücü de bunda zaten: Sana karşı da çalışabilir, senin hesabına da. Sağır olma korkumdan kurtulmuştum.

*Düşlerine de yansdı mı o korku?*

O dönem ara sıra, insanlarla tanıştığım ama dediklerini anlayamadığım bir anksiyete düşü görürdüm. İşitirdim onları, uzun uzun anlattıklarını duyardım, ama sanki Letonca konuşurlardı, tek kelimesini anlamazdım.

*Korkun işitememekten çok iletişim kuramamamış demek ki, değil mi?*

Evet. Fakat o dönemde gerçekten hiç işitemediğimi gördüğüm düşler de oldu. Rüzgârın yanağını okşadığını, yumuşak toprağı hissediyordum, bir ormanda olmalıydım ama çevrede insan var mı yok mu, işitemiyordum. Mariska ile denize gittiğimizde olduğu gibi. Kulaklıklarımı çıkarmam gerekiyor o zaman. Başta hep büyük bir korku kaplıyor içimi. Kalabalık plajı, insanları, dalgaların kıyıya vuruşunu duyarken, kulaklığı çıkarınca koca plaj bomboş kalıyor! Bir başıma kalakalıyorum, tamamen bir başıma. Mariska'nın elimden tutmasını bekliyorum. Bereket, denize iyice yaklaşıncı tekrar duyuyorum dalgaların sesini, denizdeki insanların bağırıltılarını, ama o yalnızlık ânını ilk yaşadığım gün yok mu... O günden sonra anksiyete düşlerime o da girdi. Hiç başıma gelmemişti bu, oldukça iyi sayılırdı işitmem. Sanki borç ödetirlermiş gibi, arttıkça arttı o düşler. Şimdi görmüyorum artık. Düşlerimde esamisi bile okunmuyor. Ölçtürdüm kulaklarımı, kulaklıklarla gayet iyi işitiyorum. Arada sırada düşüme giriyor o kulaklıklar, ama gözlük takan birinin gözlüğünü düşünde görmesi gibi bir şey sanırım.

*Dış bir uyarının neden olduğu, o uyarının yıldırım hızında düşe işlendiği düşler gördüğün olur mu bazen?*

Elbette, dışarıda gerçekten fırtına kopmuşsa düşümde de fırtına görürüm mesela. Eskiden dışarıdan bir şeyleri devamlı düşlerime sürüklerdim. Bir şey işitiyorsun, hemen bir öykü uyduruyorsun etrafında. Artık hiçbir şey işitmediğimden şimdilerde azaldı bunlar. Yatarken kulaklıkları çıkarıyorum, hiç ses duymuyorum o zaman. Fakat yıllar evvel Engelli Olimpiyatları'nda gösteri için Atina'daydım, otelde tek kulağımda kulaklıkla uyuyordum. Yine olmuştu: Klimanın sesini uçak sesine çevirmişim, gece hâlâ ayakta olan insanların kahkahaları falan düşlerime bir güzel işleniveriyordu.

*Berrak düş görür müsün hiç?*

Çok sık. Berraklığın belli bir dereceye kadar kontrol edilebildiğini biliyorum. Bunun için bir sürü numara olduğunu da. Mesela parmağını eline batırıyorsun, delip geçerse düş gördüğünü biliyorsun. Ya da saatine bakıyorsun, üzerini kapatıyor, sonra açıp tekrar bakıyorsun.

*Düş gördüğünü sana bildiren düş işaretlerin var mı?*

Çok muhtelif şeyler. Bazen düşümde başımı öyle belalara sokmuş oluyorum ki, bu hayatta olamaz diyorum. Bazen de korkular sebep oluyor. O zaman da: Bu bayağı korkunç oldu, kaç git buralardan, diyorum. O düşe bir son vermem gerektiğini biliyorum. Düşümde uyandığımı gördüğüm de çok sık oluyor. Kimi zaman bir düşten sözde uyanmış oluyorum, uyandığım düş hakkında düşünürken buluyorum kendimi hâlâ düş görmeye devam ederken, bir tür düş içinde düş. Tuhaf olan, az evvel başka bir düş görmüş olduğunun ancak o sonraki düşün içinde mi aklına geldiğini doğal olarak bilememen. Bulanık şeyler. Zor bir durumda bulunduğumu görüyorum bazen düşümde, bir yerde oluyorum ve yolu çıkaramıyorum sonra. O düşten uyanıyor, yatağımda buluyorum kendimi – o da düş.

*Bir araştırmaya göre, kendileri fark etmese de, körler sık sık dış görünümünde, kıyafetlerinde bir şeylerin düzgün olmadığını görürlermiş düşlerinde, belki de görsel olarak kontrol edemediklerinden. Hiç çıplaklık düşü görür müsün?*

Evet, muntazaman. Ama bende bir utanma düşü olmuyor bu. Mesele bir toplantıda olmuş oluyorum, derken birden, “Aa! Ne aptalım, sabah evden giyinmeden çıkmışım!” diye düşünüyorum. Çıplaklığımın utanmıyorum. En fazla, diğer insanlar kötü karşılar mı, düşüncesi oluyor. Ama utanmıyorum. Hiç utanma düşü görmem ben.

*Düşünde bir problemi çözdüğün ya da yaratıcı bir düşüncenin geldiği oldu mu?*

Şiir oluyor bazen, cümlecikler ya da. Ama maalesef “Belleğimin tarlasındayım” türünden cümleler oluyor bunlar. Uyandığında yüz-yılın cümlesini bulmuşsun gibi bir düşünce oluyor kafanda, az sonra, düşünde bulduğunun on bira içtikten sonra yazacağından çok da bir farkı olmadığına ayırdına varıyorsun. İnsan düşünde kendini gözünde çok büyütüyor. Denetim mekanizmalarının hepsi iptal oluyor. İşime yarar cümleler ya da birtakım ezgiler için belli ölçüler nadiren çıkıyor. Bazen çok şahane bir melodi oluyor düşümde, ama uyanınca bir türlü getiremiyorum aklıma. Braille yazısını da okumakta zorlandığımı fark ediyorum bazen, ama sizlerde de düşte okuma sorunmuş.<sup>1</sup>

*Pavlov adlı bilim programında beyin faaliyetini kaydeden fMRI taraması yaptırmıştın.<sup>2</sup> Braille ile yazılmış bir metni okuman gerektiğinde, görme korteksinin aktifleştigi görülmüştü.*

Mantıklı da ama. Beynin o bölgesi, zamanla görme dışı uyaranların işlenmesinde kullanılıyor, bu durumda dokunma uyaranları için. Bu, o faaliyetin gene de görsel imgelere yol açtığı anlamına gelmez. Körlerde görme korteksinde faaliyet saptayıp, bunu da muhtemelen imgelerle düş görmelerine bağlayan o Portekizli araştırmacıların vardığı sonucun çok naif olduğunu düşünüyorum ben de (bkz. s. 155). O görme bölgesinde körlerde başka bir şey oluyor. Kayda değer bir deney diye düşündüm.

(Körler için dünya üç boyutludur. O üç boyutu iki boyutlu bir imgeye dönüştürmek çok zor ve hemen hiç gerek duymadıkları bir şey-

dir.<sup>3</sup> Gören çocuklar çok küçük yaşta, kâğıt üzerine çizilmiş bir kediyle gerçeği arasındaki, bir yüzle o yüzün fotoğrafı arasındaki ilişkiyi öğrenir; ne var ki körlerin yaşamında görsel dünyanın iki boyutlu temsillerinin pek bir işlevi yoktur. Kedi olsun, yüz olsun, körler için dokunarak hissedilebilecek, üç boyutlu şeylerdir. Dokunularak anlaşılması zor olan, bina, gemi gibi daha büyük nesnelerin imgeleri dokunma izlenimleri birike birike oluşmak zorundadır. Her ikisi de Berlage tarafından yapılmış Lahey Belediye Müzesi veya Amsterdam Borsa binası, torununun torunu Vincent Bijlo için ses ve hisler toplamı bir imgedir. Lahey'deki yapının muhteşem ana girişinde sesleri işitir, Amsterdam'da tırabzanın iççiliğini dokunarak hisseder. Borsa binasının bir maketi ona uzamsal ilişkiler açısından bir imge sağlayabilirken, rölyef şeklinde bir çizim pek bir imge oluşturmaz.)

*Düşündeki sahneleri daha sonra bir kâğıda çizebilir misin?*

Sanmıyorum. Portekizlilerin körlere düşlerinde gördükleri bir şeyi çizdirtip bunları, gören deneklerin gözleri bağlı çizdiklerinden ayırt edemedikleri o deney hakkındaki yazıları okudum. Çok kuşkulu geldi bana. Doğuştan kör birinin çizdiklerini hemen tanırsan. Kör doğmuşsan, üç boyutludan iki boyutluya dönüştürmeyi başarmak çok zor olur. Nasıl yapacağını bilemezsin. Ressamlarla çok konuştum bu konuyu, bana perspektifi, yitiş noktalarını falan uzun uzun anlattılar ama hâlâ çok zor gelir bana. Köpeği yandan çizince, iki ayaklı çiziliyor, diğer iki ayak varmış gibi düşünülüyor. Benim için bunu yapmak bile zor. Bu haliyle onun köpek olduğunu bilemem ki. Rölyefini yapacak olsanız, yoklasam, "Kavisli bir şey, bir uzantısı var," derim ama ne olduğunu çıkaramam.

*Erotik düşler genellikle gözetleme, dikizlemeyle ilgili oluyor, "Het naaktstrand" (Çıplaklar Plajı) adlı şarkında bunu çok şahane yakalamışsın. Erotik düşler nasıl bir cisme bürünür sende?*

Hep yoklamak, dokunmak, hissetmekle ilgili oluyor bende, yumuşacık düşler bunlar, çok yakınımda biri oluyor. Çok ateşli olmaz hiç,



insan doğal olarak uyanıyor o zaman. Daha çok ön sevişme gibi, okşamalar, hep ön sevişme gibi. Hiçbir zaman da özellikle aynı kişiyle değil. Erotik düşlerinde bile eşlerine sadık kaldığını söylerler, inanamam.

*Gözleri görenler ara sıra düşlerinde bir arkadaşlarını görürler, halbuki o arkadaş bambaşka bir görünümde o düşte. Gene de onun o arkadaşları olduğundan emindirler.*

Böyle kişi değişimleri bende ses değişimleri olarak olur. Mesela, seni görüyorum ama sen Mariska'nın sesiyle konuşuyorsun, cüssen falan değişmez, çünkü cüsseler benim dünyamda yok, fakat sesin Mariska'nınkine dönüşür. Bu senin Mariska'nın söyleyeceği şeyleri söyleyeceğin anlamına gelmez. Douwe olarak ne diyeyksen onları dersin bana. Bir araştırmadan bahsedersen mesela, ama Mariska'nın sesiyle. Bazen o da değişir tekrar, sen hikâyeni bitirmişsindir, derken birden Mariska'nın sesiyle onun diyeceği bir şey söylersin, gerçekten Mariska olmuştur o zaman. Düşlerde hafiften korkunç bulurum bunu, insanlar aniden bir yakınının sesiyle konuşmaya başlarsa.

*Dokunarak dış görünümündeki değişimleri adeta hafızanda tuttuğun kişiler var mı, bu değişimler düşlerine de aynen giriyor mu?*

Mariska düşüme o gün onu nasıl hissetmişsem, o haliyle girer hep. Ağabeyim girecek olsa düşüme ve ona dokunacak olsam, yalnızca elleri, omzu falan olur. Mariska'yıysa en ince ayrıntılarına kadar düşleyebilirim.

# Dehşetli Bir Takırtı

## Düşte Zaman Üzerine

1925'TE SAMUEL GOLDWYN Avrupa gezisine çıktı. Daha o zamanlar efsane olan film yapımcısı Viyana'ya da uğradı. Bir misyonla çıkmıştı yola: Kleopatra ile Marcus Antonius'unkinden başlayarak, ünlü aşkların hikâye edileceği filmlere katkıda bulunması için Freud'u ikna etmeyi umuyordu. Para sorun değildi. Yüz bin dolarlık bir teklifle gittiğini bildirmişti basına.

Freud'un cevabı tek satırlık bir telgraf oldu: "Bay Goldwyn'i kabul gibi bir niyetim yoktur." Görüşme hiçbir zaman gerçekleşmedi. Goldwyn Amerika'ya eli boş döndü. O sıralar bu olay, "Viyanalı psikiyatr Hollywood patronunu başından savdı" gibi şaşkınlık dolu manşetlerle duyurulmuştu gazetelerde. Goldwyn'in vardığı kanı, o tek satırlık telgrafın, Freud'un Amerika'daki şöhretini artırmasına yazdığı bütün makale ve kitaplardan daha fazla yaradıydı.

Psikanalitik filmler gene de çıktı elbette – hem de fazla vakit geçmeden. Daha aynı yıl Freud'un bir öğrencisi, Karl Abraham, psikanalitik tedavi üzerine yazılan bir film senaryosu için danışmanlık etmeye razı oldu. 1926'da gösterime giren *Geheimnisse einer Seele* (Bir Ruhun Sırları), iktidarsızlıktan ve bıçak fobisinden mustarip Viyanalı bir kimyageri anlatan ilk sinematografik vaka aktarımı oldu. Film talihsizliklerle çıktı. Abraham tartışma yaratan danışmanlığına devam ederken daha, boğazına kılçık batması sonucunda yakalandığı zatürreden öldü. Filmin galasını göremedi. Ne var ki *Geheimnisse einer Seele*'nin çıkması bir şeyi açıkça ortaya koymuştu: Freudcu filmler pekâlâ Freud'suz da yapılabilirdi.

Freud yazdığı bazı mektuplarda, psikanalizi konu alan filmlerin yapılmasından hoşnut olmadığını ifade etmişti. Bir kere film denen şeyden pek hazzetmemişti. Biyografi Ernest Jones, Freud'un hayatında bir kez film izlediğini yazar: 1909'da Amerika'dayken Manhattan'daki bir sinemada seyrettiği, çılgın kovalamacalarla dolu *Keystone Cops* (Keystone Polisleri) filmlerinden biriydi bu. Abraham'a yazmış olduğu mektupta belirttiği üzere, Freud'u en çok kaygılandıran, psikanalitik soyutlamaların geleceğiydi; bir kere bu soyutlamalar estetiklerine uygun biçimde sunulmaya olanak vermezdi filmde.<sup>1</sup>

Bu biraz anlaşılmasa bir gerekçedir. Freud'un 1900'de *Düşlerin Yorumu*'nda açıklamış olduğu üzere, düşlerde soyutlamaların görsel olarak canlandırılması gerekir. Soyutlamalar somut görüntülere, simgelere, analogilere, metaforlara dönüştürülür, hatta düş çalışmasının görevlerinden biri tam da budur. Düş çalışmasında çok iyi gerçekleşen bir şey neden bir filmde imkânsız olsundu ki? Zaten bir kuşak sonra, bu konuda da Freud'un peşinden gelinmeyeceği belli olmuştu: Psikanalitik temalar, düş parçacıkları filmlere girmiş ve bunların psikanaliz kaynaklı olduğunu bilen bir seyirci kitlesi de zamanla oluşmuştu. Freud sinemayı sevmemişse de sinema Freud'u sevmişti.

*Düşlerin Yorumu*'nda düşleri ve düşlerdeki öğeleri tanımlayabilmek için Freud onlarca metafordan yararlanmıştır. Düş simgeleri Çin alfabesine, hiyerogliflere, dokuma sanatına, palimpsestlere, stenografik işaretlere ve daha nelere nelere benzer, ama film görüntülerine asla. Şimdi düşünmeden söyleyebildiğimiz, düşün bir içsel filme benzediği görüşü Freud'un sonraki yapıtlarında da geçmez.

Bunda düşle filmin yakından ilişkilendirilmesine karşı bir savunma, içgüdüsel bir muhalefet mi söz konusuydu?

Freud ilişkilendirilmeleriyle psikanalize zarar verebilecek her şeyden daima çekinmişti. Telepati ve haberci düşler gibi paranormal fenomenleri o da ele almıştı almasına, ne var ki ele almadaki amacı bunları psikanalizin dışında tutabilmektir. Psikanalizin kendisi zaten yeterince tartışmalıydı. Filmle ilişkilendirilmesi başka bir tehlikeyi barındırıyordu içinde: Sinema hâlâ bir panayır eğlencesi gibi görül-mekteydi. Freud metaforlarını antikçağın, arkeolojinin, mitolojinin

sessiz, asude dünyasından almayı tercih ederdi. Travmaları, kül tabakasıyla örtölmüş Pompei gibi, örten katmanlar altında gömölü komplekslere benzetirdi; psikanalistin görevi, Pompei'nin hakiki imhasının başlaması için o travmayı özenle kazarak ortaya çıkarmaktı. Komplekslere Elektra ve Oidipus gibi mitolojik kahramanların adları verilmişti. Yunanca ve Latince gibi klasik dillere ait bu tür metafor ve terimler, psikanalize seçkin, ilim irfan sahibi bir kitle yaratabilmek için sinemadan çok daha uygundu. Ne ki bunun neticesinde Freud, düşlere dair yazılarında yer yer ortaya çıkan bir tema, *düşte zaman akışı* üzerine düşünüp yazarken çok işine yarayabilecek bir metafordan –daha doğrusu bir metafor ailesinden– kendini mahrum bırakmıştı. Ne hızda düş görürüz? Ne kadar sürer düşler? Düşlerde zaman uyanık yaşamdaki hız veya yavaşlıkta mı akar? Düşler kısa sürer de, hatırlanırken içindeki olay yoğunluğundan mı uzun gelir insana? Düşte zaman hakkında ne biliyoruz sahiden?

Freud, muhtemelen bütün düş türlerinin en kısası olan bir düş kategorisini, çalar saat düşünö değerlendirirken, bu konudaki birkaç görüşünü aktarır. Çalar saat düşleri, gerçekten çalar saat de olabilen bir dış uyaranın, yıldırım hızında düşün öyküsünde işlenip, göreni neredeyse aynı anda da uyandırmasıyla sonuçlanan düşlerdir. Tür tanıdıktır. Düşünüzde uzaktan bir siren sesi gelir. Bir yerlerde yangın çıkmış olmalıdır. Siren sesi yaklaşır, yaklaşır, en nihayetinde öyle bir çınlar ki, itfaiye arabası kapınızın önüne gelmiş sanırsınız: Aman allahım! *Yangın bizdeymiş!* Korkuyla uyanırsınız – öten, çalar saattir. Her sabah bu düşlerden yüzlercesi, binlercesi görülüyor olmalıdır.

Freud'un çalar saat düşünö dair görüşlerine daha sonra değineceğiz, zira bu tür düşleri en ayrıntılı şekilde araştıran, Freud'un Hollandalı bir hayranı, psikiyatr Jclgersma'dır.

### Uyarılmış Düşler

28 Ekim 1930 akşamı Leiden Üniversitesi'nin konferans salonu Gerbrandus Jclgersma'nın veda dersine gelenlerle ağzına kadar doluydu.<sup>2</sup> Jclgersma'nın parlak bir kariyeri vardı. 1899'da Hollanda'

nın ilk psikiyatri profesörü olmuştu. Nörolojiye yaptığı katkılar uluslararası çaptaydı: Beyincik alanında uzmanı ve sinir liflerinin boyanması için bir yöntem geliştirmişti.

Veda dersinde ise bunların hiçbiri yer almıyordu. Jelgersma son akademik dersini *uyarılmış düşe* ayırmıştı.<sup>3</sup> Terimi öneren de kendisiydi. Bu ad Freud'un "çalar saat düşü" teriminden daha uygundu, zira düşe yol açan uyaran herhangi şey olabilir: odada devrilen bir şey, dışarıdan gelen bir bağırtı, açık pencerenin önünde hışırdayan bir perde. Gelgelelim uyaran ne olursa olsun düşte derhal işlenir: Düşün başlangıcıyla uyanma arasında genellikle birkaç saniye ya geçer ya geçmez.

Jelgersma'nın uyarılmış düş üzerine konuşması anlık bir dürtünün sonucu değildi. Daha 1922'de *Nederlands Tijdschrift voor Geneeskunde*'de (Hollanda Tıp Dergisi) uyarılmış düşler üzerine bir araştırma yürüttüğünü bildirmişti. Meslektaşlarını burada "önemli psikolojik sorular" yattığı konusunda temin etmiş, onlardan uyarılmış düşler içeren raporları yazıp kendisine göndermelerini rica etmişti. Çağrısı ülke çapında yayımlanan birkaç gazetede de çıkmıştı. *NRC* gazetesinin 1 Mart 1922 tarihli baskısında Jelgersma, böyle uyarılmış düşlere örnek olarak Alfred Maury'nin 1861'de yayımlanmış giyotin düşünüyü vermişti.

Biraz rahatsızdım, yatıyordum. Annem yanı başımda oturuyordu. Derken uykuya dalmışım; zulüm günleri girdi düşüme, cinayetler işleniyordu gözümün önünde. Devrim mahkemesine çıkarıldım; Robespierre'i, Marat'yı, o korkunç dönemin bütün o aşağılık yaratıklarını görüyordum. Kendimi suçlamalarına karşı savunuyordum ama gene de idama mahkûmiyet oluyordu sonum. Beni büyük bir kalabalığın ortasından geçiren arabaya biniyordum. Giyotinin bıçağı düşüyor, başımın gövdemden ayrıldığını hissediyordum. Müthiş bir ölüm korkusuyla uyandım.

Neydi bu düşe sebep olan? Karyolamın tepesindeki perde çubuğu çıkıp boynuma düşmüş, yatağın yanı başında oturan annemin söylediğine göre de bu az önce olmuştu.<sup>4</sup>

Çağrısı, işe yarar 120 düşün gönderilmesiyle sonuçlandı. Jelgersma'nın bunları psikanalitik işleme tabi tutmak gibi bir niyeti yoktu, nitekim düşleri görenleri tanımıyordu. Başka bir şeyle ilgileniyordu o: uyarılmış düşlerin hızı ve süresiyle. Gündüzün, uyanırken, geçen

bir süreyi tahmin etmek için basit bir mekanizmayı kullanırsınız: o süre içindeki olayların bellekte bıraktığı anıları. Genel geçer kuraldır, ne denli çok izlenim hatırlanırsa o kadar uzun sürmüş gibi gelir o şey. İzlenimleri kaydedebilme yetisi insan yaşlandıkça azalır ve Jelgersma'ya göre bu gerileme, "Yaklaşık kırk yaşında başlar. Yaşlıların o bilinen 'hayat uzadıkça daha çabuk geçer' sözü de bunun neticesidir."<sup>5</sup>

Daha az imtiyazlı düşünürlerin ancak koca bir kitapta çözebileceği böylesi bir muammanın cevabını aşağı yukarı tesadüfen bulduktan sonra, düşte zaman meselesi de hemen hemen çözülmüş gibiydi: Onu da düşte geçen olaylardan belleğimizde kalan anılar temelinde tahmin ediyorduk. Bellekte çok anılar bırakan bir düş bize, çoğunu unuttuğumuz bir düşten daha uzun sürmüş gibi gelir. Sorun, sıradan bir düşte sürenin güvenilir tahmini için tam anlamıyla bir nirengi noktasının olmayışıdır. Bazen –uyanmışsa insan– bir sonu vardır ama başlangıç noktası hâlâ belirsizdir. Uyarılmış düş ise bu başlangıç ve bitiş noktalarına sahiptir, handiyse aynı âna denk düşer bunlar. Birbirlerine o denli yakındırlar ki, düşte bir olay zinciri olsa dahi tek bir anlama gelebilir bu: Düş kısacık, ani ve bölünemeyecek bir hızdadır.

*Veya...*

Başka bir olasılık daha vardır.

Düşün öyküsü aşağı yukarı hazırsa ve çağrılınca bilinçte belir-meye amadeyse, hız izlenimi bundan da doğuyor olabilir. Jelgersma'nın o akşam Leiden'da sunmak istediği varsayım da buydu. "Kompleksler" diye adlandırdığı öyküler belleğimizde, gündüzün girilmeyen bir yerde hazır olarak durur. Bu kompleksler çağrışım, duygu, anı, fantazi ve görüntülerden ibaret bir örgüdür. Yalnızca faaliyete geçirilmeleri gerekir. Uyandıran uyaran olsa olsa bir vesiledir, "kaldırılınca düşün geçmesine olanak veren bir kapı kolundan fazlası değildir".<sup>6</sup>

Şahane bir metafor. Fakat öyle mi *gerçekten*?

Jelgersma veda dersinde düş yaşamı dışından benzeşen durumları hatırlattı. İnsanlar ani bir hayati tehlike yaşadıklarında, düşünce ve çağrışimleri uyarılmış düşteki öznel hıza ulaşabiliyordu. Birisi, uyarılmış düş değil ama ona çok benzeyen ve Jelgersma'nın ilgisini

çekebileceğini düşündüğü bir öykü yollamıştı.

Öykünün yazarı, ahababı Doktor S. ve doktorun oğluyla yüzmeye gitmiş. S. iskeleden suya dalmak istemiş, fakat tam atlayacakken bir ayağı çürük tahtadan içeri girmiş. Kendisi yüzüstü düşerken bacağı deliğe takılı kalmış. Kısa bir anlığına baş aşağı suya gömülmüş adam, akabinde derhal yardım edilip tekrar kıyıya çıkarılmış. Sualtında birkaç saniyeden daha fazla kalmış olamazmış. Bacağı fena yaralanmış, ama kırılmamış. S. hemen anlatmış suyun altında zihnine üşüşenleri. İlk bacağının kırıldığından eminmiş:

Bir anda aklıma üniversitede öğrenciyken kazandığım atletizm yarışmaları, polislerin bir kere beni nasıl kovaladıkları ama hızım sayesinde onlara yakalanmayışım, istasyondan annelere (başkalarının en az bir buçuk saatte aldığı yolu) bir saat on beş dakikada yürüyüşüm geldi. Akabinde, kırık bacağımı artık yüzemeyeceğimi, yani boğulacağımı anladım. Ya da tahta bir bacakla yolda sarsak sarsak gitmek zorunda kalacaktım. Tahta bacağıyla kürsüye çıkarken sendeleyerek eski bir arkadaşımı hatırladım, artık bisiklet falan da süremeyecektim. Derken, hâlâ bacağımı oynatabildiğimi hissettim; bir vakitler bir hekimin bana, “Bacak oynatılabilirse kırılmamış demektir,” dediğini hatırladım, yani sakat kalmayacak, tahta bacak olmadan toplantılara katılabilecektim.<sup>7</sup>

Ardından sudan çıkarken, “Kırık değil!” diye bağırmış S.

Öyküde Dr. S.’nin yürüyüş yapmayı çok sevdiği ve “en büyük korkusunun hep sakat kalmak olduğu” da yazılıydı.<sup>8</sup> Jelgersma’ya göre, kısacık bir an sualtında kalan bir kafaya üşüşen onca düşüncenin görünürdeki hızının altında tam da bu yatıyordu. Bu düşünce ve kaygıları zaten çok sık yaşamıştı adam: “Dr. S. için büyük bir duygusal değer taşıyan ve halihazırda yaralanmış bulunan bacağından ötürü kolayca çağrılabilen bir komplekti bu. Yani aklına gelen düşünceler travma ânında üretilmiş değildi, tıpkı uyarılmış düşlerde de olmadığı gibi; bunlar anında çağrılmak için bütünüyle hazır durmaktaydı.”<sup>9</sup>

### Uyarılmış Düşün Üç Muamması

Uyarılmış düşler varla yok arası bir uzunlukta olsa da iki büyük muammayı barındırmaktaydı ve Jelgersma bunların her ikisini de aynı

anda çözmüştü. İlkinin –”Düş nasıl bu kadar hızlı oluşuyor?”– açıklaması şuydu: Öykünün öğeleri düşünülüp bir araya getirilmek zorunda olmadığından, zaten mevcut olan kompleks, bir kerede ortaya çıkıveriyordu. Diğer muamma da –”Düş nasıl oluyor da, gerçekte sebep yani *başlangıç* olması gereken şeyle *sonlanıyor*?”– çözülmüştü: Düşün kaynağı yani uyandıran uyaran zaman olarak düşün sonuna öyle yakındı ki, bunlar adeta aynı âna denk düşmüş gibi hissediliyordu. Düş görenin uyanırken tam sıralamayı karıştırmasında şaşacak bir durum yoktur. Geriye doğru düş görmeyiz, yalnızca bize öyleymiş gibi gelir.

Ne var ki uyarılmış düşler bir üçüncü muammayı daha içeriyordu – ilk bakışta önemi daha az görünse de yine de bir muammaydı bu. Jelgersma bundan söz etmemiş, belki de gözden kaçırmıştı. Ben de hiç üzerinde durmamıştım, belki siz de öyle – ama Freud yine atlamamıştı.

Freud *Düşlerin Yorumu*’na Hildebrandt adlı Alman bir ilahiyatçının üç uyarılmış düşünüyü almıştı. Üçünün de nedeni aynıydı: adamın çalar saati. Düşlerden ilki, sabah ayinini duyuran kilise çanının çınlayan sesiyle sonlanan uzun bir gezinti öyküsüydü. İkinci düş, yine ilki kadar uzun, görünüşte bitmek bilmez hazırlıklar yapılan bir atlı kızak gezisiyle ilgiliydi. Her şey tamamlanınca, battaniyelere sarınılıp, ayaklara sıcak dolaklar sarılıp da atlı kızak hareket ettiğinde, adamın kulağının dibinde kızığın zilleri şingirdamaya başlamıştı. Üçüncü düşte gürültü öncesinde bir diyalog bile geçiyordu:

Yemek odasına giden koridorda üst üste dizili birkaç düzine tabakla yürüyen bir mutfak hizmetçisi görüyorum. Kollarındaki porselen tabak sütunu yıkıldı yıkılacakmış gibi geliyor bana. “Dikkat et!” diye uyarıyorum, “yoksa hepsi yeri boylayacak!” Tabii ki o zoraki cevap gelmekte gecikmiyor: Böyle şeylere alışkınmış vesaire. Bu esnada hâlâ endişeli bakışlarla onu izliyorum. Derken, eşikte tökezliyor kız, kırılgan yemek takımı düşüyor, şangır şungur ederek yerde yüz parçaya dağılıyor. Bitmek bilmeyen o ses, çabucak farkediyorum ki, aslında şangırtı değil, zil sesi. Bu zil de, ancak uyanınca görüyorum, işini yapan çalar saatimden gelmekteymiş.<sup>10</sup>

Üçüncü muamma ne peki şimdi? Böylesine açık olduğundan siz de atladınız. Eğer uyarılmış düş gerçekten sonradan, uyarıyı takiben, o uyarana mantıklı bir açıklama bulmak üzere geliyorsa, *neden*



*çalar saati görmüyoruz düşümüzde?* Tam da bu olmuyor: Düş, çınlayan kilise çanlarına, atlı kızağın zillerine, parça parça olan yemek takımına ve daha nelere nelere dair oluyor, ama tam da çalar saate dair *olmuyor*. Uyandıran gerçek uyaran düşün dışında kalıyor. Bu yalnızca çalar saatin sesi için de geçerli değil. Freud'un Fransız bir meslektaşı, psikiyatr Paul Simon, sofraya kurulmuş, yemeğini yiyen devler görmüştü düşünde.<sup>11</sup> Çenelerinin dehşetli bir takırtıyla birbirine vurduğunu duyuyordu adam. Gürültü gittikçe şiddetlenip de sonunda uykusundan uyandığında, penceresinin önünden dörtnala bir atın geçtiğini işitmişti. Bu, üçüncü muammayı güzel özetler. Gece-nin içinde nal sesleri çınlar. Düş, sesi gerçekçi bir yer edinebileceği bir öyküye işlemeye çalışır ve öykü dörtnala geçip giden bir ata *değil*, gürültüyle yemeklerini yiyen devlere dair olur.

Freud öncesi ya da sonrası uçsuz bucaksız düş literatüründe, uyarılmış düşün uyandıran gerçek uyaranı gösterdiği bir düşe rastlamadım. Birinin, “Ne tuhaf! Bu sabah düşümde tam çalar saat görüyordum, saat çaldı,” dediğini de hiç duymadım. Deneysel psikolojinin kurucusu Wundt'un bunun için bir açıklaması vardı. Uyandıran uyaran, düş görende belli çağrışım ve anıların alanına girer ve –aşağı yukarı bir kır gezintisinde ötelerde gördüğünüz ve ata benzettiğiniz hayvanın yaklaşıncı inek çıkması gibi– böylesi bir ilk, geçici yoruma neden olur. Ama tuhaf olan şu ki, insan uyarılmış düşlerde doğrudan ineği *asla* görmez. O ancak uyanınca görülür. Düş gerçek uyarana neden uymaz?

Freud bir açıklama bulmamış olsa, bu ilginçlik üzerinde bunca durmazdı. Tıpkı Jeltersma'nın otuz yıl sonra yapacağı gibi, Freud gerçekten görülmeden önce düşün üzerinde uzun zaman çalışıldığını varsaymıştır. Düş bir sürü şeyden hazırlanmış olmalıdır. Düş kuramında, uyuyan kişinin korkuyla uykusundan uyanmaması için dürtülerin doğrudan ifadesinin bilinci rahatsız etmeyecek simgelere ve görüntülere dönüştürülmesi gerekir. Bu işlem tamam olduğunda ancak, düş uyuyan kişinin bilincine girebilir. Onun görüşüne göre düşler havai fişeğe benzer: Hazırlanması saatler sürer, ateşlenmesi ise göz açıp kapayana kadar biter.<sup>12</sup> Sözelimi çeneleri takırdayan devlerin olduğu düş, onu gören kişinin daha çocukken içine düşmüş korkularından kaynaklanır muhtemelen: Düşlerdeki dev cüsseler

çoğun çocukluk yıllarına işaret eder. Maury'nin, ensesine o perde çubuğu düştükten sonra gördüğü düşte de kuşkusuz, Fransız tarihinin o heyecanlı döneminde bir kahraman olma yolundaki çocukluk hayalleri yatar.<sup>13</sup> Uyandıran uyaran, o hayallere bir anlığına dokunmaktan öte bir şey yapmamıştır. Yetmiştir bu: Ardından bütün öykü handiyse aynı anda bilince girmiştir.

Böylece üçüncü muamma da çözülmüştür. Aşağı yukarı hazır olan öykülerin, bu öykülerden birini yüzeye çıkmaya zorlayan uyarana *tamı tamına* uyması mümkün değildir. Hazırdaki, devlere, Terör Dönemi'nin dehşetine dairdir, geçip giden bir ata ya da perdenin çubuğuna değil.

Jelgersma veda dersinde "Freud'un gerçekten dâhiyane araştırması"ndan söz etmişti.<sup>14</sup> Kurduğu yapının özgünlüğünden, örneklerin ikna gücünden, yapının içinde aslında çok mantıklı görünen büyüklü küçüklü ilginçliklerden etkilenmemek hakikaten zordur. Freud'un büyüleyen yanı budur: Onun dev cüsselerin çocukluktaki korkulara işaret ettiğini nasıl olup da bildiğini, insan belki ikinci, üçüncü bakışta sorar kendine ya da hiç sormaz. Nasıl araştırmıştır bunu? Araştırmış mıdır? Çalışması, büyük kısmında olduğu gibi, hareket noktalarını kabule dayanan çizgi dahilinde ikna edicidir.

### Videokaset

Freud bunları 1900'de, Jelgersma ise 1930'da yazmıştır. O günden bu yana, düş araştırmalarında zaruri devrimler gerçekleşmiş, uyku laboratuvarları kurulmuş, düş görmenin nörofizyolojisini kaydetmek üzere aygıtlar geliştirilmiştir... Düşte zaman üzerine onların henüz bilemeyeceği neyi biliyoruz şimdi?

Düşlerin çoğunun REM uykusunda görülmesi, zaten hemen, uyanılmış düşün tuhafliklarına çok tarafsız bir açıklama getirdiği düşüncesini doğurmuştur. REM uykusunun en uzununu sabaha karşıdır ve kırk beş dakika ila bir saat kadar sürer. İnsanın uykusundan en kolay uyandırılabilceği evre bu olduğu için, ses olsun, koku ya da dokunma olsun *bütün* uyaranların REM uykusu sırasında uyandırma-

bilme gücü vardır. Yani uyandıran uyaran –hele çalar saatin sesi– görülmekte olan bir düşe nispeten sık girecektir. Görene uzun gelen, o kısacık zamandaki düş gerçekte bir vakittir görülen bir düştür ve uyaran ancak son anda öyküye işlenir. Maury'nin kaç dakikadır Terör Dönemi'nin dehşetini düşünde görmekte olduğunu kim bilebilir – belki giyotinli son yalnızca perde çubuğu yüzündendir. O çubuk düşmese, belki bir mucize olup kurtulacaktı ya da verilen hüküm son anda iptal edilecekti.

Uyku laboratuvarlarında düşlerin süresi deneysel yolla saptanmaya çalışılmıştır. Dement ve Wolpert düşlere işlenip işlenmediğini görmek için, uyuyan deneklerine ayrı ayrı uyaranlar vermiştir.<sup>15</sup> Bir deneğin sırtına REM uykusunda soğuk su serpilir. Adam uyandığında, önce uzun uzun nasıl kendisini bir tiyatro oyununda bulduğunu anlatır. Başroldeki kadın oyuncunun arkasından yürürken, onun birden yere yığıldığını ve üzerine su damladığını görür. Çabucak yanına gider, suyun kendi üstüne de damladığını hisseder. Çatı mı akmaktadır? Yukarı bakar, tavanda delik vardır, yoksa kadının başına alçıpan mı düşmüştür? Onu çarçabuk sahnenin kenarına çeker, perdeleri kapatır – derken uyanır.

Bu deney laboratuvar ortamında, EEG ve göz hareketleri kaydıyla gerçekleşmiştir, gelgelelim sonuçları bizi Freud ile Jellgersma dönemindekinden daha ileriye götürmez. Soğuk suyun *bütün* düşe mi yoksa sadece oyunun son sahnesine mi yol açtığı hâlâ kesin değildir.

Çok başka bir bakış açısına mı ihtiyaç vardır yoksa? Doğrudan uyarılmış düşün süresini değil de, evvela hız *deneyiminin* nasıl oluştuğunu belirlemeye çalışabiliriz mesela. Filozof Daniel Dennett bu konuda ilerlememize yardımcı olabilecek birkaç düşünce ortaya koymuştur. Dennett uyarılmış düşleri kendi deneyimlerinden bilmekteydi. Bu düşlerden birinde uzun zaman komşusunun bir keçisini arar. En sonunda bulduğunda hayvan öyle bir melemeye başlar ki, sesi aylardır kullanmadığı elektrikli çalar saatin sesine karışır. Dennett da bilince sükün eden uyarılmış düşün görünüşteki hızından çok etkilenmişti. Freud'u işaret etmeden –muhtemelen de ondan bağımsız olarak– bu hızın nedeninin, belleğimizde yer alan hazır senaryolar, ayrı ayrı son sahnelere sahip bir görülmemiş düşler

koleksiyonu olabileceğini öne sürmüştür. Dennett bunu yetmişli yılların ortasında, birçok eve videoteybin girmeye başladığı dönemde yazmıştı. Bu ona Freud'un havai fişegini —o zaman için— daha gelişmiş bir metaforla değiştirme olanağını sunmuştur: Uyandıran uyaran uygun bir düşü faaliyete geçirir ve sonra bu “bir videokaset gibi bellek mekanizmasına sokulur”.<sup>16</sup>

O birkaç saniyede bunu, kim bilir kaç zamandır rafta duran bir düşü görüyormuşuz gibi *hissetmemek*, Dennett'a göre ciddi bir karşısav değildir. Zaman ilişkileri söz konusu olduğunda sezgilerimiz bizi sıklıkla yanıltır. Neticede düş kadar hızlı ama uyanıkken yaşanan bir başka fenomende, dejavu deneyiminde de böyle olur. Dejavuda insan, aynı zamanda uzak bir geçmişte aynısını tıpatıp yaşamış olduğu duygusunu yaşatan yeni bir durum içinde bulunduğunu bilir. Kuramların çoğu, cevabı, şimdide yaşanan deneyimin sinirsel işlenmesindeki çok kısa bir tekrarlara arar, bu yüzden aynı deneyim kısacık bir zaman içinde iki kez işlenmektedir. İlk fakat yarı başarılı işleniş, bir gölge ya da yankı gibi geride durmakta ve bu sebepten sanki çok uzun zaman önceymiş hissini vermektedir. Gerçekteyse hepsi göz açıp kapayıncaya dek olur ve bundan dolayı da dejavu her daim bütün durumun tekrarıdır. Ama bizim şu anki konumuz dejavunun nasıl “*hissedildiği*”. *Deneyim* uzak bir geçmişi işaret eder, ne ki *olan* şey, nörolojik açıdan, kesinkes şimdide gerçekleşir. Uyarılmış düş de aynı hayali deneyimi ortaya çıkarıyor olabilir: *şimdi*, o şimdiye sığmayan, çok daha uzun bir süreymiş gibi gelen bir şey yaşama deneyimini.

Kronolojiyi tersine çevirmek de bir yanılsama olabilir. Seksolog ve psikiyatr Havelock Ellis düşünde karısına bitişik odaya girip girmediğini sorar, kadın da “Kilitli,” diye yanıtlar onu.<sup>17</sup> O anda uyanır, karısının sözleri sanki hâlâ kulaklarında çınlamaktadır ve kadının bunu gerçekten de söylemiş olduğunun farkına varır —yalnız kendisine değil, o odaya bir girip çıkması gereken bir uşağa. Düşte sorunun cevaptan önce geldiğinden hiç kuşku yoktur. Gerçekte ise sorunun yanıtı *izlediği* aynı oranda kesindir. Görünen o ki, insan düşteki olayları uyanırken düzgün sırasına koymaktadır; düş yıldırım hızında tersine çevrilerek, alışıldığı üzere, sorular yine muntazam bir şekilde cevaplardan önce gelmektedir. Havelock Ellis'in de görüşü

buydu: Olayları doğal sırasınca görmek öylesine derinlere işlemiştir ki, soru yine de cevaptan önceye yerleşir. Düşün hatırlanmasında mantığa öncelik tanınır.

Kronolojinin aynı sessiz ama dayanılmaz zorlamasını gündüz kendinizde, hikâyenin ara sıra geri dönüşlerle aktarılan ikinci bir hikâye ile bölündüğü bir filmi hatırlarken fark edebilirsiniz. Her ikisinin akışını da aklınızda tutmakta çok zorlanmazsınız, gelgelelim bu, filmde gösterilen sırayla olmaz. Geriye dönüşler filmde tam ters sırayla olsa, sürekli bir önceki dönemi aktarsa bile, siz hikâyeyi gene de belleğinizde film adeta yeniden, düzgün kronolojik sırayla monte edilmişçesine ileriye doğru hatırlarsınız. Aynı mekanizma sizi, gerçek düş zamanın akış yönünün tersine olmuşken, o düşün ileriye doğru aktığını hatırlayarak uyandırıyor olabilir. Ne de olsa belleğimiz soruların cevaptan evvel geldiği, sebeplerin önce sonuçların sonra olduğu bir dünyada yapılanmıştır.

Havelock Ellis düşler üzerine 1911'de yazmıştır. Sinema o yıllarda daha yeni yeni başlamıştı, ama zaman algısıyla oynayacak en önemli teknikler çoktan seyirciye sunulmuştu. Freud'dan farklı olarak, Havelock Ellis bundan yararlanmıştır. Düşün hızı, diye açıklamıştır, yalnızca görünürde öyledir, her şey montaj meselesidir. Düş gören gerçekte, "aşağı yukarı sinemacının yaptığı gibi yoğunlaştırılarak bir tür sinematografik dram oluşturan bir dizi görüntü görmüş-tür".<sup>18</sup> Olayların "hızlı" bir montajdaki gibi "sıkıştırılması" hız yanılmasına neden olur.

Peki ama uyarılmış düşün hızı sahiden bu denli özel midir? Gündüzün aynı şey aynen olmaz mı? Tutun ki kapınız çalındı. Kapıda hiç beklenmedik uzak bir akrabanız duruyor ve yüzünde ciddi bir ifadeyle size bakıyor. Hemen, daha onu içeriye buyur bile etmeden, zihninizden adamın tam da şimdi neden çıkıp geldiğini açıklayan bir senaryo geçirir. Derken akrabanız içeri girer ve bir kahvenizi içmek için uğradığını söyler, hemen kalkacaktır. O yıldırım hızında hazır olan senaryo da asla tutmaz. Bundan söz edecek olursanız da gü-lerek, "Kafanda hikâyen hazırsa, anında yazıveriyorsun!" dersiniz.

Beyninizin bunu becerme hızı, işte muamma *budur*, beynin aynı şeyi geceleyin de yapabiliyor oluşu değil.

# Gecenin Dehşeti

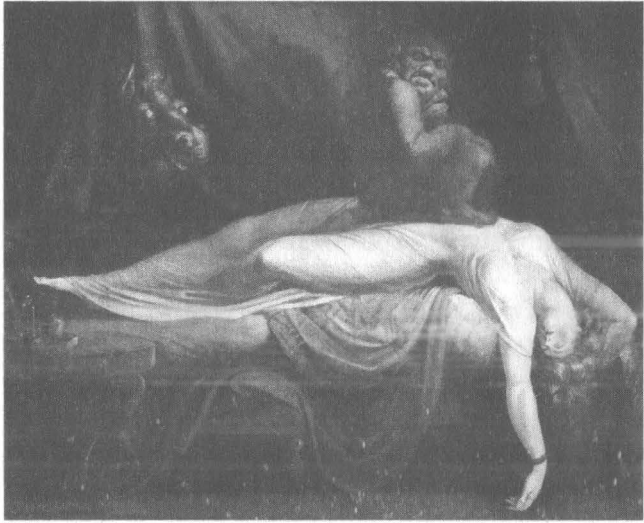
## Kâbuslar\* Üzerine

KADIN boylu boyunca uzanmış, gözleri kapalı, uyuyor sanki, ama normalde hemen uyanmasına yol açacak, daha ziyade bayılmış izlenimi veren bir uzanış bu. Göğsüne çökmüş canavar pervasızca gözümüzün içine bakıyor. Perdenin aralığından bir at içeri uzatıyor başını, bebedsiz gözleri pörtlek. Adeta hem düş gören kadını hem de düşünüyü görür gibiyiz.

İki yüzyılı aşkın zamandır Henry Fuseli'nin bu yağlıboya tablosu kâbusun ikonası olarak biliniyor. *Kâbus*'u 1781'de yapmış Fuseli. İlk sergilendiği andan bu yana, bakını titretiyor. Tabloyu Thomas Burke'ün bir gravüründen tanıdı büyük bir kitle.

Fuseli bu tablosu hakkında kamu önünde hiçbir şey söylememiştir. Gelgelelim, bu imgedeki belli başlı öğeler, halk hikâyeleri dokusuna ve kâbuslar etrafında örülmüş tıbbi kuramlara göndermeler barındırır. Canavar, Latince "bir şeyin üzerinde yatmak" anlamına gelen bir *incubus*'tur. İlk, uyura gelip musallat olabilen iblislerden biriydi *incubus*, sonraları düşün kendisine işaret etmeye başladı – tam olarak söylemek gerekirse, insanın, biri ya da bir şey boğduğu için nefes alamıyormuş hissine kapıldığı düşe.<sup>1</sup> *Incubus* erkek bir iblisti ve garezi kadınlaraydı; erkekleriye, alta yatan dişi bir iblis *succubus* ziyaret edebilirdi. At başı, Fuseli'nin sonradan yaptığı

\* Bu bölüm boyunca kullanılan *nachtmerrie* kelimesi genel anlamda hem normal kâbusları hem de karabasanları kapsar. –y.n.



Gravür, Thomas Burke, 1783, Henry Fuseli'nin *Kâbus* (1781) adlı yağlıboya tablosuna atfen.

bir eklemeydi, ilk eskizlerde yoktu. Kökünü İskandinav dillerindeki *mara*'dan alan ve aslen tıpkı *incubus* gibi, uyuru ağırlığı altında boğmaya çalışan bir hayaleti veya iblisi işaret eden *nachtmerrie*\* terimi at ile bağdaştırılmıştı. Almancadaki *Alpdruck* ve İngilizcedeki *night crusher*'da (ayrıca Türkçedeki "karabasan" kelimesinde –y.n.) "basmak" ile olan bağlantı korunmuştur.

Psikanalist Ernest Jones, uyku laboratuvarları çağına dek kâbuslar alanındaki en önemli yazardı. 1931'de *On the Nightmare* (Kâbus Üzerine) adlı monografisini yayımladı.<sup>2</sup> İç kapağa Fuseli'nin tablosunu bastırttı. Jones'a göre, "Gerçek bir kâbusun üç ana özelliği var"dı. İlk olarak ölüm korkusu, sonra "nefes alıp veriş had safhada zorlaştıran" bir ağırlığın göğüs üzerine basmasının hissedilmesi ve son olarak "çaresiz bir felç" hissi söz konusu olmalıydı.<sup>3</sup> Kâbuslar ensest sayılacak bir şehvetin eşlik ettiği korkudan doğmaktaydı ka-

\* "Kâbus"un Hollandacadaki karşılığı olan bu kelime, harfiyen çevrildiğinde "gece kırsığı" anlamına gelir. – ç.n.

nısınca. Erkeklerde de kadınlarda da kâbuslar özellikle sırtüstü yatınca gelir. Kadında bu, onun cinsel birleşmedeki doğal pozisyonu olduğu içindir, üzerinde ağır bir şeyin yattığı ve neredeyse hiç kılmıdayamadığı hissi de ondandır; erkekte, içindeki dişiği bastırmaktan dolaydır, bastırmak korku uyandırır. Erkekler de *incubus* tarafından bunaltılır. Son olarak, “çaresiz felç”, bilinçdışı bir dürtü olarak şehvetin gücüyle, bunun bilinç tarafından reddi arasındaki çatışmanın psikanalitik anlamda çözülmezliğini vurguluyordu.

Bu, kâbusun, Fuseli’nin tablosunda gerçekten mükemmel ifade edilmiş gibi görünen bir tanıımıydı. Kadın sırtüstü yatmaktadır, rahatsız pozisyonuna rağmen belli ki kılmıdayamıyordur ve göğsündeki canavarın basısınıysa düşünce hissediyor olsa gerektir. Kitabın çıkışının anısı olarak Jones, Fuseli’nin tablosunun bir röprodüksiyonunu çerçeveletip Freud’a armağan etmişti. O da resmi muayenehanesinin bekleme salonuna asmıştı.

## Eskiden Kâbus

Jones 1931’de, adlandırma için ilk resmi standartları 1979 yılında koyan Uyku Bozukluklarını Sınıflandırma Kurulu’nun (Sleep Disorders Classification Committee) övülesi çalışmasından henüz yararlanamazdı. Bu sınıflandırma, uyku laboratuvarlarında kâbuslar ve diğer korku veren gece deneyimleri hakkında elde edilmiş bulguları göz önüne almıştı. Yeni standart biraz paradoksal bir durum gösteriyordu.

1960 ve 70’lerdeki araştırmaların bir kısmı, mantıklı bir şekilde, laboratuvar düşlerinin geneli yansıtmaya kapasitesine yönelmişti. Kafasına bir sürü elektrot bağlanmış halde uyuması gereken ve olmadık anlarda uyandırılan birinden kaydedilmiş düşler, evinde yatağındaki düşleriyle uyuyur muydu? Herkesi şaşırtsa da, aralarındaki farklar ya cüzi ya namevcuttu. Erotik düşler, uçma düşleri, berrak düşler, uyarılmış düşler, sınav düşleri, düşme düşleri, çıplaklık düşleri – hepsi laboratuvar da evde tutulmuş düş günlüklerindeki sıklıkta görülüyordu. Bu beklenmedik uyumun bir istisnası vardı: kâbus. Henüz daha kimsenin aydınlatamadığı bir sebepten, kâbuslar



laboratuvarı çok az görülüyordu. Beyaz önlüğün rahatlatan bir etkisi miydi bu? Monitörlerin gerisinde zeki beyinlerce izlenmenin yarattığı bir duygudan mı kaynaklanıyordu? Açıklaması ne olursa olsun, evlerinde her gece gördükleri kâbuslardan mustarip ve tedavi için başvurmuş kişiler, laboratuvara gelince mışıl mışıl uyuyordu. Çevre değişikliği bunun açıklaması olamazdı. Centrum '45 adlı ruh sağlığı merkezine yatırılmış ortalama altmış yaşlarındaki 12 kişi, yedi gece boyunca gördükleri kâbus ve anksiyete düşlerini bir günlüğe kaydetmişti.<sup>4</sup> Düşleri İkinci Dünya Savaşı ya da 1947 ve 1949'daki polis müdahalelerinde yaşanan travmatik olayları işaret ediyordu. Yedi gecede 29 kâbus görülmüştü. Ardından klinikte iki gece boyunca portatif bir aygıtla uyku kaydı yapıldığında, sadece iki kâbus elde edilmişti ve onlar da aynı hastadandı. Geriye kalan on bir hastada ortaya çıkmamıştı kâbuslar. Uyku araştırmacılarının makinelelerinden saklanır gibiydiler sanki.

Paradoks, laboratuvar çalışmalarındaki hiçbir düş grubunun kâbuslar kadar köklü bir sınıflandırmaya maruz kalmamış olmasıydı. Daha evvel "kâbus" diye tek bir ad altında toplanan korkulu düş deneyimlerinin, nörofizyolojik tablosuna, ruhsal deneyimine ve geceleyin çıkış konumuna göre her biri kendine özgü dört farklı düş türüne ayrılabilirdiği görüldü.

Düş görenin en ufak bir dokunmayla uyandırılarak kurtulabildiği dehşetli düşler de vardır, dakikalarca sarsılıp, adıyla seslenilse dahi kişiyi tutsaketmeyi sürdüreni de. Bellekte ertesi sabaha bile derin izler bırakan dehşetli düşler de vardır, aynı derecede korkunç ama hemencecik unutuluveren de. Nabızı yirmi saniyede üç kat artırıveren dehşetli düşler de vardır, (hareket sistemi çok etkin bir şekilde bloke edildiğinden) upuzun korkulu bir kaçışla sürse bile nabızı zerre etkilemeyen düşler de. Kâbus günümüzde DSM gibi psikolojik ve psikiyatrik sınıflandırmalarda tek bir gece dehşetine indirgenerek tanımlanır. Şu andaki resmi tanımı, korkunç içeriğiyle uyuyan kişiyi korkutan ve daha sonra iyi hatırlanan düştür. Felç hissi dahil değildir artık tabloya, göğse baskı da keza öyle; geceleyin korkulu bir düş gördüğünü hatırlayan ama bundan ötürü uyanmamış kişinin deneyimi kâbus diye tanımlanmaz.

Ernest Jones'un vaktiyle çok etkili olan o tanım ve yorumunun

hazin bir yazgısı oldu. Ana ölçüt olsun olmasın, “gerçek kâbuslar”-ının bütün ölçütleri başka düş tiplerine paylaştırıldı ve bugün kullanılan tek ölçüt de onun listesinde yer almıyordu. Jones’un tanımladığı –ve Fuseli’nin resmettiği– şey, mevcut görüşlere göre, insan şanssızsa belki bir gecede olabilse de, tek bir düşte asla olmayacak, çok farklı deneyimlerin bir derlemesiydi. Jones’un tanımı, tarihin durmadan genişleyen ve “bilimöncesi” olarak gösterilen, en keskin zihinlerin bile derin bir karmaşaya kapılmış olduğu bölümünce yutuldu. Viyana’daki muayenahanenin bekleme salonuna asılmış olan o şeyse çöpe atılabilirdi.

Kimi psikiyatrlar, resmi standartların yayımlanmasının ardından, ancak son otuz yıldır “doğru terimleri” kullanıyormuşuz gibi bir fikrin cazibesine kapılmış durumdalar. Oysaki sınıflandırmalar hiçbir zaman kesin, doğru yahut düzgün değildir aslında, kullanıldığı duruma göre en fazla yararlı denilebilir. Ernest Jones, tanımıyla, mitlere, efsanelere, halk hikâyelerine kâbus deneyiminin kök salış biçimini yansıtmak istemişti. Kâbusun ancak insanı uyandırıyor-sa kâbus olabileceği buna dahil değildi, bu kriter zaten günümüz düş araştırmacıları arasında da hâlâ tartışmalıdır.

Mevcut sınıflandırmanın eksiklikleri yok değildir; ne var ki, uykunun evreleriyle olan sıkı ilişkisi nedeniyle, gecenin ayrı ayrı dehşet türleri arasında ilerlerken bize kronolojik olarak kılavuzluk etmek gibi bir avantajı vardır. Uykuya dalarken, insanın yatağında kendini uyanık ama felç olmuş gibi hissettiği, dehşet veren bir deneyim olan “uyku felci” görülebilir. Bu bunaltıcı durum birkaç dakika sürebilir. Uykuya daldıktan iki saat sonra, kişiyi yatağından kaldırıp uyurgezerlik yaptıran düşler olabilir. Aynı uyku evresinde, özellikle çocuklarda “uyku terörü” ortaya çıkabilir: Feryat figan uykudan fırlayan çocuk, kimi zaman gerçekten uyanmadan dakikalarca panik yaşayabilir. Her biri gecenin ilk yarısına, derin uykuya ait olan bu gece dehşeti türlerinin ardından ancak, kâbusların ve öteki anksiyete düşlerinin ziyaretine gelebildiği uyku evresi başlar. Sabahleyin uyanırken, en son olarak, uyku felci yine ortaya çıkabilir. Bugüne değin bu dehşet türlerinin bütününün ziyaretine uğrayan tek bir vaka tanımlanmamıştır.

## Uyku Felci

Daha uykuya dalarken bir düşçük boy gösterebilir. Derin uykuya kayıp gitmek üzereyken, tökezlediğiniz ya da düşme tehlikesi yaşadığınız o sahne beliriverir aniden. Tek bir görüntüden ibarettir bu: Adımınızı yanlış basarsınız, ayağınız çürük bir tahtadan içeri giriverir, merdivenin son basamağını atlarsınız ve bir refleksle ya bacağınız oynar, ya kolunuz uzanır düşmemek için. O denli nahoştur ki hemen uyandırır sizi. Bu tür “düşme düşleri” kısacıktır ve hemen unutulur. Yatağınızı paylaştığınız eşiniz genellikle sizden daha çok tahmin eder bunların sayısını.<sup>5</sup>

Bunun gibi düşler aslında uyarılmış düşlerdir. Uyarılmış düşlerin çoğu dış bir uyarının sonucu iken, düşme düşlerine vücut kendi sebep olur: Bacağın çekilişi, bu çekilmenin mantıklı bir açıklamasını içeren yıldırım hızında uydurulmuş bir hikâyeyi meydana getirir. Adımınızı yanlış bastığınız için refleks olarak çekilmemiştir o bacak, bacağınızı çektiğiniz için adımınızı yanlış basmışsınızdır. Sahne kendi sebebiyle sonuçlanır. Çekilmenin kendisi, tıpkı biraz beceriksizce vitesi beşten bire almaya benzer bir şeyin sonucudur. Derin uykuya geçişte, görülen düşlerdeki eylemlerin gerçek eyleme dönüşmesini engellemek amacıyla hareket sisteminin devre dışı bırakılması gerekir. Burada bir sorun olur da, kol ya da bacak çekilirse, düş motorik algıya uygun bir sahne uydurur. Gelgelelim çekilme önceye alınır.

Daha sonra –ama uyku ile uyanıklık arasındaki alacakaranlık bölgededir bu hâlâ– çok dehşetli bir semptom ortaya çıkabilir. “Uyku felci”nde kişi henüz uykuya tam dalmamıştır, ama dehşet içinde, kılını bile kımlıdatamadığını fark eder. Telaşla, nelerin kontrolünü yitirip de *hareket edemez* duruma geldiğini kontrol eder. Tamamen felç olmuş yatıyor, bir tek gözleri korku içinde oynayabiliyordur. Ses telleri bile çalışmıyordur, tek çıkarabildiği boğuk boğuk, kısık kısık seslerdir. Bu defaki sorun, hareket sisteminin erken bloke olmasıdır.

Uyku felci çoğu vakada esasen gecenin öte yakasında, uykudan uyanıklığa geçerken, uyku ile uyanıklık arasındaki sınıra diğer taraftan yaklaşıp da hareket sistemi geç debloke edildiğinde görülür.

Her iki durumda da felç yalnızca iskelet kaslarını etkiler. Kalp ve akciğeri çalıştıran kaslar çalışmaya devam eder. Ne ki derin soluk almayı sağlayan kaslar da felçtir ve bu, göğsün üstünde ağır bir şey olduğu algısına, sanki birinin sizi ezmeye ya da boğmaya çalıştığı hissine neden olur. Felç her daim panik duygusuyla beraberdir ve dakikalarca sürebilir.

Uykuda iskelet kaslarının felcine neden olan muhtemel nörokimyasal süreçler daha son yıllarda keşfedilmiştir.<sup>6</sup> Sıçanlarda, kasları harekete geçiren motor nöronların (beyin hücrelerinin) bloke edilmesinden iki tip nörotransmitterin –GABA ve glisin– sorumlu olduğu gösterilmiştir. Felci bu iki nörotransmitter birlikte meydana getirir. Düşümüzde gördüğümüz hareketleri gerçekten yapamamamız, bu iki nörotransmitterin aşırı dozlarıyla motor nöronlarımızın uyarılara karşı duyarsız hale gelmeleri sayesinde. Bu hassas aktivasyon ve frenleme, az veya aşırı uyarılma, blokaj-deblokaj süreçlerinde bir şeyler kolaylıkla ters gidebilir, özellikle de yüksek dozda alkol kullanımı, ilaçlar, jet lag yahut gece vardiyası gibi nedenler kesin aksamalar yaratır. Aşamalı gidişatı olan bir kimyasal süreç için, devreden çıkarılma ya da blokaj gibi biraz mekanik terimlerin seçilmiş olmasını da açıklar bu.

Anketlere cevap verenlerin yüzde otuz-kırk kadarı uyku felcini ara sıra yaşadığını söyler ve erkeklerde kadınlardan iki kat fazla görülür. Narkolepsiden –gündüzün birdenbire uykuya dalmaktan– mustarip olan kişilerin yüzde altmışında uyku felci de mevcuttur. Bunların narkolepsi haricinde başka bir hastalıkları yoktur. Uyku felci fenomeni serebral sabitlerdendir. Asırlardır bütün kültürlerde, daha nörotransmitter terimi bile bilinmezken, uykuya dalan ya da uyanan insanlarda bu GABA ve glisinle ilgili bir şeylerin aksadığı olmuştur. Ne ki onca insanın her zaman aynı şeyi *deneyimlediği* anlamına gelmez bu.

Olayın özü kolaylıkla tanınabilir. Felç akut bir tehlike hissini doğurur. Vakaların dörtte üçünde eşlik eden (muhtemelen düş kaynaklı) sanrılar mevcuttur: yaklaşan ayak sesleri, açıliveren yatak odası kapısı, yaklaşan bir karaltı gibi. Uyku felci geçiren kişi hemen her zaman sırtüstü yatmaktadır. Başını ne sağa çevirebilir ne sola. Yan tarafında olan biteni hep gözücuyla izlemek zorunda kalır. İşte o va-

kit deneyimlerdeki farklılıklar ortaya çıkmaya başlar. İçeri giren o karaltının nasıl bir şey olduğu, size neler yapacağı, kendi korkularınız ve büyürken işitmiş olduğunuz öykülerle ilintilidir. Karaltının biçimsiz oluşu, kimine bir cadı, kimilerine iblisler, hortlaklar, vampirler, kurtadamlar olarak görünmesine yol açar. Sanrılar kişinin büyüdüğü dönemin korkulu öykülerini yansıtır. Günümüzde korku filmleri gece beliren bu görüntüleri kullanmakta gibidir: Zombiler, uzaylılarla ilgili raporlar da mevcuttur.

On yedinci yüzyıl anatomicilerinden, Utrecht Üniversitesi profesörü Van Diemberbroeck, 1664 yılında, sürekli uyku felci geçiren elli yaşında bir kadın hastayı rapor etmişti.<sup>7</sup> Hekime göre başka hiçbir sağlık sorunu yoktu bu etine buduna dolgun, iriyarı kadının. Ama tam uykuya dalmışken, “bazen şeytanın sanki gelip de göğsüne oturup bastırıldığını, bazen kocaman bir köpeğin onu boğduğunu ya da bir hırsızın göğsünün üstüne yattığını düşündürten bir şey oluyor, bu yüzden ne nefes alabiliyor ne konuşabiliyor[du] ve üzerindeki bu ağırlığı atmaya çalıştığında, kılını bile kımıldatamıyor[du]. Bu durumu yaşadığında, kimi zaman uykudan güçbela uyanabiliyor, kimi zaman da hırıltılı sesler çıkardığını duyan kocası tarafından uyandırılıyor[du]. Ardındansa yatakta oturup, nefes nefese kendine gelmeye çalışıyor[du]”.<sup>8</sup> En nihayetinde tekrar uykuya dalabildiğindeyse bütün tablo tekrarlanabiliyordu. Van Diemberbroeck, kadının düşündeki görüntünün, göğsünün üstüne oturulup da bastırılmasının, kaslara giden sinirleri fiilen sıkıştırdığında ısrarcıydı. Her şeyi ölçüsünde yapmak en iyi ilaçtı: Ne çok içilecek, ne çok gayretin içine girilecek, hafif, sindirimi kolay besinler tüketilecekti. Ama özellikle sırtüstü yatmamaya özen gösterilecekti – çok sonraları bunun önemli sebeplerden biri olduğu istatistiksel olarak teyit edilmiştir.<sup>9</sup>

Birbirinden çok farklı kültürlerde insanlar bu deneyimi tanımakta ama verilen isimler ve yorumlar değişkenlik göstermektedir. Meksika’da halk uyku felcine, tam çevirisiyle “üzerime bir ölü çıktı” (*se me subió el muerto*) der. Kanada’nın kutup bölgelerinde yaşlı İnuitler düşün şamanların işi olduğuna inanırken, genç İnuitler bunu –hâlâ büyük bir sorun olan intiharlar gibi– çevrelerindeki travmatik olaylara yorarlar.<sup>10</sup> Kamboçyalılar uyku felcine “basan hayalet” adını verir. Halkbilimci Hufford, Newfoundland’de yaşayanların “yaşlı

cadı" (*old hag*) diye adlandırdığı ve doğaüstü hikâyelerin dokusuna bütünüyle nüfuz etmiş bir deneyimden onlarcasını toplamıştı.<sup>11</sup> Kimi Amerikalı düş görenlerde sanrılar, geceleyin uzaylılarca kaçırılma öykülerinin potasında erir.<sup>12</sup> Tipik öykü, kurbanın yüzü yukarıya dönük uyanmasıyla başlar. Kadın –çoğu zaman kadındır zira– kırıdayamamakta ama elektrik titreşimi hissetmektedir. Uzaylılar yaklaşır, ayakucunda tehditkâr bakışlarla durur ya da üzerine çıkarlar. Bunu uzay gemisine nakil izler. Gemide olup bitenler, çoğu raporda uzaylıların verdiği bir şey nedeniyle oluşan bellek kaybı yüzünden hatırlanmaz. Eşkalleri basmakalıp uzaylı tipiyle örtüşür: sıksık bir beden, orantısız irilikte bir kafa, parlak kara gözler.

Amsterdam'da göçmenlerin ve sığınmacıların tedavisinde uzmanlaşmış bir ruh sağlığı merkezinde, psikiyatr De Jong beş uyku felci raporu kaydetmiştir. Hastaların dini ve kültürel geçmişleriyle değişkenlikler gösterir bunlar. Gine-Bissau'lu bir adam, sırtüstü uyuduğunda korkunç bir gölgenin odaya süzüldüğünü anlatmıştı. Gölge insan suretindeydi ama suratı yoktu. Göğsündeki baskı yüzünden boğulduğunu hissetmişti adam. Paniğe kapılmış, öleceğini sanmıştı. Yastığının altına tuza bulanmış bir bıçak, limon ve denizkabuğu koyarak kendini korumaya çalışıyordu. Gelenlerin, hayattayken sevdikleri kişileri ziyaret eden ruhlar olduğunu düşünmüştü. Faslı bir hasta da aynı baskı hissini yaşamıştı. Bu adamda ise gelen, "bir deri bir kemik kalmış, upuzun kirli saçlı, sapsarı dişli, eskimiş, kara giysili, korkunç bir ihtiyar cadı"ydı. "Beni boğmak için ellerini uzatıyordu, o kadar kuvvetliydi ki itemiyordum kadını."<sup>14</sup> Kendisine büyü yapıldığına inanıyordu adam; biri, muhtemelen kavgalı olduğu halası beddua etmiş olmalıydı. Her iki hastada da uyku felcinin anlatılmasının rahatlatıcı bir etkisi olmuştu.

Üstelik insanın, gerçekten korkunç olan bir deneyime korkunç bir yorumda bulunması için –Batılılara göre– egzotik bir kültürde veya egzotik geleneklerle büyümüş olması gerekmez. Uyku felcinin sara atağı olduğunu düşünmüş epeyce bir vaka da vardır. Dönem dönem uyku felci yaşayan bir cerrah, saralı olduğu için mesleğinden atılacağı korkusuyla bunu kimseye söyleyememişti. Gizli gizli anti-epileptik ilaç kullanmış ve yıllar sonra tesadüfen uyku felci diye bir durumun olduğunu duyduğunda gözyaşlarına boğulmuştu.<sup>15</sup> İçi-

nin ferahlaması, halasının bedduasından kurtarılan Faslı adamınkinden çok da farklı olmasa gerek.

## Uyurgezerlik

Uykuya dalarken düşme düşü nedeniyle tekrar uyanmamış, sonra ise uyku felci yaşamadan derin uyku evresine erişmiş biri, iki saat kadar huzurlu bir uykunun keyfini çıkarabilir, ta ki kritik bir an gelene dek. Gecenin ilk saatlerindeki derin uyku sırasında, hareket sistemi REM evresi esnasındaki kadar köklü şekilde devreden çıkarılmaz. Uyurgezerlik genellikle uykuya daldıktan iki saat kadar sonra başlar. Bu uyku evresinin uzunluğu ve derinliği yavaş yavaş azaldıkça, uyurgezerlik olasılığı da azalır.

Uyurgezerlik çoğunlukla çocuklarda görülür. On bir bin ikizin araştırıldığı bir Finlandiya çalışmasında, çocukların dörtte birinden fazlasında uyurgezerlik arada bir de olsa mevcuttu. Yetişkinlerde oran yüzde 3 civarındaydı.<sup>16</sup> Bu durum beş yaş gibi başlayabilir. Kalımsal bir yönü vardır. Tek yumurta ikizlerinin ikisinde de uyurgezerliğin görülme olasılığı, çift yumurta ikizlerine oranla bir buçuk kattan daha fazladır. Anne babaların çocukken uyurgezerlik yapmış olması çocuklarının da uyurgezer olma olasılığını yedi kat artırır.<sup>17</sup> Çoğu erkek olan uyurgezerleri dört kuşak inceleyen genetik çalışmaları yayımlanmıştır. Başka araştırmalarda da erkek çocukları uyurgezerlikte başı çekmektedir. Ortalama bir uyurgezer babasını takip eden bir oğlandır, tıpkı bir vakitler onun da kendi babasını takip ettiği gibi.<sup>18</sup> Yapılabilecek çok şey olmadığı gibi, buna gerek de yoktur: On beş yaşlarına doğru çoğu çocuk bırakır uyurgezerliği. Uyurgezer çocuklar uyku teröründen daha fazla oranda mustarip olup uykularında konuşursa da, başka hiçbir psikiyatrik veya nörolojik hastalıkla bağlantısı yoktur bunun. Çocukken uyurgezerlik yapmış birinin de ileriki yaşamında ruhsal ya da duygusal bir sorun yaşama olasılığı daha fazla değildir.

Yetişkinlerde uyurgezerlik oldukça nadir, yüzde 4'ten az görülür. Kimisi daha çocukken başlamış ve devam etmiş, kimisi ise yetişkinlikte uyurgezer olmuştur. Kalıtım oranları yetişkinlerde biraz farklıdır: Tek yumurta ikizlerinin ikisinde de uyurgezerliğin görül-

me olasılığı, çift yumurta ikizlerine oranla beş kattan daha fazladır. Uyurgezerlerin birinci derece akrabalarında uyurgezerlik olasılığı on mislidir. Uyku laboratuvarlarındaki kayıtlar, ilk yataktan kalkışın biraz temkinli olmasına karşın, uyurgezerlerin daha sonra özgüvenleri artmış bir şekilde engellerden, tehlikelerden sakınarak hareket ettiklerini gösterir. Kollar ileri uzatılmış halde çatının kenarında uzun uzun yürüme yalnızca çizgi filmlerde olur. Gözler açıktır, ama bakışlar donuk ve bilinçsizdir. Çoğun tuvalete ya da banyoya gider, sonra yataklarına geri dönerler. Bütün süresi nadiren birkaç dakikayı geçer.

Ne ki uyurgezerliğin avare dolanmayla sınırlı kalmadığı vakalar da vardır. Kimi kalkıp duvardaki tabloyu alır, başka biri pencereyi açıp öfkeli bir sesle anlaşılmaz şeyler haykırır. Kimileri mutfığa gidip sahanda yumurta yapar, başka biri arabasına atlayıp gider. Genellikle eylemler otomatikleşmiş edimlerin tekrarıdır, gelgelelim literatürde, savunmasında uyurgezerliğin başarıyla kullanıldığı, kızını öldürmüş bir kadının vakası da yer alır. Adli tıp psikologları ve nörologları, bu tip vakalarda beraatin haklı bir karar olup olmadığından emin değillerdir.<sup>19</sup>

Niçin bir insan uyurgezerlik yaparken, bir başkasının yapmadığı bilinmez. Uyurgezerlik olasılığını artıran etmenlerse vardır. Alkol derin uyku süresini uzatır, bu nedenle uyurgezerlik için açılan pencere genişlemiş olur. Kaygılar, gerilim ve aşırı yorgunluk da rol oynar. Uyku eksikliği söz konusuysa, bir sonraki telafi uykusunda derin uyku daha uzun sürecektir. Laboratuvar araştırmalarında, uykudan yoksun bırakmanın, telafi uykusu esnasında uyurgezerliğin ortaya çıkma olasılığını artırmak için etkili bir araç olduğu görülür.<sup>20</sup> İlaçların da rolü olabilir. Parkinson tedavisinde yalnızca kâbuslar değil, uyurgezerlik de artar. REM uykusunu bastıran ilaçların uyurgezerlik olasılığını yükselttiği görülür. Uyurgezerliğe, belli etkenlerin ender görülen bir kombinasyonu neden olur: genetik yatkınlık, stresli bir dönem, uyku eksikliği ve son olarak, derin uykuyu bölecek, evdeki tuhaf bir ses, sokaktaki gürültü gibi tesadüfi bir uyaran.

Peki uyurgezerliğin düşlerle bir ilgisi var mıdır? Düşünde duvardaki tabloyu düştü düşecek gibi görüp bunu yere indirmeyi mi düşünür kimi? Bir başkasının, sokakta gece gece yürüyen birini



uyarması mı gerekir? Bunu belirlemek güçtür. Derin uyku evresinden genelde düş sağlanamadığından, uyurgezerler uyandırıldıklarında çoğunlukla hiç düş hatırlamaz. Uyurgezerliğin düşle bağlantısı olduğunda ise, bu hemen hep nahoş düşlerdir. Kısa zaman önce, astım atakları nedeniyle ciddi bir uyku eksikliği yaşayan ve uyurgezerliğe başlayan yirmi altı yaşında birinin durumu gündeme gelmişti:<sup>21</sup> Adam dört aylık kızını yatağından alıp çatı katına çıkmış, bebeği zıbınının kollarından çamaşır ipine asmıştı. O sırada eşi peşinden gelmiş ve adamı gözleri açık, afallamış bir halde bulmuştu. Eşine düşünde, Çocuk Esirgeme Kurumu'ndan bebeği götürmek üzere gelenler olduğunu gördüğü için çatı katına çıktığını söylemişti. Adamlar kapıya vardığında, aklına çocuğu çamaşırların arasına saklamak düşüncesi gelmişti, halbuki gerçekte ipe hiçbir çamaşır asılı değildi o an. Gelenin Çocuk Esirgeme'den değil de eşi olduğunu fark ettiğinde ancak, bunun düş olduğunu anlamıştı adam. Bebeğe bir şey olmamış, baba psikiyatri kliniğine yatırılmıştı.

Uyurgezerlerin düşlerine dair laboratuvar araştırmaları sınırlıdır, eldekiler de, uyurgezerlik şikâyetiyle tedaviye başvurmuş kişilerin hemen hepsinin uyku teröründen de mustarip olmaları nedeniyle metodolojik bir komplikasyon oluşturur.<sup>22</sup> "Salt" uyurgezerlerin düşleri de atmosfer olarak uyku terörüyle benzeşmeler gösterir. Yataktan kalkmalarına yol açan, bir öykü değil, her seferinde düş görenin mağdur olduğu, çoğun saldırganlık içeren kopuk bir görüntüdür. Başkaları da girmişse düşe, bunlar hemen her daim tanımadıklarıdır. Düşünde haykıran bir kadın, elindeki ölümcül virüslü bir tüpü düşürüp kırmış olduğunu; uyuyan sevgilisini sürüklemeye koyulan bir adam kadının tehlikede olduğunu; odadan kaçmaya çalışan bir kadın düşünde duvarların birbirine doğru gelmeye başladığını gördüğünü söylemiş; bir delikanlı oturma odasına koşup elindeki tereyağ kabını bomba olduğu düşüncesiyle pencereden atmıştır. Ne var ki düşle eylem arasındaki böylesi bağlar istisna olarak kalır ve böyle düşleri olunca, bellek kaybı uyurgezerler için büyük bir nimettir.

Düşlerin sonucunda oluşan uyurgezerlik vakalarını uzun uzadıya tek tek saysak da, uyurgezerlerin, kendilerini neyin buna sevk ettiğini açıklayabilmek şöyle dursun, çoğunun uyandırıldıklarında eşlerinin yüzüne donuk donuk bakıp ne yapmakta olduklarını söyle-

yemedikleri gerçeği değişmez. O an zaten buna elverişli de değildir ruh halleri. Afallamış ve biraz da utanmış haldedirler. Muhakeme yetileri yavaş yavaş yerine gelmeye başlar. Genellikle yataklarına geri gitmelerinin en iyi şey olacağı önerisine sıcak bakarlar. Uykularına devam eder, bir daha yerlerinden kalkmaz ve ertesi gün de hiçbir şey hatırlamazlar.

### *Pavor Nocturnus*

Van Diemberbroeck, 1664'te bir hastasına "*Incubus* veya kâbus" tanısını koymuştu.<sup>23</sup> Günümüzdeki adlandırmaya göreyse bunlar iki farklı türde düştür ve kadının deneyimlediği bunların ikisi de değildir. Kâbuslar hızlı göz hareketleriyle birlikte seyreder ve uykunun ancak çok sonraki bir bölümünde görülür. *Incubus* ise, şimdilerde "uyku terörü" veya *pavor nocturnus* diye adlandırılır.<sup>24</sup> Uyku terörü özellikle çocuklarda meydana gelir.

Uyku terörü çoğun anı bir feryat veya korku çığlığı ile başlar. Anne babalar çocuğu aklı başından gitmiş bir halde bulur. Tir tir titrer, hıçkırır bir halde yatağında dimdik oturur çocuk. Bir türlü tesselli edilemez, hatta kimseyi duymaz. Gözler faltaşı gibi açık olmasına rağmen daha uyuyordur. Hiçbir şey görmeden korku içinde çevresine bakınır. Anne baba yatıştırmak amacıyla onu kucakladıklarında bu ters etki yapar: Çocuk etrafına vurmaya başlar. Uyandırmaya çalışmak uyku terörünün daha da uzamasına neden olur. Bütün hepsi nadiren bir dakikadan uzun sürer.

Uyku terörünün sonu da başlangıcı gibi anidir. Çocuk birden uyanır, şaşkındır ve hâlâ hıçkıra hıçkıra ağlamaktadır. Ne olduğu sorulduğunda cevap veremez, bir şey hatırlayabilse de bu kısa ve bulanıktır: "Peşimde biri vardı" ya da "biri beni yakalamaya çalışıyordu." Saldırıya uğrama duygusu, anne baba yatıştırmaya kalktığı anda oluşan ajitasyonun da muhtemel nedenidir. Çocuk çarçabuk uykuya geri dalar ve ertesi gün o gece ne olduğu konusunda tek şey hatırlamaz.

Uyku terörü uyurgezerlikle aynı zaman dilimini paylaşır: uykuya daldıktan birkaç saat sonraki, "yavaş dalgalı uyku" evresini. Kalıtımın payı da uyurgezerliktekiyle örtüşür. Bunda çok şaşılacak bir

durum yoktur, uyurgezer çocuğun uyku teröründen de mustarip olma olasılığı fazladır ve tersi de aynı şekilde geçerlidir. Uyurgezerlikle uyku terörü aynı risk faktörlerine bağlıdır: yüksek ateş, stres veya uyku eksikliği. Küçük çocuklarda öğle uykusuna yatılmaması bile buna neden olabilir. Öğle uykularını tekrar uyutmak durumda düzelme sağlayabilir. Uyku terörü beş ile yedi yaş arasında zirve yapar ve tıpkı gene uyurgezer çocuklarda olduğu üzere, çoğun on beş yaşına doğru kaybolur. Çocukların yüzde 3 kadarında, erkek ve kızlarda eşit oranda görülür. Çok ciddi vakalarda, derin uykuyu kısaltan ilaçlar verilir bazen, yan etkisi gündüzleri uyku basmasıdır. Uyku terörü belli bir örüntü gösteriyorsa, çocuğun bu başlamadan yirmi dakika kadar önce uyandırılıp sonra tekrar uykusuna devam etmesi yarar sağlar.

Yetişkinlerde uyku terörü çok daha nadirdir, yüzde 1'den bile azdır. Ne var ki hastanın kendine veya bir başkasına zarar verme riski fazladır. Uyurgezerlikten farklı olarak, kişiyi uyku teröründen uyardırmaya çalışmak şiddetli bir saldırganlığa yol açar. Çocuklar genellikle yatağında kalırken, yetişkinler bazen panik içinde yataktan fırlayıp odadan çıkar. 29 yaşında bir adamın uyku terörü esnasında (camı kapalı olan) pencereden atlayıp son anda çatı kenarına tutunabildiği literatürde bildirilmiştir.<sup>25</sup> Karısı uyandırmak için bağırarak çağırmış, adam en nihayetinde tırmanıp eve geri girmiştir. Eli yüzü derin cam kesikleri içindedir. Düşünde yatağının üzerine düşecek gibi olan bir otobüs gördüğünü belli belirsiz hatırlamıştır adam. Olay karısını derinden etkilemiş, kocasıyla bir odada uyumaya bir daha cesaret edememiştir; yaşadıkları gözünün önünde tekrar tekrar canlanmış ve bir sene sonra bile hâlâ geceleri olayla ilgili kâbuslar görmeye devam etmiştir. Travma sonrası stres bozukluğu tanısını tedavi izlemiş ve bu sayede eşinin yatağına geri dönebilmiştir.

Geceleyin muntazaman uyku terörü yaşayanlara yapılan öneriler Van Diemberbroeck'u hatırlatır: ölçülü olmak, uyku eksikliğinden kaçınmak, düzenli bir uyku alışkanlığı edinmek, uyku öncesi kafeinli şeyler yiyip içmemek, stresten kaçınmak, sağlıklı ve düzenli beslenmek.

## Yılanlar

Oxford'da 1906'da geçer olay. Üç yaşındaki bir oğlan boğmacaya ve ağır bir bronşite yakalanmıştır. Haftalardır bütün yediklerini çıkarmaktadır. Anne babası umarsızlık içindedir. O denli zayıf düşmüştür ki bünyesi birkaç güne çıkmayacak gibidir. Son çare olarak Oxford'daki profesörü, zamanın meşhur hekimi Sir William Osler'ı çağırmaya karar verirler. Gelir. Çocuğun odasına girmeden önce, o gün öğleden sonraki akademik sorumlulukları nedeniyle giydiği kırmızı cüppesini geriye atar. Sessizce, görkemli adımlarla yatak odasına girer. Hızlı bir muayene yapıp yatağın yanı başına oturur. Yüzünde ciddi bir ifadeyle cebinden bir armut çıkarır. Öteki cebinden de gümüş bir bıçak. Armudu soyar, dilimler, üzerine biraz şeker serper, oğlana bunun mideyi hiç bulandırmayan özel bir meyve olduğunu söyler.

Çocuk yediği armudu çıkarmaz, yavaş yavaş gücünü kuvvetini toplar ve boğmacadan kurtulur.

Bu olağanüstü tedavi Osler'a plasebo etkisiyle ilgili literatürde saygın bir yer sağlamıştır. Osler hastalık ve bozuklukların psikolojik yanına önem verirdi, hekimlerin sık sık bundan yararlanması gereken bir dönemdi o dönem. Belki onu kendi düş yaşamına daha derin bir ilgi duymaya sevk eden, aynı zamanda korkuların, beklentilerin ve ümidin bedensel süreçlerin gidişatındaki payına dair sezgisiydi de. Osler 1910 ile 1919 yılları arasında bir düş günlüğü tutmuşsa da, bundan çok daha önceleri, hep yanında taşıdığı bir not defterine düşlerini yazardı. Yazdıkları, düşlerdeki olayların düş görenin bedensel süreçlerine nasıl bir etkisinin olduğunu, hatta bazen daha düş *esnasında* bunların nasıl başladığını gözlemeye çalışan birini açığa vurur.

3 Nisan 1889'da "korkunç bir kâbus" gördüğünü yazar: "Yatağın üzerine çıkmış birinin üstümdeki yorganı kenarlarından sıkı sıkı tuttuğunu düşündüm. Korkuyla kendimi kurtarmaya çalışıyor, beleleniyordum. Kalbim küt küt çarpıyor, korkudan ecel terleri döküyordum. Derken aklıma kapının kilitli olduğu, bunun olsa olsa bir kâbus olabileceği geldi. Bunu kendime açık açık söylüyor ve vargü-

cümle oyununu bozmaya gayret ediyordum. Dakikalarca –öyle gelmişti bana– hiçbir işe yaramadı bu. Uyandığımda ise kalbim hızla çarpmıyordu, terlemiyordum da.”<sup>26</sup>

Bu tür bir düş, DSM’de tanımlandığı üzere, kâbus için belirtilmiş resmi kategoride yer alır: Uyuyan kişiyi uyandıran ve sonrasında açıklıkla hatırlanan korku verici bir düştür bu. Sabaha karşı REM uykusunda, berraklık belirtisi gösteren ve hareket sisteminin bütünüyle bloke olduğu tipik bir düştür.

23 Temmuz 1911’de daha korkunç bir düş görür Osler. Her nasılsa tıbbi bir tedavi için bir enstitüye gelmiştir ve geceyi orada karnısıyla geçirecektir. Gecenin bir yarısı uyandığını görür düşünde. Koltuğunda bir şey kıpır kıpırdır. Gömleğinin yeninden bir yılan girip koltuğuna çöreklenmiştir. “Öylesine bir korku kaplamıştı ki beni, kasılıp kalmıştım, kollarım bacaklarım zangır zangır titriyor ve aklımdan sürekli şunu geçiriyordum: Hiç kıpırdamamalıyım, yoksa sokacak seni. Birkaç dakika sonra –saatler gibi gelmişti bana– yılan çözüldü ve gömleğimin yeninden tekrar kayıp çıktı. Yere düştüğünü işittim, elimi derhal elektrik ışığını açmak için uzattım.”<sup>27</sup> Bir hizmetliyi –yaşlı bir kadındır bu– uyandırır, o da Russell diye birini getirir, enstitüde asistandır adam. Hafife alır olayı Russell, yılanlardan kimseye zarar gelmez diyerek kadını nöbetçi bırakır. Osler geri uyur, gelgelelim sonra yine bir yılan hisseder vücudunda. Bu kez öyle korkar ki havale geçirir. Tek bir kelime edemez, hissince gene saatler süren kıpırtısız bir beklemenin ardından yılan kayıp gider kıvrıla kıvrıla. Yaşlı kadına haykırır ve korkudan bayılır. Tekrar kendine geldiğinde Russell yatağının yanı başındadır ve düş tuhaf bir yöne kayar.

Russell onu sakinleştirmeye çalışıyordur. Ona başka bir oda verilmesini sağlayacaktır. Ne ki buraya gelme sebebi olan tedavisine devam edilmesi gerekmektedir, Osler ise tek bir iğne yemiştir hepi topu. Russell yılanın sokup sokmadığına bakmak için muayene edecektir onu.

Yüzünde endişeli bir ifade gördüm, “Senin göğüslerin hep böyle şiş miydi, Osler?” diye sordu. “Yoo,” dedim, “garip bir şeyler hissetmişim zaten.” “Aman allahım,” dedi, “süt var. Sana yanlış iğne vurmuşlar.” Elini karnıma koydu, karnımın çok şiş olduğunu da o zaman gördüm ilk kez.

“Mahvolduk! Hamilesin, o iğnenin Bayan Edgecumbe’a vurulması gerekiyordu. Şimdi anlıyorum o yılanların niye sana musallat olduğunu, göğüslerindeki sütün kokusunu almışlar, ne yapıp edip içmekmiş niyetleri,” dedi. Şoka uğramış bir halde geçip oturdu, beti benzi atmıştı.<sup>28</sup>

Düş daha bitmez. Russell bir ıllak çağrtır, bir meslektaşına şu notu yazar gönderir onunla: “Bütün enjeksiyonları durdurun, aşılar karışmış, Osler hamile.”<sup>29</sup> Bu arada Osler, hamile kalmak için yaşının çok ileri olduğunu –altmış iki yaşındadır o vakit– söyleyerek isyan eder, gene de zamanı dolduğunda kesin sezaryen olmak istediğini de bağırmaktadır bir yandan.

Bu düşün de REM evresinden bir düş olması gerekir. Diyaloglar ve gidişat ayrıntılı hatırlanmaktadır. Muhakeme yetisi kısmen korunmuştur: Altmış ikisinde hamile kalabilmiş olması Osler’a tuhaf gelir, bir erkek olarak hamile kalabilmiş olmasının ne kadar saçma olduğunu ise ancak düşünü yazarken fark eder. Raporu, yılanlı düşün, tanımadığı birinin onu yorganın altına hapsettiği düşünden çok daha korkunç olduğu izlenimini verir. Ne var ki Osler uykudan fırlayıp kalkmamıştır, bu da yılanlı düşü kâbus değil, biraz saçma bir durumun ortaya çıkması pahasına, DSM kriterlerine göre taş çatlasa “kötü düş” yapar.

İrkilip uyanmayı ölçüt olarak koyarken DSM kendini günlük dilin dışına yerleştirir. Travma sonrası stres bozukluğuna bağlı olsun olmasın, kâbuslarda uzmanlaşmış düş araştırmacılarının çoğu bundan memnun değildir. Kronik kâbus nedeniyle tedavi için başvuran insanların dörtte birinden azı, o kâbuslardan her seferinde uyandıklarını bildirmektedir. Yani epey bir kâbusun aslında bu ismi almamış olması gerekir. İnsanların çok korkunç olarak deneyimledikleri –örneğin kişinin kendi ölümünü görmesi gibi– düşler de her zaman uyanmaya yol açmaz. Neticede kötü düşlerin yarıya yakını duygusal açıdan “resmi” kâbuslarla aynı derecede yoğun ve yüklü yaşanmaktadır. Korkudan uyanmak, düş sırasındaki duygu yoğunluğunun bir ölçüsü olarak, çok güvenilir bir kriter değildir. Kâbuslarla kötü düşleri birbirinden ayırmanın bir manası var mıdır peki?

Bu ayrımı haklı kılan tek fark, düş sırasındaki duyguların yoğunluğundan ziyade *değişkenliğidir*. Kâbuslarla kötü düşlerin farkı, korkudan başka duygulara ne kadar yer bıraktıklarındadır. Korku

her seferinde ana duygudur; ama kâbuslarda genelde tek duygu bu iken, kötü düşlerde daha başka nahoş duygular da karışabilir işin içine. Dört hafta boyunca kâbuslarını (kriter: uyanmak) ve kötü düşlerini bir günlüğe kaydeden doksan üniversite öğrencisiyle yapılan bir çalışmada, korku her iki düş türünde de eşit oranda en önemli duygu olarak anılmıştı.<sup>30</sup> Kâbuslarda birkaç kez öfke ve üzüntü de belirtilmişti. Ne ki kötü düşler daha değişik renkleri de barındıran bir paletle boyanmış gibiydi: Öfke ve yoğun üzüntünün yanı sıra, hüsrân, suçluluk duygusu, iğrenme de mevcuttu. “Diğer” kategorisi burada belirgin derecede genişti; aldatılma, aşağılanma ve küçümseme de düşte görülebiliyordu.

Kâbuslar ve anksiyete düşlerinin uyku terörüyle bazı ortak özellikleri vardır, ama farklılıklar egemendir.<sup>31</sup> Uyku teröründe olduğu gibi kâbusta da korkudan neredeyse paniğe kapılabilir insan, gelgelelim uyku teröründen farklı olarak, düş gören kolaylıkla uyandırılabilir uykusundan. Uyku terörü sırasında nabız hızla artabilirken, kâbusta pek az hızlanır. Uyku teröründen insan kan ter içinde uyanırken, kâbuslarda terleme fazla olmaz. Uyku teröründen sonra genellikle çabucak uykuya geri dâlnabılınırken, kâbuslar insanı bir süre uyutmayabilir. Uyku terörü sabaha unutulur, kâbus unutulmaz. Muntazaman uyku terörü yaşayanlar sık sık da uyurgezerlik yapar, kâbuslarda bu olmaz. Uyku terörü vakaları kimi zaman kuşaklar boyu sürer, kâbuslarda buna rastlanmaz.

Örtüşmeler ve kesin ayrışmaların aynı örüntüsünü kâbuslarla uyku felcinde de görürüz. Kâbusta insan kılını kıınılatmadığı hissini yaşayabilir; korkunun sebebi bazen, göz göze gelinen tehlike karşısında yere mihlanmış gibi kalakalmak, bir yere kaçamamaktır; fakat uyku felcinden farklı olarak, uyanıldığında hareket sisteminin fiilen bloke edilmediği anlaşılır. Uyku felcinde korku uyandıran görüntüler çoğun sanrılardır; bunlar “dışarıda” gözüktür, kısa, bulanık ve bölük pörçüktür. Kâbusun görüntüleri sahneler halinde, bir öykü oluşturur, bir akışı vardır. Düş göreni de kapsar, o da bir parçasıdır düşün. Havasız kalma ve boğulma hissi uyku felcinde her daim vardır, kâbuslarda ise bazen olur bazen olmaz. Uyku felcinde yalnızca tehdit ve korku olur, kâbuslarda başka duygular da bulunabilir.

Bütün bu gece dehşeti türlerinin arasındaki farklılık ve örtüşmelerin çoğu, ait oldukları uyku evresinin özelliklerini taşır. Gecenin ilk yarısındaki derin uykuda hareket sistemi köklü bir şekilde devreden çıkarılmadığından, uyku terörüne korku çılgınlıkları ve ajitasyon eşlik edebilir. Otonom sisteme ait tepkiler de kısmen sağlamdır: hızlanan nabız, terleme, genişlemiş göz bebekleri. Aynı derin uyku yüzünden, düşün sabaha akılda kalması şöyle dursun, uyku terörünün düşlerle herhangi bir ilişkisinin kurulması pek zordur. Kâbuslar özellikle REM uykusu esnasında, gecenin ikinci yarısında, sabaha karşı görülür, uyanmaya yakın bir beyne doluştuğu için de çoğunlukla iyi hatırlanır. Berraklık REM evresine aittir, kâbuslarda da olabilir ama uyku teröründe olmaz. Bu evrede hareket sistemi yeterince devreden çıkarılmıştır, düş gören korku dolu maceralar yaşarken bedninde pek fazla bir değişiklik olmaz. Ancak uyanmaya yakın, kişiyi korkudan soluk soluğa bırakacak bedensel tepkiler ortaya çıkabilir.

İlaçların ve uyuşturucu maddelerin etkisi de kısmen, REM uykusuna veya derin uykuya etkileriyle açıklanır.<sup>32</sup> Aşırı alkol kullanımı ve bazı uyku ilaçları REM uykusunu baskılar. Bunların aniden bırakılması REM uykusunun geri teperek artmasına ve böylelikle kâbuslara yol açar. Bazı depresyon ve Parkinson ilaçları ya da betablokörler gibi başka maddeler de, nörotransmitterler düzeyinde etkiyerek kâbus görme olasılığını artırır.

Kâbusların sıklığı cinsiyetle değişmezken, yaşla değişir. Çocuklar yetişkinlere göre hayli sık kâbus görür, zirve yaşlar beş ile on arasındadır. Ne ki, uyku terörü ve uyurgezerlikte de olmadığı gibi, kâbuslar duygusal veya bedensel bir rahatsızlığın işareti değildir. Psikozlar, şizofreni ve başka psikiyatrik rahatsızlıklara şiddetli kâbuslar eşlik edebilir, gelgelelim ara sıra görülen kâbuslar, psikiyatrik bir soruna işaret etmez. Yetişkinlerde kâbuslarla berrak düşler arasında bir ilişki vardır. Bunun sebebi açık değildir, bazı düş görenlerin, olan biten bu korkunç şeylerin olsa olsa düş olduğunu kendilerine söyleyerek bu yoldan berraklığa ulaşmaları dışında. Travma yaşamış hastaların bazı tedavilerinde, tekrarlayan kâbuslarından kurtulabilmeleri için berraklık kullanılabilir. Ne var ki, bu kronik kâbuslar “normal” kâbuslarla aynı uyku evresinde görülmez. Gecenin, başka ilişkilerin egemen olduğu ücra köşelerinde belirir bunlar.



## Karanlıktan Korkmak

1942 Ağustosunda Müttefikler, Büyük Okyanus'un güneyindeki Guadalcanal Adası'nı Japonlardan almak üzere saldırıya geçti. Savaş kara saldırısını, deniz çarpışmalarını ve bombardımanları kapsıyordu. Şubat 1943'te Japonlar geri çekildi. Harekât sırasında Fiji Adaları'nda bir askeri hastane kurulmuştu. O zamanlar otuz iki yaşında olan Amerikalı Theodore Lidz orada görevli tek psikiyatrdı. Psikiyatrik sorunlar nedeniyle aktif görevden alınan yüzlerce askere o bakıyordu. Göze çarpan iki özellik gösteriyordu bu hastalar: Beklenmedik bir uyarana verdikleri abartılı korkulu tepkiler ve tekrarlayan kâbuslar. Cepheden gönderilmelerinin altında da bu kâbuslar yatıyordu: Gece bağırtıları cephede tehlike yaratıyor ve diğer askerleri uykusuz bırakıyordu. Koşuşlarda kalmaları mümkün değildi. Görece daha güvenli hastane ortamındaysa kâbuslar her zaman son bulmuyor, bazısında ancak o zaman *başlıyordu*. Lidz'in kâbuslara bir çözüm bulması gerekiyordu, zira bunlar burada da geceleri huzursuzluğun artmasına yol açıyordu. Terhis olduktan sonra "savaş nevrozu" (*combat neurosis*) üzerine bir makale kaleme aldı. Bu, literatürde travmaya bağlı kâbuslar konusunda bir klasik olacaktı.<sup>33</sup>

Kâbusların basmakalıp bir gidişatı vardı. Düş gören tam korku çığılığı atıp uyanacakken, onu kaskatı kesen bir ölüm tehlikesi çaresizliğini yaşıyordu. Kimi ıssız bir sahilde kendisine ateş edildiğini, kimi bir Japon bölüğünün üzerine hücum ettiğini, kimi de arkasından süngüyle birinin kovaladığını görüyordu. Çevrenin değiştiği, başka kişilerin yer aldığı olsa da, kâbus genellikle gerçekten başlarından geçmiş bir durumun tekrarıydı. Düşlerin yapısı Lidz'in aklına, çoğu askerin gerçekten yaşadığı bir durumu getiriyordu: geceyi balta girmemiş bir ormanın içlerindeki tek kişilik siperinde, yerini belli etmemek için çıt çıkarmadan geçirmek zorunda kalmayı. İlginç olan, böyle kâbusların çarpışmalara hiç katılmamış askerlerde de görülmesiydi.

Psikanaliz eğitiminden geçmiş Lidz'in ilk dürtüsü, bastırılmış travmatik dönemleri araştırmak olmuştu. Askerleri hipnotize edip müsekkimler vermiş, ama çok geçmeden, bastırılmak şöyle dursun,

travmanın hiç unutulmadığı sonucuna ulaşmıştı. Hastanın gözünün önünden gitmiyordu bunlar. Sonrası: uyku ilaçları. Onlar da ters etki yapmıştı: Hastayı kâbusuna daha uzun hapsedmekten başka işe yaramıyordu. Askerlerden korkularını gün içinde daha fazla dile getirmelerini istedi, böylece bu korkular gecelerini mahvedemeyecekti. Korkularını paylaşabilecekleri grup terapileri düzenledi, gelgelelim bunların da bir yararı olmuyordu. Cepheye bir daha gönderilmeyecekleri sözünün verilmesinden sonra dahi kâbuslar devam ediyordu. Tedavide ancak, kâbusların gerçek sebebi olması gereken ve gözünden kaçırdığı bir şeyi fark etmesinin ardından ilerleme kaydettiğini yazar Lidz. Bu onu, Freud'un, neticede kâbus daniş ner düşün bir dileğin doyurulmasını temsil ettiği görüşüne geri götürmüştü.

O dilek burada ölme dileğiydi – aynı zamanda bundan kurtulma arzusu da vardı. Cepheye gelindi mi, diye açıklıyordu Lidz, çoğu askerin aklından intihar düşüncesi geçmeye başlar. İntihar rakamları fiili olarak da yüksekti. Diğerleriye çarpışmada o kadar çok riski göze alıyorlardı ki, ölmeleri aslında gizli bir intihardı. Cephedeki olaylar belki kâbusları sadece harekete geçiriyordu, onları yaratmıyordu. Yoksa bütün askerler kâbus görürdü. Lidz'in hastalarında başka bir sorun vardı. Her biri derin ailevi veya duygusal problemlerden mustarıptı. Kiminin sevgilisi veya nişanlısı, savaş uzun sürdüğü ve kendi hayatına devam etmek istediği için bir mektupla bitirmişti ilişkii. Ana babadan biri ölmüş olabiliyordu memlekette. Kimileri koğuş arkadaşını kaybetmişti. Kimileri dağılmış ailelerden geliyordu.

E. adlı hasta teğmen rütbesinde bir piyadeydi. Ülke çapında tanınan bir atletti ve üstleri onu son derece dengeli bir kişiliğe sahip olarak görürdü. Gelgelelim Lidz'le yaptığı konuşmalarda, bıçak fobisinin olduğu, karanlıktan korktuğu ortaya çıkmıştı. Kıyıya çıktıktan sonra, balta girmemiş ormanın karanlık cephesiyle karşı karşıya kalınca tüm cesaretini yitirivermiş, geceyi ormanda geçiremeyeceğini anlamıştı. En kısa zamanda kahramanca ölmeyi planlıyordu, olmazsa düşman tarafından vurulmuş süsünü vereceği bir intihar yolunu seçecekti. Tesadüf bu ya, birliği kıyıya çıktıktan hemen sonra geri çekilmişti. Ne var ki alayının daha sonra gene de göreve yollanma olasılığı belirdiğinde, intihar planları yeniden ortaya çıkmıştı.

Kâbuslar da o anda başlamıştı.

Ölme dileği Lidz'in dikkatini, travma *artı* ciddi kişisel sorunları gözleyince çekmişti. Öyle bir ânın gelip de iradenin bastırılmış intihar itkisiyle başa çıkamayacağının yarı bilinçli idraki, tekrarlayan kâbuslara yol açan korkuya neden oluyordu. Görünür düşte o tehlikeli içsel itki dışarıdan gelen bir tehlikeye –Japonlara, ateş edilme-ye, süngüye– dönüşüyordu.

Kâbusun gizli bir intihar dileğinden doğmasını Lidz en önemli keşfi olarak görüyordu. Bu, onun daha sonraki araştırmacılarca takip *edilmediği* hemen hemen tek buluşuydu. Basit istatistik gözlemler ve hastaya kulak verme sayesinde günümüzün travma sonrası stres bozukluğunun özelliklerinin çoğunu belirlemişti. Aşırı korkulu tepki (*startle response*) tanımladığı belirtilerden biriydi, tekrarlayan kâbuslar da keza öyle. Kâbusların bazen anca tehlike geçtikten sonra başladığını ve tehlikeyle bir an olsun burun buruna gelmemiş kişilerde oluşabileceğini de saptamıştı. Bu son durumda, yalnızca cep-  
hedeki korkunç şeylerin hayali bile travmatik bir etkiye neden olabiliyordu. Lidz, kâbusların, özgün travmanın yeniden devreye sokulmasından travmatik olayın az çok simgesel ifadelerine kadar değişkenlik gösterebildiğini tespit etmişti. Travmatik bir olay askerlerin çok az bir bölümünde gerçekten de, travma sonrası stres bozukluğunun öncüllerinden birine verilen adıyla “savaş nevrozu”nun gelişmesine de sebep oluyordu. Gün içinde birden o ânı yaşamının –*intrusion* (müdahale)– dışında, tekrarlayan kâbuslar Travma Sonrası Stress Bozukluğu’nun (TSSB) en önemli belirtisiydi.

Korkutan deneyimlerin kâbuslarda yeniden görülebildiği, kâbusların tekrarlayan bir hal alabildiği çok uzun zamandır biliniyordu. “Bugüne dek o yangınla ilgili korkulu düşler görmeden geçirdiğim tek bir gece olmadığını düşünmek tuhaf geliyor,” diye yazmıştı Samuel Pepys 28 Şubat 1667’de günlüğüne. Hâlâ kendine şaşıyor gibiydi, Londra’nın merkezini kül eden Büyük Yangın’ın üzerinden altı ay geçmişti zira. Birinci Dünya Savaşı’ndan sonra, iki dünya savaşı arasındaki dönemin TSSB’si olan savaş sarsıntısının belirtilerinden birisi kâbuslardı.<sup>34</sup> Siperlerden döndükten sonra kimileri, yakınlarında patlayan bir bombayla diri diri toprağa gömüldüklerini görüyordu düşlerinde, ki bu her iki tarafın askerinin de yazgısı olan

ve pek azının kurtulabildiği bir durumdu. Savaş sarsıntısı tanısı 1915'te ilk kez literatüre girdi; patlamaların yarattığı basınçla bedende oluşmuş hasar için de kullanılıyordu, korkunun yol açtığı ruhsal bozukluk için de. İkinci tanı hastaların yararına olmuyordu, korkaklığın yanı başındaydı bu ve korkaklık da firarın yanı başında. Savaş sarsıntısı geçiren yüzlerce Britanyalı asker idam edilmişti, bugün TSSB tanısı alabilecek son asker 1918'de idam mangasının önüne konmuştu.

On dokuzuncu yüzyılın sonlarında “travma”, günümüzde “travmatolog” sözcüğündeki anlamında idi: bedensel bir yaralanma. *Ruh-sal* hasara “travma” denmesi ilkin bir metafor olarak başlamıştı, fakat şimdilerde birincil anlamı olmuştur ve bu dönüşümde Freud'un büyük payı vardır. 1980'den bu yana, travma sonrası stres bozukluğu psikiyatri rehberlerinde farklı farklı adlarla boy gösterir.<sup>35</sup> Nedenleri çok uzun yıllardır yalnızca savaşla sınırlı değildir. TSSB tanısı, yangın, trafik kazası, tecavüz, şiddete maruz kalma, soygun, deprem, tsunami ve benzeri ani hayati tehlike yaşatan durumlardan sonra konulabilmektedir. TSSB şikâyetleriyle tedaviye başvuran hastaların üçte ikisinde tekrarlayan kâbuslar da olmaktadır.<sup>36</sup> Bu kâbuslar hemen herkesin arada bir gördüğü ve gecenin ikinci yarısında ortaya çıkan olağan kâbuslardan farklıdır. Bu kısmen, yine uyku evresiyle açıklanabilir. Yalnızca uyandırmaları nedeniyle değil, öylesine korkunç olup da insanı aynı anksiyete düşünür bir daha görmemek için sabaha kadar uyutmamaları nedeniyle de kâbusların uykuyu bozucu bir etkisi vardır. Ciddi bir uyku eksikliğine yol açar bu. Ertesi gece önce REM uykusu telafi edilir, bu da kâbusların daha gecenin başında görülebilmesine sebep olur. Böylece derin uyku eksikliği de meydana gelir. Travmatik kâbuslar bu iki dünyanın en kötü iki yanını birleştirir: REM evresinin öyküleriyle en ince ayrıntısına kadar hatırlanmasını ve REM dışı evrenin ajitasyon ve huzursuzluğunu. Devamında bir kısırdöngü başlar. Uyku eksikliği gün içinde sorunlara yol açar: bitkinliğe, kaygılara, karamsarlığa, strese – aslında uykuyu bozabilen ve böylelikle kâbus görme ihtimalini tekrar artıran bütün faktörlere.

Pepys'i şaşkınlığa uğratan o altı ay, geçmek bilmez travmatik kâbusların yanında solda sıfır kalır. Centrum '45'te yapılmış ve çokça

atıfta bulunulan araştırmalarda, yarım yüzyıl öncesinde olmuş olayların yol açtığı kâbuslar vardır. Ciddi vakalarda, kâbus özgün travmanın en korkunç anında kesiliveren bir tekrardır. Geceler boyu hasta o zamanki korkunun, şaşkınlığın aynısıyla uyanır. Kâbusların işlevinin, korkunç deneyimin tekrar hatırlatılarak travmanın aşındırılması olduğu kuramı, tekrarlayan kâbuslar için işlemez – aşınan hiçbir şey olmaz, kâbus zamanla silinmez, bir yıl, on yıl, otuz yıl önce nasılsa öyle yakın hissedilir. Hatta kimi savaş anıları zamanın geçmesine karşı kürek çeker gibidir: Düş gören yaşlanınca, kırk-elli yaşlarındakinden daha iyi canlanır bu anılar zihninde. Bu genellikle kişinin yaşlandıkça ruhsal direncinin düşmesi veya çocuklarını yetiştirdikten sonra yahut yoğun bir iş hayatını geride bırakınca daha fazla kendi düşünceleriyle baş başa kalması gibi sosyal durumlara bağlanırsa da, anı tümseğinin de bunda payı olabilir.<sup>37</sup> Altmışlı ve yetmişli yaşlarını yaşayanların *tümünde* çocukluk ve gençlik yılları daha sık ve daha canlı olarak anımsanır; savaş anıları da bu döneme denk düşüyorsa, bunlar düşlere de girmeye başlayabilir.

Tekrarlayan kâbuslara karşı yapılabilecek bir şey var mıdır peki? TSSB’de görülen kâbuslarda başvuru alan psikoterapi ve farmasötik tedavilerin etkinliğinin genel bir değerlendirmesini yapmaya çalışan makalelerin çoğu biraz ceza keser gibi bir dil kullanır.<sup>38</sup> Çok az araştırma yapılmış olması değildir sorun. Kimi değerlendirme makaleleri yüzlerce çalışmayı ölçü alır. Ne ki yöntemsel eksiklikler nedeniyle, sonuçların değerini tahmin etmek genellikle zordur. Sonuçları olumlu olan çalışmalar daha kolay yayımlanır, bu da tanımlanan tedaviye değerinden fazla kıymet verilmesine yol açar. Sir William Osler’in elinde muhteşem bir araç olan plasebo etkisi, etki değerlendirme çalışmalarında baş ağrıtıcı bir komplikasyon yaratır. İlaçların karşılaştırılmasında plasebo kolaylıkla verilebilir, gelgelelim psikoterapide nasıl bir plasebo kullanılacaktır? Psikoterapide sahte tedavi ne olacaktır? Araştırmaların çoğunda, tedavi için bekleyenlerde durumun ne olduğu meselesi yer almaz. Belki de bir yıl sonra onlar da tedavi alanlar kadar sağlığına kavuşmuştur. Çalışmalarda sık sık, bekleyen *olmadığı*, hastaların hepsinin tedaviye alındığı yazılır. Bu son bahsedilen durum bile, TSSB araştırmacılarının birçoğunun kullandığı tedavi pratiğiyle yöntemsel idealler arasında bir sürtüşme ol-

duğunu gösterir. Pratikte sağaltıcının dürtüsü herkese yardım etmektir, hastaların yarısını tedavi edip yarısını etmemek değil; kaldı ki bekleyerek bilime daha büyük bir katkıda bulunabileceklerini söyleyip de insanları eve geri yollayamazlar. Maalesef bu da terapötik etki değerlendirmelerinin epey sınırlı kalması anlamına gelir.

Çok kullanılan tedavi tekniklerinden biri, hastadan tekrarlayan kâbusunu mümkün olduğunca ayrıntılı yazıp sonra da bunun son bölümünü daha hoş biten bir bölümle değiştirmesinin istenmesidir (*rescripting*). Kâbusun bundan böyle bu akışta devam etmesi umuyla, hastanın yeni versiyonu gün içinde birkaç defa zihninde canlandırması gerekir. Bu “hayali prova tedavisi”nin (*imagery rehearsal therapy*) sonuçları değişken, tedaviye sadakat pek fazla değildir. Başka tedavilerdeyse hastadan, kâbuslardaki görüntüleri gündüzleri de zihninde canlandırması istenir ve bunlar çoğunlukla gevşeme egzersizleriyle birleştirilir. Freud’u hatırlatan girişimlerdir bunlar: Sürekli maruz kalma travmayı aşındırmaya başlayacaktır. Üçüncü bir tekniği, 2005 yılında kâbuslar konusunda doktorasını veren psikolog Victor Spoormaker önerir.<sup>39</sup> Berraklık büyük ölçüde egzersizle öğrenilebilmektedir; kişi kâbus sırasında düş gördüğünü idrak edebilirse, öyküye daha az korkutan bir yön verebilir, hatta eziyet veren o sona yaklaşımadan önce uyanmayı başarabilir. Ama bu tedavinin etkinliğine dair henüz kesin bir çalışma yayımlanmış değil.

2000 yılında muhtemel bir farmakolojik çözüme dair ilk haberler geldi. Yaşı ilerlemiş Vietnam gazilerine, büyümüş prostat nedeniyle ortaya çıkan idrar yapma şikâyetleri için prazosin yazılıyordu. Yüksek tansiyona karşı uzun zamandır kullanımda olan bir ilaçtı bu. Beklenmedik bir yan etkisi, uykusuzluk ve kâbus görme gibi şikâyetleri de azaltmasıydı.<sup>40</sup> İlaç düş görme yetisini kaybettirmiyor, kâbusların yerini normal düşlere bırakmasına yol açıyordu. Kâbusların oluşması hakkındaki kuramlardan biri, beyindeki, adrenalinle benzer etkilere sahip olan noradrenalin reseptörlerinin aşırı duyarlı hale gelmesidir. Prazosin bu reseptörleri bloke ediyor ve böylece gece korkularını hafifletiyordu. ABD’de yaygın olarak hastalara yazılmaya başlamıştı. Şu sıralarda Centrum ‘45’te, TSSB’den mustarip mültecilerin kâbuslarına prazosinin etkisini araştıran bir çalışma yürütülüyor.

Prazosin Vietnam gazileri arasında, uğradıkları savaş travmalarına karşı “ucuz çare” (*cheap fix*) diye geçiyor ve ilaç internette değişik markalar altında bulunabiliyor. Silah altındaki askerlere de yazılabiliyor bu ilaç: KoşuŖlarda geceleri bağırtılar –gerek Afganistan’da gerekse başka bölgelerdeki askeri görevlerde olsun– hâlâ istenmeyen bir durum zira.

Kâbusların bu maddenin etkisiyle kaybolması veya şiddetinin azalması, elbette bu maddenin eksikliği nedeniyle ortaya çıktıkları anlamına gelmez, tıpkı baş ağrısını geçiren aspirinin, aspirin eksikliği nedeniyle ortaya çıkmadığı gibi. Ne ki bu, travmatik anılar, uykuda yeniden yaşamalar, uyku bozuklukları, anksiyete ve bitkinlikle seyreden ve kendi kendini güçlendiren bir örüntünün, döngüdeki tek bir dişli kullanılmaz hale getirilerek bozulabildiğini gösterir. Böylelikle, askerleri cepheye geri gönderebilmek veya orada tutabilmek için elde bir “ucuz çare”nin olması, savaş sarsıntısına bir tedavi bulmaya yönelik bir asır önceki çabalarla da bağlantılı bir sonuçtur.

# Işıkları Söndürebilir miyiz?

## Erotik Düşler Üzerine

OXFORD'DA PROFESÖR olan meşhur hekim Sir William Osler, düş günlüğüne dönemi için görülmemiş bir açık yüreklilikle erotik düşlerini de kaydetmiştir. 1910 Noelinden kısa bir süre önce düşüne iki kadın girer. “Ana kız yatak odamda, kim önce koynuma girecek diye neredeyse şirret kadınlar gibi kavga edeceklerdi. B. Franklin’in kuralına uyarak, yaşlı hanımdan yana kullandım tercihim. Kızı Bayan F. W. ağlaya ağlaya çıktı odadan. Annesiyle meşgul oldum ve heyecanlı dakikalar geçirdim.”<sup>1</sup> Benjamin Franklin vakti zamanında, eğer bir adamın genç bir sevgiliyle ve yaşlı bir sevgili arasında tercih yapması gerekirse, engin tecrübesi sebebiyle değil de daha fazla minnettar kalacağı için yaşlı olanı seçmesi gerektiği prensibini ifade etmiştir. Bencillikten uzak bu tavsiye, belli ki Osler’in memnuniyetiyle sonuçlanmıştır. Düşü sonunda boşalma da olmuş mudur, olmamış mıdır, notlarda belirtilmez. O zamanlar 61 yaşındadır, uykuda boşalmaların çok sık görülmediği bir yaştır bu. Boşalsa, hekim olduğundan ve dönemin tıp diliyle düş azmasına öyle dendiği için “ihtilam” sözcüğünü kullanırdı.

Erkekler, der klişe, gün boyu seks düşünür. Penisin uykudaki davranışlarını ölçü olarak alan biri, neredeyse bunun uyuyan erkekler için de geçerli olduğunu düşünecektir. Gece boyunca toplam iki saat kadar yarım ya da tam ereksiyon yaşarlar. REM uykusundan uyandırılan bir erkek, az evvel erotik düş görmüş ise, her zaman penisi erekte halde kalkar. Erotik düşlerle ereksiyon arasındaki ilişki basit ve açık gibidir.



Gibidir – zira erotik düşlerin ereksiyonla birlikte olduğu tespiti, daha en başta sıkıntılı bir soru doğurur: Hangisi daha öncedir – düş mü ereksiyon mu? En açık varsayım, düşün erotik bir hal alması sonrası düş görende ereksiyon olduğudur. Ne ki aksi de oluyor olabilir: Uyku esnasında ereksiyon oluşur, beyin bunu algılar ve akabinde buna uygun bir hikâyeye uydurur. İlk varsayımda ereksiyon sonuçtur, ikincisinde sebeptir. Bu iki varsayım arasında bir seçim yapmaya gerek yok. *Her ikisi de* yanlıştır.

Düş azması da görüldüğünden karmaşık gibidir, belki sadece uykudaki her boşalmanın erotik düşün sonucu –yahut sebebi– olmayışı yüzünden. Boşalma kimi zaman, düş dışında olan fizyolojik bir refleksin sonucudur. Gençler ergenlik uykularında muntazaman düş azması yaşar. İleri yaşlarda bunlar seyrekleşir, gelgelelim haksız yere yapılan bu adlandırma nedeniyle, uykuda her boşalmanın düşten kaynaklandığı düşünülür.

Kadınlarda ilişkiler daha da karmaşıktır. Uykuda orgazm kadında çocukken de başlayabilir ama genellikle aktif cinsel yaşama adım attıktan *sonra* olur. Delikanlılarda ise bu, seyrekleşmenin başlangıç noktasını oluşturur. Epey bir kadında ise orta yaş veya menopoz sonrasında başlar. Uykuda orgazm kimi zaman erotik düşle ilişki-liyse de kimi zaman da kendiliğinden olur. Kadında erotik düşlerin uyandırdığı değişiklikleri ölçmek, erkeklerdekinden daha zordur. Ereksiyonun kadındaki karşılığı olan, kabaran klitoris, vajina çepe-rinin artan kanlanması, her zaman cinsel uyarılışa işaret etmez; cinsel uyarılış var olsa dahi, bu öznel ve fizyolojik olarak her zaman ölçülemez. Erotik düşler ve uykuda orgazm üzerine yapılan anket-lerde kadınların verdikleri cevaplar, tarihsel ve kültürel açıdan, erkeklerinkine oranla çok daha fazla değişiklikler gösterir. Âdet dön-güsü ve hayat boyunca değişen hormon düzeyleri, neticede, erkek-lerde olmayan karışıklıkları da tabloya dahil eder.

Erotik düşler kadar, vücut, zihin ve kültürle ilgili böylesine karmaşık sorular ortaya çıkaran başka bir düş kategorisi yoktur. Geni-tal uyarılma, erotik düşlerin ne sebebi ne de sonucu ise, peki ne-dir aralarındaki ilişki? Aralarında bir ilişki *var mıdır*? Erotik düşler Freud'un düşündüğü gibi dilek doyurulması mıdır? Şayet öyleyse, erotik düşler de cinsel fantazilerle aynı tema ve motiflere mi sahip-

tir? Yoksa erotik düşlerde, cinsel fantazilerde bile ulaşlamayan ya-  
hut ulaşmaya cesaret edilemeyen, çok derinlerdeki dürtüler mi ifade  
bulur? Bu tip sorulara yönelik araştırmalara, açıkçası daha kapalı –  
ya da ihtiyatlı– dönemlerde başarı şansı daha da düşük olacağından,  
geç başlanmıştır. Erotik düşün bütünüyle bambaşka bir şekilde ya-  
şanışına tanık olmak için tarihsel açıdan çok gerilere gidilmesine  
gerek yoktur. Günümüzde çoğu insan erotik düşü hoş ve mutluluk  
verici olarak deneyimler. “Düş azması” tabiri uzun zamandır arzu-  
lanan bir muradı belirtir olmuştur. Fakat döneminin tıp dilindeki  
“ihtilam” – “düş azması”nın karşılığı olarak Fransızcada halen ko-  
runageldiği haliyle *pollution nocturne*– çok farklı bir algının olduğu  
bır tarihi geçmişi gözler önüne serer. İhtilamın her zaman çifte an-  
lamı olmuştur: cinsel birleşme dışında döl atımı ve kirlenme. Bu  
kombinasyon, antik Yunan’da henüz var olmayan ve günümüzde art-  
tık kaybolmuş, ne var ki yüzyıllarca insanlara korku telkin etmiş  
karma bir düş kategorisine uyar.

### Erotik Kâbuslar

Erotik düşlerle kâbuslar bugün iki farklı düş türüdür. Kâbusların bir  
araya getirildiği kapsamlı koleksiyonlarda tek bir erotik veya cinsel  
atfa rastlanmamıştır.<sup>2</sup> Sebebi de açıktır: Korku şehveti dışlar gibidir.  
Aynı şekilde erotik düşler de korku ile uyanmalara neden olmaz  
pek. Her iki düş türünden de insan nefes nefese uyanabilir, gelgele-  
lim hiç kimse bu ikisini tek bir türmüş gibi algılamaz.

Bu konuda, zaman olarak bize daha yakın olan ortaçağınkilerden  
ziyade, antikçağın düş yorumcularına benzeriz. Doğu Romalı hekim  
Galen, MS ikinci yüzyılda, erotik düşleri kişinin fiziksel durumunun  
basit bir sonucu olarak değerlendirirdi. Daha sonraları “Supap Ku-  
ramı” olarak adlandırılacak ifadesinde şöyle demişti: “Dölü dolup  
taşan erkek, kendini cinsel birleşme halinde hayal edecektir.”<sup>3</sup> Yu-  
nan düş tabirlerinde erotik düşler zenginliğe, mutluluğa, başarıya  
delaletti – yani seksten başka bir şeye, ama hâlâ hiçbir korku iması  
yoktu burada. Erotik düş görmek istemeyenler için de tavsiyeler ha-  
zırdı: akşam yemeğinin atlanması, yan yatma ya da daha sonra düşte  
iç gıcıklayıcı görsel anıların musallat olmaması için karanlıkta se-

vişmek. Diğer tüm konular içinse, erotik düşlerle kâbuslar arasındaki ilişkiye dair o dönemdeki görüşler ancak tahmin edilebilir. Yan gelip yatmış yaşlı bir çobanın uykusunun tasvir edildiği mermer bir rölyef parçası vardır.<sup>4</sup> Adamın erkeklik organı dimdiktir. Bacaklarını ayırmış, çobanın üstüne oturmaya hazırlanan bir kadın da görülür. Kanatlı ve çıplaktır, Yunan sembolizminde düşe işaret eder bu. Ama ne düşü görüyordur çoban? Dilek düşü müdür gördüğü? “İkindi iblisleri” mi ziyaretine gelmiştir? Kontrolünü kaybetmiş ya da baştan mı çıkarılmıştır? Burada erkeğin mi ihtirası tasvir edilmiştir, yoksa kadının mı? Yalnızca o parçacık vardır elimizde, açıklaması değil. Ne ki yorumu ne olursa olsun, ortamda korku ve mukavemetten eser yok gibidir.

“Erotik kâbus” Hristiyanlığın ilk dönemine ait bir buluştur demekle hiçbir sakınca yoktur. İsa’dan sonra dördüncü yüzyılda erotik düşler, kelimenin tam anlamıyla şeytanileştirilmiştir. Düşteki şehvet şeytanın hayat verdiği bir şeydi ve gerek düşte gerekse gündüzün buna şiddetle karşı konulmalıydı. Çileci ve manevi bir hayat sürmek amacıyla kenti terk ederek çöle giden ilk “münzevi”lerden Johannes Cassianus, lafı eveleyip gevelemeden erotik düşü kâbusa dahil etmiştir. İffetsizlik, iğfal ve şehvet, imtina ve safiyet idealine tehdit olduğundan, düşte bile olsa nefse hâkimiyet düsturundan şaşılmamalıydı. Ahlaki olarak, düşten onu gören kişi sorumluydu. Düşler, diye devam etmişti Cassianus, gündüz yaşanan hayatın uzantısıdır: Gündüzleri aklından edepsiz fikirler geçiren kişi, bunların düşüne girmesine de şaşırmamalıdır. İskenderiye piskoposu Timotheus, boşalması rüyasında bir kadını görmesi sonucunda olmuşsa, kişinin bir müddet komünyon ayinine gitmemesinde fayda olduğunu düşünüyordu. Ama bu şeytanın ayartmasıyla olmuşsa, aksine ayinlere gitmeliydi ki şeytan hakiki bir Hristiyanı ibadetinden alıkoymayı başaramamış olsun.<sup>5</sup> Bunlar kolay meseleler değildi.

Cassianus erkek bedeninin gerçeklerini tamamen gözardı etmiyordu. İki ayda bir uykuda boşalma “doğal” sayılırdı, senede üç kere ise yeğdi. Kendiliğinden olan, edepsiz görüntülerin yol açmadığı boşalma, maneviyattaki ilerlemenin bir işaretiydi. Düşe şehvetin sızması bile belirli bir ölçüye kadar affedilebilebilirdi, ancak kişi çok oyalanır yahut mukavemet göstermeksizin hikâyenin devamına

izin verirse, ciddi bir günaha girerdi. Münzevilerden üç yüzyıl sonra bunun gibi istisnalar, edepsiz düşler için farklı cezaların yolunu açmıştı: Rıza ile boşalma halinde, mukavemet göstermeye karşın boşalma durumundan daha çok ilahi okunması, daha fazla dua edilmesi gerekirdi.

Erotik düşlerle kâbusların çoktan birbirinden ayrı kategorilere konulduğu devirde dahi, Hristiyanlığın ilk dönemine ait nasihatlerin yankıları duyulabiliyordu. Viktorya dönemi hekimlerinden William Acton mastürbasyonun tehlikelerine karşı bir kampanya yürütmüştü. Her insana doğarken belirli miktarda bir cinsel enerji ve sperm verildiğine, mastürbasyonla bunun erkenden tüketilebileceğine inanıyordu. Dolayısıyla sağlık açısından, düş azmaları da mastürbasyon kadar tehlikeliydi. Cassianus'unkinden farklı bir temele dayanıyorsa da, uyarısı şaşılacak bir biçimde onunkiyle aynı içerikteydi: "Şahıs gündüzleri şehvi mevzularla vaktinin geçmesine izin vermişse, geceleri de zihninin şehvetli düşlerle dolduğunu fark edecektir."<sup>6</sup> "İhtilamdan mustarip olanlar" düş azmalarına karşı mücadelelerinde, önlerine penisin kalkmasını engelleyen bir alet bağlayabiliyordu. Daha başka aletler, kalkarsa penisin keskin demir uçlara değmesine neden oluyordu. *Algemeen Handelsblad* gazetesinde 1847'den itibaren düzenli olarak "Hümmert'in İhtilamdan Koruma Aleti"nin reklamları yer alacaktı. Aletin "insanı müthiş bitkinleştiren ihtilamları" çok kısa zamanda sonlandıracağı vaat ediliyordu.<sup>7</sup> On dokuzuncu yüzyılın sonlarına değin çıkacaktı bu reklamlar. Düş azmaları bir hastalıktı ve mustarip olanlar tedavi edilmeliydi.

Frederik van Eeden'in erotik kâbusları zaman olarak daha yakındır. "İhtilamlı kösnül düşler" dehşet veren tecrübelerdi. Her meydana geldiğinde Van Eeden için tekrar çetin bir sınavdan geçmek demekti bu. Çoğunda dişi iblisler oluyordu, bazen hayat kadınları kılığında, hep alt tabakadan. Özellikle de berraklıkla ("idrakle") birlikte olunca vicdanında bu derin bir yara açıyordu. 1901 Ekiminde şunları yazmıştı: "Dişi varlıklar beni baştan çıkardı, neticesinde ihtilam oldu. Lakin bunda tamamen masum olmadığımı hissettim. İdrakim tamdı, zaaf ettim, hissimce. Senelerdir olmamıştı bu. Hikmet sahibi bir adamın asla ihtilam olmaması gerektiğini şimdi çok iyi anlıyorum. İblislerle uykuda da mücadele edebilmeli."<sup>8</sup>

Üçüncü yüzyıl Mısır çöllerinden 1901 yılında Bussum'deki bir yatak odasına mesafe çok fazladır –ve Van Eeden'in erotik düşlerden nefretinin bambaşka bir arkaplanı vardı– gelgelelim Hristiyanlığın ilk dönemindeki, ahlaki olarak düştten o düşü gören kişi sorumludur fikrinin sürgünleri uzundu.

### L.'nin Ereksiyonları

Erkeklerin erotik düşlerinin deneysel araştırmaları 1965 yılında, mantıklı sayılabilecek bir başlangıçla açıldı: ereksiyonlarının gözlemlenmesi. Deneyler New York'taki Mount Sinai Hastanesi'nde yapılıyordu ama tetkiklere vesile olan araştırma okyanusun karşı yakasında, savaş öncesi Almanyasında gerçekleştirilmişti. 1936'da Tübingenli genç bir fizyolog, Paul Ohlmeyer, gönüllü bir deneği basit ama mahrem bir deney düzeneğinde tam on bir gece kalmaya ikna etmişti. L. adındaki deneğin penisine uyumadan önce, zaman kayıt makinesine bağlı elastik bir halka geçiriliyordu. Halka genişlediğinde elektrik akımı kesiliyordu. Ertesi sabah Ohlmeyer, L.'nin ereksiyonunun ne zaman ve ne kadar süreyle olduğunu dakika hassasiyetiyle okuyabiliyordu.

Uykuda ereksiyonların oluşup tekrar kayboluşu çok uzun zamandır biliniyordu. Ancak Ohlmeyer o güne değin hiç kimsenin aklına gelmeyen bir şeyi keşfetmişti: Ereksiyonlar kesin bir eşsürelilik gösteriyordu. Geceler boyunca bu süre L.'de ortalama 79,7 dakikada birdi. Bu inanılmaz şaşmazlık derhal yayımlanmayı hak ediyordu. Fakat Ohlmeyer yıllarca bekletti meseleyi. Hiçbir zaman bunun nedenini açıklamadı, tıpkı birisinin penisinin çevresini gece boyunca ölçme fikrinin nasıl olup da aklına geldiğini hiç söylemediği gibi. Daha da muammalı olan, yaşları yirmi ile kırk arasındaki çok sayıda denekle yeni bir dizi deneye niçin tam da 1943'te başladığıdır. Ohlmeyer'in ereksiyonun düzenli meydana gelişini bildirdiği makale, daha savaş sürerken “Uykudaki Periyodik Süreçler” gibi nezih bir başlıkla yayımlandı.<sup>9</sup>

Yeni deney dizisine L. yine dahil edilmişti. Ortalama süresi 87,4 dakikada bire çıkmakla birlikte, L.'nin ereksiyonları yedi yıl sonra

da aynı düzenliliği koruyordu. Beş denekte geceler boyunca yapılan ölçümlerin ortalaması 85,4 dakikaydı. Ortaya çıkış ve kayboluşlarındaki dakiklık yalnızca L.'ye özgü kişisel bir özellik değildi demek ki. Bir tür fizyolojik saatçe yönetiliyor gibiydi. Ereksiyonlar ortalama 25,3 dakika sürüyordu.

Temmuz 1944'te yeni bir dizi deney izledi bunu.<sup>10</sup> Döngü gündüz uykusu için de geçerliydi. Deneyler bir başka noktayı da aydınlığa kavuşturmuştu. Birçok erkek sabahleyin penisleri erekte halde uyanır, bunu da mesanelerinin dolu oluşuna bağlar. Gelgelelim deneylerde, erkeklerin gece uykularının azami dörtte birinde ereksiyon olmasına karşın, *bütün* uyku döngüsü sırasında ereksiyon halinde uyanma şanslarının yüzde 55'ten fazla olduğu görülmüştür. Erkeklerin ereksiyonla uykuları hafiflemektedir belli ki.

Tübingenli fizyologlar makalelerinde, keşfettikleri döngü ile koşut yürüyen başka fenomenlerin de olup olmadığını merak ettiklerini bildiriyordu. Yirmi yıl kadar sonra bunların gerçekten mevcut olduğu ortaya çıkacaktı. 1965'te Amerikalı fizyolog Charles Fisher uykudaki ereksiyon meselesini yeniden ele aldı. REM uykusu artık keşfedilmiş, Fisher ve meslektaşları "Alman araştırmacıların yayımladığı iki müphem makalede" okudukları ereksiyon döngüsünün REM uykusu ve düşlerle ilişkili olup olmadığını merak etmişlerdi.<sup>11</sup> Amerikalılar, Ohlmeyer'in isabetli araç ve yöntemlerine kıyasla el yordamıyla denebilecek bir yol izlediler. Elastik halka yerine, "fallopsetismograf" adını verdikleri kendi buluşlarını –genişlediğinde bağlı bulunduğu borudaki su seviyesini yükselten, suyla dolu bir halka– kullandılar. Denekler için bu, içlerinden birinin ifade siyle, erkeklik organını halka çöreğine sokmaya benziyordu. Ereksiyonda ısı biraz yükseldiğinden, ardından bir süre penisin ısısı ölçülüyordu. Fakat en iyi sonucu deneklerinden çıplak olarak şeffaf naylon altında uyumalarını istedikten sonra elde ettiler. Araştırmanın sorumlusu düzenli aralıklarla gelip bakıyor ve ereksiyonu dört puanlık bir skalada değerlendiriyordu. Çıplak yatmanın başta deneklerde biraz tedirginlik yaratmış olduğunu kabul eden araştırmacılar, durumu mümkün olduğunca cinsellikten uzak tutabilmek için olaya "hekimvari" yaklaşmaya çalışmışlardı.

On yedi kişilik denek grubu yirmi ila otuz yaşındaydı. Uyku bo-

yunca EEG ve göz hareketi kayıtları da yapılmıştı. Elde edilen veriler kuşkuyla yer bırakmayacak nitelikteydi. REM evresinde deneklerin yüzde 95'inde yarım ya da tam ereksiyon oluyordu. REM evresinden birkaç dakika önce başlayan ereksiyon, beş dakikada tepe noktasına ulaşır REM uykusunun bitiminden ancak on dakika sonra kayboluyordu. REM evresi dışında ereksiyon görülüyordu. Ohl-meyer'in de ortaya koymuş olduğu üzere, gündüz uykusunda da aynı örüntü tekrarlıyordu. Sabah ereksiyonunun dolu mesaneyle hiçbir ilişkisinin olmadığı da teyit edilmişti. Son REM evresi hem en uzun hem de mesanenin en dolu olduğu zaman dilimidir. Sabah ereksiyonunun en güçlüsü olduğu doğrudur; birçok dilde de bu ortak bir terimle ifade buluyordu (*Morgenlatte, morning wood*, "sabah sırtığı").

Yaşasa Galen'i de, "supap kuramı"nın diğer savunucularını da fevkalade şaşırtacak olan şeyse, uyku laboratuvarına gelmeden önceki bir cinsel faaliyetin döngüye hiçbir etkisinin olmayışındı. Deneklerden biri deneyden beş saat önce cinsel birleşmede bulunduğu halde o geceki ereksiyon döngüsü olağan bir şekilde devam etmişti. Uzun süre cinsel faaliyette bulunmamış olmanın da aynı şekilde hiçbir etkisi yoktu. Başka bir deneyde on gün boyunca seksten uzak durmuş genç erkekler, on birinci geceyi laboratuvarında geçirmişti.<sup>12</sup> Ardından kendilerinden eve dönüp cinsel oruçlarını açmaları ve ertesi gece ikinci ölçümler için yeniden gelmeleri istenmişti. Cinsel birleşme sonrası döndükleri ikinci geceki ölçümlerine oranla ilk gecede daha az ereksiyonun görüldüğü ortaya çıkmıştı.

1965'te REM evresi hâlâ düş evresi sayılıyordu, dolayısıyla ereksiyonların dakik eşzamanlılığının düşün içeriğiyle alakalı olup olmadığı sorusu akla yatkın bir soruydu. Makale burada biraz karma bir yapı gösterir. Fisher köken olarak bir nörofizyologdu, ancak psikiyatr ve psikanalist unvanına da sahipti. Deneyde deneklerin anlattığı düşlerini kaydetmişse de, bunu sistematik yapmamış, olanları da yarım yamalak bir psikanalitik yorumla vermişti. Birçok nedenden ötürü, ereksiyonu erotik düşlerle ilişkilendirmeyi pek inandırıcı bulmuyordu. Örneğin sabah ereksiyonunun görece sık bir şekilde düşlerle bağlantılı olduğu görülüyordu, fakat nadiren erotik düşlerleydi bu. Yirmi yedi gece süren deney boyunca yalnızca bir kere bo-

şalma gözlemlenmişti. Bu da REM evresinde olmuştu. Denek o düşte bir kızın elini tutmuştu. Biraz üstü kapalı gözlemler de vardı. Örneğin bir denneğin düşü ensest sayılacak bir yöne sapar gibi olunca ereksiyonu sonlanıvermişti. Yine düşünde bir köpekbalığının saldırısına uğrayan adamın –iğdişlik düşüydü kuşkusuz– penisi aniden sönuvermişti. Ne var ki ereksiyonların büyük bir bölümünde cinsel arzu hiçbir rol oynamıyordu.

Bir sonraki mantıklı adım olarak “Durum kadınlarda nasıldır?” sorusunun araştırılması için biraz zamanı gerekiyordu. Kadınlardaki araştırma başka bir yöntemle, araçlara ve belki de başka zamanlara gerek duyuyordu. Şeffaf naylonun altında uyumanın, kadın denekleri bunu kabul etmiş olsalar dahi bir yararı olmazdı: Cinsel uyarılmanın fizyolojik işaretleri dıştan gözlenemiyordu. Klitorisın kabarması makbul bir ölçü olurdu, gelgelelim uyarılmamış bir klitoris elastik bir halka geçirilemeyecek denli küçüktü. Cinsel devrim sırasında ve yetmişli yıllarda kadın uyarılmasının fizyolojisine yönelik araştırmalarda, vajina çeperinin kanlanmasıdaki artışı ölçmeye yarayan aletler geliştirildi. Böylelikle –günümüzde dahi– ereksiyonun kadındaki eşdeğeri sayılan bir durum hakkında nicel fikir sağlayabilen bir teknik bulunmuş oldu. Bunun da öncülüğünü yorulmak nedir bilmez Fisher yapmıştı.<sup>13</sup>

1983’te birkaç gece kalmak üzere laboratuvarına gelen on kadın sensörleri kendileri yerleştirmişti. Kanlanmanın arttığı dönemleri alet grafik kâğıdına düzgünce işliyordu. Sensör vajinalarındayken mastürbasyon yapmayı kabul eden dört kadın sayesinde aygıt kalibre edilmişti. Bir orgazm 45 mm’lik bir tepe çizdirmişti. Ardından deney gecelerine geçildi. Fisher REM uykusu dönemlerinin yüzde 95’inde hızla kanlanmanın arttığını saptadı. İbre tıpkı orgazmda olduğu üzere tepe noktasına çıkıyordu.

Bu yüzde 95, erkeklerde REM uykusunda görülen ereksiyonların yüzdesiyle tamı tamına aynıydı. Örtüşme o kadarla sınırlıydı yalnız. Ereksiyonların REM uykusu başlamadan hemen önce belirip, bitiminden sonra bir süre daha devam etmesi sayesinde erkekler geceyi iki saate yakın bu halde geçiriyordu. Kadınlarda REM uykusu sırasında artan kanlanma dönemleri daha kısa, sekiz dakika kadardı ve bir gecede toplam yarım saatlik bir süre civarındaydı. Erkeklerde



ereksiyonlar yalnızca REM uykusunda gerçekleşirken, kadınlarda REM dışı uyku dönemlerinin üçte ikisinde artmış kanlanma görülüyordu. Bunlar da sayılacak olursa, kadınlar da yaklaşık iki saatlik bir süreyi fizyolojik anlamda uyarılmış olarak geçirmekteydi. Bu REM dışı uyku dönemlerinden, erotik düşler şöyle dursun, neredeyse hiç düş elde edilemiyordu. Kadınlarda da erotik düşlere en fazla, REM uykusunun o sekiz dakikalık aralığında uyandırıldıklarında rastlanıyordu.

L.'nin ereksiyonlarından yetmiş beş yıl sonra, REM uykusu, genital uyarılma ve erotik düş üçgeninde yapılan onca ustalıkla araştırmanın kafa karışıklığını yalnızca daha da artırdığı saptamasını yapmak gerekir. Fisher daha 1965'te, ereksiyonların erotik düşlerle ilişkisi hakkındaki kuşkularında haklı çıkmıştır. Yapılan pek çok laboratuvar araştırmasında, REM uykusu esnasındaki on düştan azami bir tane-sinde erotizm veya seksle ilgili bir şeyin olduğu görülmüştür. Erkekler ereksiyon halindeyken düşlerinde, pullar, toplantılar, sınavlar ve daha neler neler görürler, ama nadiren seks söz konusudur. Erotik düş görülen tek bir sefer nedeniyle, düşü ereksiyonun sebebi saymak mantıklı değildir. Her ereksiyon bu şekilde erotik düşle bağlanacak olsa, geriye kalan dokuz ereksiyona sebep bulunamaz. Görünen o ki, erkekler aslında çok az seks düşü görür. Bu da erotik düşle açıklanamayacak kadar çok sayıda ereksiyon anlamına gelir.

Kadınlarda bu ilişki daha da olumsuzdur. Fizyolojik uyarılma kadında, erkeklerde olduğu gibi erotik olmayan düşlerde de ortaya çıkar; hatta erotiklik şöyle dursun, hiç düş elde edilmeyen bir uyku evresinde de bu olabilir. Fisher, genital uyarılma ile düşlerin her ikisinin de REM uykusuna yol açan fizyolojik süreçle bağlantılı olduğu, ama birbirlerine bağımlı olmadıkları konusunda ısrar ediyordu. REM uykusunun ciddi anlamda bozulduğu, düşlerin büyük oranda görülmez olduğu durumda dahi ereksiyon döngüsünün devam ettiği artık biliniyor.<sup>14</sup> Dikkate değer bir sonuç çıkıyor buradan: Düş, genital uyarılmanın seksle ilişkisinin *olmadığı* tek yer gibi görünüyor.

## Hayaller

Freud 1939 güzünde öldü. O vakitler Ohlmeyer, L.'nin ereksiyonlarını keşfetmiş ama henüz yayımlamamıştı. İnsan, Freud yaşasa, Ohlmeyer'in—ve daha sonra REM uykusuyla bağlantısını ortaya koyan Fisher'ın—bulguları hakkında ne düşünürdü diye kendine sormadan edemiyor. *Gecede iki saat ereksiyon*, tam da düş görülen evrede—ne anlama geliyor olabilirdi bu? On düştten dokuzunda cinsel herhangi bir tema olmamasına karşın ereksiyon olması, Freud açısından bir sorun teşkil etmez, daha ziyade *bütün* düşlerin bir dilek doyurma olduğunu savunan kuramının teyidine yarardı. On ereksiyona yol açan, seksle ilgili on gizli düş vardı ve bu düşlerden tek bir tanesi görünür düşe yol bulmuştu—ki o da seksle ilgiliydi. Öteki düşlerde, anlaşılan, düş çalışması cinsel dürtüyü örtmeyi öylesine iyi başarmıştı ki görünür düş sanki başka bir şeye dairmiş gibi görülmüştü. Vücut en iyisini bilirdi.

Belki Freud bu düşüncüyü de derhal reddederdi. Düşlerin tam 85 dakikada bir görülmesi ne derecede mümkündü? Girdaplı, çalkantılı id'den fizyolojik saat gibi bir şaşmazlık beklenebilir miydi? Freud yaşamı boyunca kuramına nöroloji veya fizyolojiden getirilen “kanıtlar”ı kabule karşı çekimser kaldı; muhtemelen, uyku laboratuvarından gelen bu bulgulara da aynı derecede mesafeli yaklaşırdı.

Erotik düşlerin dilek doyurma olduğuna dair işaretler *var mıdır* peki? Gündüzün pek de bilincinde olmadığımız cinsel özlemlerimizi ifade ettiklerine dair? Gerçeklik cinsel itkilerinizi takibe bir sınır çektiğinde, ilerlemeyi yine de sürdürüyor mudur acaba düşler? Bu sorular doğal olarak, id'e giden daha az “kral” bir ikinci yola da işaret eder.

İster gelip geçici hayaller olsun, ister mastürbasyon fantazileri, cinsel fantaziler imgelemin sürtüşmesiz dünyasında canlanır. Pratik sınırlamalara tabi değildir. Asla uygun fırsatın beklenmesi gerekmez; müsaitlik, red, gerçekleştirilebilirlik yahut ahlak yasaları gibi konularda tasa edilmez. Hatta hayal gücünden kaynaklandığı için, cinsel arzu hakkında, rakamlara dayanan veya rapor edilen cinsel davranıştan daha gerçekçi bir tablo ortaya koyar.<sup>15</sup> Bu da erotik düş-

lerin özelliklerini cinsel fantazilerinkinin yanına koymayı cazip kılar. İnsanlar fantazilerinde en çok yapmak istediklerini mi düşlerinde görür, yoksa düşlerin kendine ait ayrı bir repertuarı mı vardır? Düşte insanı heyecanlandıran her şey fantazide de aynı heyecanı mı uyandırır? Seks fantazilerinde kadınlarla erkekler arasında görülen farklılıklar aynı mı çıkar erotik düşlerde?

Seks fantazileri çok mahrem, bireysel ve paylaşılmazdır. İnsan bunları en yakınlarına bile nadiren anlatır. Dostlarla gece muhabbetleri, fantazilerdeki arzulara kaydığında –"Ya sen kiminle...?"– hemen herkesin, asıl fantazisiyle nadiren uyuşan hazırda bir öyküsü vardır. Gelgelelim bu fantaziler ne denli kişisel olursa olsun, kategorilere ayrıldıklarında, herkesin bir anda bir gruba dahil oluverdiği görülür. Bir fantaziye tek kuran kişi olmak çok nadirdir. Ve bu hiçbir yerde, kişinin kendi fantazilerini değil de, o fantazilerin ait olduğu belli kategorilerdeki klipleri izleyebildiği porno sitelerindeki kadar bariz değildir. Bu kategoriler de, cinsel tercih, yaş, yer, senaryo, cinsel partner sayısı ve mönüdeki daha onlarca seçenek gibi değişkenlere uygun olarak, faaliyetin kendisi ve hangi genital bölgelerin dahil olacağı da unutulmadan bir çırpıda hazırlanır. Arama sayfalarından bağlantılarla geçilen ufacık ufacık odacıklarda dahi ilgili bir kalabalık mevcuttur. Belirtim listeleri kullanılarak anonim temelde hazırlanmış araştırma anketlerinde de, son bölümdeki ucu açık soruların geniş cevap boşluklarına nadiren listede adı geçmemiş bir fantazi yazıldığı olur. Diyelim ayrıksı fantazinizde belirli kişiler var, örneğin bir ana-kızla seks fantazisi kuruyorsunuz, orada yalnızca Profesör Osler'la değil daha birçok insanla ortak yönünüzün olduğunu görürsünüz.

Farklılıkların hiçbir yerde mutlak olmadığı ve bireyleri değil grupları ortaya koyduğu notunu da düşerek, tema, sıklık ve ortam açısından, seks fantazilerine dair araştırmaların geleneksel olarak cinsiyet çerçevesinde bölündüğünü söyleyebiliriz.<sup>16</sup> Hemen hemen herkes bir şekilde seks fantazisi kurmuş olduğunu belirtir, ama erkekler, kısmen kadınlara oranla daha fazla mastürbasyon yapmaları nedeniyle, onlardan daha sık kurarlar. Daha erken yaşta başlar ve daha uzun süre devam ederler buna. Erkeklerin mastürbasyon fantazileri kadınlarınkinden daha kısadır, çabucak sadede gelirler, ay-

rica kadınlara oranla daha sık olarak –kimi zaman öyle başladığı, kimi zaman da yarı yerde başka bir fantaziye geçildiği için– çok partnerlidir bu fantaziler. Kadınlarda giriş kısmına –bakışmalara, ateşli bir hal alan konuşmalara, ayartma oyunlarına– daha geniş yer ayrılır. Seks, kadının geçmişte veya şimdi tanıdığı kişilerle genellikle. Seksle ilgili fantazilerde nadiren kişinin kendi eşi yer alır, o hayal diyarında aldatma kuraldır – erkeklerde yüzde 98, kadınlarda yüzde 80 oranında böyledir bu.<sup>17</sup>

Hem erkekler hem kadınlar seks *sırasında* da fantazi kurar ve bu genellikle başka partnerlerle seks olduğundan ışığı söndürmeyi tercih ederler. Erkeklerde bu fantaziler bir ilişkiye başladıktan hemen sonraki dönemde ortaya çıkarken, kadınlarda daha ileri dönemde olur bu. Hem erkeklerin hem kadınların dörtte biri bundan suçluluk duyar. Erkekler fantazilerini çoğunlukla görsel deneyimler olarak tanımlar; görüntüler somut, ayrıntılı, açık seçiktir ve kadınların fantazilerine oranla daha fazla cinsel organ içerir. Kadınlarda başka duyulara da geniş yer ayrılır: koku gibi, ses gibi. Erkekler fantazilerinde aktiftir, bir şeyler yaparlar, kadınlarsa partnerlerinin ellerine bırakırler kendini.

Kadınlar cinsel yönelimleri açısından fantazilerinde erkeklerden daha açıktır. Heteroseksüel kadınların dörtte biri ara sıra kadınlarla ilgili seks fantazileri kurarken, hemcinsleriyle ilgili seks fantazisi kuran hetero erkeklerin oranı yüzde onu bile bulmaz.

1974'te ilk kez, birçok kadının şiddet uygulanarak kendilerine sahip olunması fantazisini kurdukları rapor edilmişti.<sup>18</sup> Bu sonuçlar tekrar araştırmalarıyla defalarca teyit edildi. En favori beş fantazinin kesin sırası değişse de, “tecavüz fantazisi” listeden asla inmez.<sup>19</sup> Kadınların bunu gerçekte hiç yaşamamayı ümit etmeleri de aynı derecede kesindir. Zorla seks zevki hayalle sınırlı kalır. Yetmişli yılların feminist literatüründe tecavüz fantazileri, gerçek istismar kalıntıları olarak yorumlanırdı. Özellikle çocukluklarında sekse zorlanmış kadınlarda görülüyordu. Başka bir çizgi de, bu fantazilerin toplumdaki erkek egemenliği ve kadın teslimiyeti örüntülerinin, kadınların da “içlerine” nasıl yerleşebildiğini kanıtladığıydı. Ne ki, bu açıklamaların ikisi de taraftar bulamadı: Geçmişinde cinsel istismara uğramamış ama bunu en büyük fantazisi olarak dile getiren çok kadın

vardı ve son derece bağımsız ruhlu kadınlar gene de muntazaman zorla seks fantazisi kuruyordu.

Yakın dönemdeki bir yorum, zorlanmanın suç duygusunu azalttığıdır. Boyun eğmek zorundasınızdır, zor kullanılıyordur, bu da enište, eşinizin mesai arkadaşı, hiç tanımadığınız kişiler gibi, “ya-sak” partnerlerle seks fantazisinin önünü açar. Bir başka yorumsa, zor içeren fantazinin aslında kişinin kendi çekiciliğine ilişkin bir fantazi olduğudur. O derece cazibeli ve tahrik edicisinizdir ki, karşınızdakinin kendine hâkim olamayışında şaşılacak bir durum yoktur. Adam ya da –lezbiyen fantazilerinde– kadın, hayır cevabınızla yetinmez ve karşı koymanıza aldırılmaz. Her iki yorum da, aşağıdaki (kısaltılmış) fantazideki gibi, birbirini dışlamaz:

O arkadaşım uğruyor, içeri girer girmez de duvara dayıyor beni, iki elim başımın üzerinde kenetli halde, ateşli ateşli beni öpmeye koyuluyor. (Fantazimdeki oğlan şimdiki sevgilim, ama bu hayali ben ikimiz de başkalarıyla çıkarken kurmuştum.) Başka zamanlardaki şefkat ve incelikten eser yok üzerinde, adeta susamışçasına öpüyor beni. Durmasını söylüyorum, yaptığının yanlış olduğunu da. Umurunda olmadığını, kaybedecek bir dakikanın bile olmadığını söylüyor. Dilini ağzıma sokuyor. Çok çekici olduğumu, benim de kendisini arzuladığımı bildiğini, bunu da yalnız kaldığımız anlarda ona bakışlarımdan, ona dokunuşlarımdan anladığını söylüyor. İkimiz de çıplağız, tüm vücudumu öpüyor. Her an birinin gelip bizi yakalayabileceğini söylüyor, yalvarıyorum durması için. Sıkıca kavırıyor bedenimi, duvara dayalı haldeyken içime giriyor. Önce canım yanıyor biraz, ama daha sonra öyle zevk almaya başlıyorum ki... İşimiz bitince ayrılıyor evden, çıktığım çocuğun az sonra eve geleceğini biliyor çünkü. Vücudumun ne kadar şahane olduğunu, kendisini benim kadar çıldırtan başka hiçbir kadının olmadığını, yanımda olabilmek için her şeyi feda ettiğini söylüyor. Zevk ile suçluluk duygusu arasında parçalanıyor dünyam.<sup>20</sup>

İki Amerikan üniversitesinde, seks fantazilerini yazan 355 kız öğrencinin günlükleri incelendiğinde tecavüz fantazilerinin tüm fantazilerin dörtte birini oluşturduğu, gelgelelim gerçek tecavüzlerde var olan öğelerden çoğunun bu fantazilerde yer almadığı görülmüştür.<sup>21</sup> Fantazideki şiddet itişip kakışma ile sınırlı kalırken, ne tekme ve tokat, ne gırtlığın sıkılması, ne üst başın parçalanması, ne de saldırganın silahla tehdit etmesi gibi durumlar söz konusudur. Zorlanılan seks anal olmamış, saldırgan hemen hemen hiç oral sek-

se zorlamamış, aşağılanma, kirletilme gibi bir his doğmamıştır. Fantazilerinde kadınlar kendilerini “cinsel açıdan arzulanan, ama cinsel açıdan incinmeyen” biri olarak hissetmek isterler.<sup>22</sup> Kırk yıl boyunca bunun adının tecavüz fantazisi olarak anılmaya devam etmesinin nedeni, tecavüzün tanımının aynı süre zarfında sürekli genişlemesidir.

## Erotik Düşler

Freud’a göre seks fantazileri pek de esrarengiz bir şey değildi: Bunlar gerçek seksten yoksun kalındığında ortaya çıkardı ve telafi edici bir işlevi vardı. Kimi yazarlarsa, aksine, sık ve değişken seks fantazilerinin çoğunlukla beraberinde doyumlu ve tekdüzelikten uzak bir cinsel yaşamı getirdiği gerekçesiyle buna karşı çıkmıştır.<sup>23</sup> Aktif bir cinsel yaşamı olanlar, bunun yanı sıra olağan bir şekilde fantazi kurarlar. Ne ki çok kolaycı bir düşüncedir bu. Yalnızca seks fantazilerinin neredeyse hep insanın kendi eşinden başkasıyla olmasının bile onları daha derin düşünmeye sevk etmesi gerekirdi. Belki de telafi edilen bir şey vardır gerçekten: “Gerçek seks” fantazideki partnerle değildir neticede. İşte bu, erotik düşlerin fantazilerle ortak olan bir yanıdır: Nadiren kişinin kendi eşiyle ilgilidir.

Erotik düşlere ilişkin araştırmalara dayanılarak söylenecek başka her şey, doğrudan fizyolojik ve psikolojik bir labirentin içine sürükler bizi.

Fisher 1965’te erkeklerde, 1983’te ise kadınlarda, düş erotik karakterde bile olsa, cinsel uyarılmanın düşlerin içeriğiyle bir ilgisinin olmadığını saptamıştır. Daha fenası, uykuda boşalmanın da her daim erotik düşlerle bir ilgisi, hatta genel olarak düşlerle bir ilgisi yoktur. “Düş azmaları” otomatikman sekse dair değildir ve hep de düş eşlik etmez bunlara.

Boşalmaların her zaman düştaki bir orgazmıla bağlantılı olmadığı ve düştaki bir orgazmın bilakis her daim boşalmaya yol açmadığı, Macar psikanalist Sándor Félenczi tarafından daha 1916’da belirtilmişti.<sup>24</sup> Félenczi, cinsel bir yanı olmadığı halde ihtilama yol açmış bir düşü, bastırmanın belli ki son âna dek düşü büsbütün masummuş gibi maskeleyi başarmış olduğuna bir kanıt olarak yorumlamıştı.

Böyle hastalar gelmişti kendisine ve bunlarda ihtilamdan sorumlu asıl cinsel içeriğin izini sürmek her seferinde gayet kolay olmuştu. Erotik düş, orgazm ve boşalma arasındaki ilişkilerin, basitçe eşit tutulmadan çok daha karmaşık olduğunu ortaya koyan bu erken tespit, tıpkı uçma düşlerinin genital uyarılmayla birlikte seyrettiği bulgusunda olduğu üzere, maalesef yine psikanalitik yorumlar yüzünden gözden yitirilmiştir. Bir kuşak sonra, Alfred Kinsey uykudaki orgazmları çok farklı bir cinsel yaklaşımla tekrar ele aldığı anda, Férenczi'nin çalışması çoktan ilgi merkezi dışına itilmişti.

Altı bine yakın kadının araştırılmasına dayalı, kadında cinselliğe dair 1953 tarihli o ünlü raporunda Kinsey, orta yaştaki her üç kadından birinin uyku esnasında arada bir orgazm yaşadığını bildiriyordu.<sup>25</sup> Bu uykudaki orgazmın, ilk cinsel birleşmeden önce ancak yirmi kadından birinde olduğunu da rapor etmişti. Kadınların aktif cinsel hayatı başladıktan, eşiyle ya da mastürbasyonla, uyku dışında bir orgazmı deneyimledikten sonra çıkıyordu bunlar ancak. Delikanlılardaki düş azmalarından çok farklı bir tablodur bu: Onların dörtte bir kadarı hayatta ilk boşalmayı düş azmasında yaşar. Ergenlikten sonra erkeklerde uykuda boşalmalar nadirleşirken, kadınlar yaştan bağımsız olarak, yılda dört-beş kez bunu yaşamaya devam ederler. Bir diğer fark da, erkeklerin düş azması esnasındaki boşalmaya rağmen uyumayı sürdürmeleri ve ancak sabah uyandıklarında bunu fark etmeleri, kadınlarınsa hemen hemen hep, başlayan orgazmı uyanıp sonunu kendilerine gelmiş bir haldeyken yaşamalarıdır.

Cinsel deneyim araştırmalarının sonuçları zaman içinde yoğun değişiklikler gösterir. 1953'te Kinsey'ye göre, yirmi yaşındaki kadınların yalnızca yüzde sekizinin uykuda orgazm deneyimi vardı. Daha sonraki araştırmalarda oran hızla yükseldi. Amerikalı kız öğrencilerle 1976'da yapılan bir araştırmada bu oran yüzde 22 bulunmuştur.<sup>26</sup> 1986'da, yine kız öğrencilerde, yüzde 37 idi.<sup>27</sup> Uykuda orgazm sıklığı ise neredeyse aynı kalıyordu hep. On yedi yaş civarında başlıyordu, delikanlılarda uykuda boşalma yaşından biraz daha sonra. Uykuda orgazmlar, kadınlarda özel cinsel deneyimlere ya da cinsel yönden ne derecede aktif olduklarına değil, pozitif anlamda, kendi cinsel yaşamlarından duydukları memnuniyete ve seks konusundaki rahat tutumlarına bağlı gibiydi.<sup>28</sup>

Kinsey'nin bir başka yüzdesiyse o günden bugüne dramatik olarak azalmıştır. Kadınların yüzde 99'unun uykudaki orgazmına erotik düşlerin eşlik ettiğini bildirmişti Kinsey. Diğerlerinin de muhtemelen düşünüyordukunu düşünüyordu. Bu yüzdelere bir daha hiç bulunamadı. Seksolog Franceen King doktora tezini uykuda kadın orgazmı üzerine yazmış ve kendi internet sitesinde (franceenking.com) bir anket yayımlamıştır.<sup>29</sup> Çoğu uykusunda böyle bir boşalma yaşamış ve internette bu konuda bilgi arayan kadınlar tarafından doldurulmuştur bu anket. Geneli temsildeki eksiklik nedeniyle kesin yargılarda bulunmadan yorumlanması gerekir bu sonuçların. Kadınların yüzde 90'ı yaşadıkları orgazmın seksle ilgili bir düşünceyi takip ettiğini bildirmişse de, yüzde 36 kadarı, erotik bir yanı olmayan düşlerden sonra da orgazm olmuştu. Bir tanesi düşünde telefon kulübesinde telefon ederken orgazmın başladığını yazmıştı. Başlayan orgazmı uyandıklarında, *tek bir düş bile* hatırlayamamıştı kadınların yarısı. Orgazmın düşlerde, hatta aynı kadında –erotik düş sonrası, erotik olmayan düş sonrası ve düş görmeden– çok çeşitli durumlarda olabilmesi nedeniyle, kesin yüzdelere pek önemi kalmamıştır. Seks düşü görmek orgazm için bir gereklilik değildir belli ki. Düş azmasının yaşanması için kadınlarda düş bile olması gerekmez.

İçerik analizleri, erotik düşlerin birçok yönden seks fantazilerinden daha çeşitli bir repertuvara sahip olduğunu göstermiştir. Çoğu kişinin gözde bir fantazisi veya dönüşümlü bir avuç fantazisi vardır. Tüm hayatları boyunca aynı kalmaz bunlar, gerçek cinsel deneyimleriyle ilişkili olarak değişir. Ne ki genellikle uzun bir süre sabittir senaryosu, aynı kişiler ve aynı eylemler vardır. Erotik düşlerde bu tekrar olmaz. Düş gören, önceden kestirmesi imkânsız durumların, hiç beklemediği kişilerin arasına düşer. Erotik düşlere, düş görenin asla fantazisini kurmak istemeyeceği kişiler girebilir.

Düşlerde sınırlar da kişinin kendi cinsel yöneliminden farklı bir biçim alabilir. Fantazilerde heteroseksüel kadınların hemcinsleriyle, heteroseksüel erkeklere oranla iki-üç kat daha fazla cinsel ilişkiye girdiği olur. Erotik düşlerde ise erkekler kadınlara benzer: Fantazilerindekinden daha sık –ve çoğun bu onları ırkiltse de– bir erkekle sevişirler. Görülen düşteki seksin heyecanı ve zevki kişiyi derin bir şaşkınlığa uğratabilir. Erotik düşlere ilişkin monografisinde Dela-



ney, düştten sonraki, kimi de düşün içindeki bu karmaşık duygulardan örnekler verir. Genç bir kadın şöyle demiştir: “Düşümde yaşlı bir kadınla sevişiyordum. Bir suçluluk hissediyor, utanıyordum.” Bir kız öğrenci ise: “İlk erkek arkadaşım ile alt alta üst üste, ateşli bir şekilde sevişiyorduk, derken birden, o dönemlerde bana ilgi duyan lezbiyen bir arkadaşım dönuşüverdi. Afalladım ama bu dönuşüm az çok merakımı çekti, heyecanımı da artırmıştı.”<sup>30</sup> Bir tedavi kliniği olan Delaney’nin kendi tecrübesine göre, hemen her kadın böyle bir düş görüyordu ve lezbiyen hastaları da aynı derecede rahatsız oluyordu, bir erkekle seks yaptıklarını gördükleri hoş düşlerden sonra. Eski eşlerin de fantazilerdekinden daha sık olarak düşlere girme eğilimi vardı, arkalarında aynı duygu karmaşasını bırakarak. Eski eşlerle ilgili düşler anılardan dokunuyordu, neticede sabık aşklar insanın hayatından silinebilse de hafızadan silinmiyordu.

Fantaziyle düş arasındaki belirgin bir fark, düşte daha sık olarak enest sayılacak partnerlerin görülmesidir.<sup>31</sup> Delikanlılar ve yetişkin erkekler anneleriyle, ablalarıyla, teyzeleriyle, halalarıyla; kadınlar da babalarıyla, amcalarıyla, dayılarıyla, erkek kardeşleriyle erotik durumların içinde bulurlar kendilerini. Bunun düşlerde olup da fantazilerde nadir görülmesinin sebebi reel bir farklılığa dayanabileceği gibi, enest fantazilerinin, belki düşte fantaziden daha az hissedilen utanç nedeniyle daha az bildirilmesi de olabilir. Öğrenciler arasında yapılan bir araştırmada düşünde enest ilişki gören delikanlıların esasen, düşlerinde aile dışından birileriyle seks yapan delikanlılara göre, cinsel tercihler ve özellikler açısından fark göstermedikleri bulunmuştur. Örneğin internette daha fazla ve sık porno izliyor değildirler.<sup>32</sup>

Erotik düşlerin atmosferi, erkeklerde de kadınlarda da seks fantazileriyle aynı ana hatlarda ilerler. Erkeklerin düşleri daha açık seçik ve doğrudan cinsel edimlere yönelikken, kadınlar güven dolu dokunuşları ve yoğun bir arzulanmayı erotik olarak deneyimler. Erotik düşlere dair vaka çalışmaları çoktur, düş görenlerin büyük gruplar halinde incelendikleri nicel araştırmalar nadirdir. Montreal’de, yaşları yirmi ila doksandan, ortalama otuz olan 109 erkek ve 64 kadın, psikolog Zadra’nın ricası üzerine bir aya yakın düş günlüğü tutmuştu.<sup>33</sup> Böylelikle her bir katılımcıdan ortalama yirmi civarında, 3500’

den fazla düş elde edilmişti. Yarisından biraz azı bu dönemde seksle ilgili bir ya da daha fazla düş görmüştü. Erkeklerle kadınlar arasındaki fark ihmal edilebilecek düzeydeydi. Tüm düşlerin yaklaşık yüzde sekizi erotik karakterdeydi. Bu neredeyse 300 düştten yüzde 4 bile denemeyecek kadarı orgazmıla sonuçlanmıştı. Erkeklerle kadınların düş temalarındaki farklılıklar, seks fantazilerindeki farklılıklarla örtüşmekteydi. Kadınların düşlerinin yüzde sekseninde, halen birlikte olunan veya eski bir eşin dışında bir partner vardı. Erkeklerde oran çok daha yüksekti. Halen birlikte olunan eşten başka bir partneri düşünde görme, seks fantazilerinde bulunan rakamlara çok yakın bir yüzdeyi gösterir demek ki. Erkeklerin düşleri kamuya açık ya da bilmedikleri bir yerde sekse daırdı, inisiyatifi çoğun onlar ele alıyordu ve genellikle tanımadıkları kişilerleyleydi. Düşte aynı anda farklı partnerlerle seks, erkeklerde kadınlara kıyasla iki kattı. Kadınlar ise ünlü kişilerle seksi erkeklerden iki kat daha fazla görüyordu. Partnerin orgazm olması yalnızca birkaç kadının düşünde olmuştu. En büyük fark, kadınlarda istenmeyen seksin her beş düştten birinde olması, erkeklerde ise yalnızca yirmide bir düşte böyle bir şeyin yaşanmasıydı.

Tüm bu rakamlardan, ayrıntılardan ne sonuç çıkaracağız peki? Her halükârda şöyle denebilir: Erotik düşler ve fantaziler, aynı senaristin kaleminden çıkmışçasına, belirli tema ve motifleri olan bir atmosferi paylaşır. Kişinin kendi eşinden başka bir partner, genellikle “yasak” bir kişi gibi ortak bir tercihleri olması nedeniyle, düşlerle fantaziler kısmen aynı ipliklerle dokunmuş gibidir. Erotik düşlerin örüntüsü en fazla, beklenmedik yerler, kişiler ve durumlarla azıcık gevşek, doğaçlama izlenimi verir. Bir kişinin önüne bir dizi erotik sahnenin tanımlandığı raporlar konsa ve o sahnelerin bir düş raporundan mı, yoksa bir fantaziden mi olduğunu belirtmesi istense, sahnenin içeriğinden çok fazla bir yardım alamayacaktır. Aynı sahnelerin erkeklere mi kadınlara mı ait olduğunu belirtmesi gerekse, kesinlikle daha fazla isabet sağlayacaktır. Başka bir deyişle, kadınların erotik düşleri, kadınların erotik fantazilerine erkeklerin erotik düşlerinden daha fazla benzer. Erkeklerde de durum farklı değildir.

Erotik fantazilerin ve düşlerin araştırılması hemen her zaman kadınlarla erkekler arasındaki farklılıklara yönelik olmuştur. Bu ayrışım, erkeklerin ve kadınların kendi içlerindeki farklılıkların görülmesini engellemek gibi bir dezavantaj yaratır. Kadın ve erkek grupları arasındaki belirgin farklılıklarda da, hâlâ kadınlarınkine çok benzeyen birçok erkek fantazi ve düşünün olacağı kesindir. Aynı durum kadınlar için de geçerlidir. Erkek ve kadınların prototipik yaratımları içinde eriyip gider bunlar. Erkek veya kadın gruplarının kendi içlerinde yapılmış araştırmalar çok nadirdir. Örneğin erkeklerin erotik düş temalarının yaşlandıkça değişip değişmediği hiç araştırılmamıştır. Yenilerde, kadınların yumurtlama öncesi dönemde daha sık seks fantazileri kurmaya başladığı ve döllenme periyodu esnasında fantazilerdeki erkek sayısının arttığı bulunmuştur.<sup>34</sup>

Erkeklerle kadınlar arasındaki farklılıkları vurgulayan geleneksel yönlendirme, belki de erotik düşlerle fantazilerin ana hatlarıyla basmakalıp düşüncelere tıpatıp uymasının sebeplerinden biridir. Erkek, aynı anda olsun olmasın mümkün mertebe çok kadınla seks yapmak ister, aktif olan taraftır, inisiyatifi ele alır, fetheder, elleri boş durmaz, zevkini dayatır, eyleme yöneliktir. Kadın ise baştan çıkarır, hızlı hareket etmez, güveni, en doğru ânı, duygusal bağı arar, arzulanmaktan hoşlanır, karşısındakinin aklını baştan alacak derecede çekicidir ve karşısındaki de genellikle (hayalinde ya da düşünde) mevki sahibi biridir. Evrimsel psikoloji alanındaki bilgiler dahilindedir bu basmakalıp düşünceler: Erkek, soyunun devamı için mümkün olduğunca çok çocuk doğurtmayı ister; kadın ise o çocukları büyütmesi gereken kişi olduğundan temkinli ve seçicidir. Ne ki bu, kadınla erkek arasındaki toplumsal rol dağılımı için yapılan, kültürel olarak yönlendirilmiş açıklamalara da aynı şekilde uyar. Her iki kurama göre de, fantazi ve düşlerde sahip olduğumuzu düşündüğümüz hürriyetimiz sahtedir. Uyanıkken ya da uyurken imgelemimizin gönlünce serserilik ettiğini düşünürüz, oysaki aslında hâlâ, ister evrimle nörofizyolojik donanımımıza işlenmiş, ister içinde büyütüldüğümüz toplumsal ilişkilerle biçimlenmiş olsun, o ana hatlar boyunca hareket ediyordur.

## Pus

Gündüz meydana gelen bir ereksiyon cinsel uyarılmanın işaretidir. Gündüz yoğun bir cinsel uyarılma boşalmaya yol açabilir. Gündüz, öncesinde cinsel uyarılma olmadan boşalma olmaz. Uyku laboratuvarlarındaki fizyolojik araştırmaların çoğuna, düş dünyasında da aynı ilişkilerin var olduğu düşüncesinden yola çıkılarak başlanmıştır. Makul de gelmiştir insanlara bu: Düş evresinde oluşan ereksiyonlar –sebepe olsun, sonuç olsun– erotik düşlerle bağlantılı olmalı, uyku da boşalmalar düşte seks görmenin sonucunda ortaya çıkmalı, düş azımsı gerçekten de düş olmalıdır. Ne ki bütün bunların hiçbiri doğru çıkmamıştır – en azından her zaman.

Erotik düşlerle kâbuslar kültürel tarihimizde, ayrı tutulduklarından çok daha uzun zaman iç içe geçmiş vaziyette bulundular. Nörofizyolojik araştırmaların kâbuslarda çok şeyi aydınlatmasına karşın, erotik düşlerdeki muammayı aksine artırması bir paradokstur. Uyku laboratuvarlarından çıkan bulgular sayesinde, daha önce çok dağınık bir koleksiyon olan gece dehşeti türleri, her biri kendine has bir tecrübesi ve fizyolojisi olan, birbirinden apaçık ayrılabilen düş türlerine ayrıştırılmıştır. Erotik düşlerde ise bu olmamıştır. Fizyolojik araştırmalar, *olmayanı* açıklığa kavuşturmuştur. Bu da yararlıdır, ne var ki reddedilen kuşku ve sezgilerin yerine olumlu bir ayırım ya da yaklaşım konulamamıştır. Erotik düşler puslu kalmayı sürdürmüştür.

Erotik fantazilerden yola çıkılması da çok fazla bir şey elde edilmesine yaramamıştır. Belki de bunda öyle şaşılacak bir şey yoktur. Her fantazi, erotik fantazi de dahil, inanmamanın askıya alınmasıdır (*suspension of disbelief*) – kendinize geçici olarak her türlü özgürlüğü tanırırsınız ve böylece, kısa bir süreliğine suçluluk duygusu nedir bilmezsiniz. İçten içe kendinizden utandığınız bir fantaziye bu eğer, suçluluk duygusu sonra gelebilir. Gelgelelim fantazi süresince ne suçluluk vardır, ne utanç. Düşte durum farklıdır. Onda kendinize tanımazsınız özgürlüğü; özgürlük zaten hikâyenin içinde vardır. Düşlerde, inanmama askıya alınmamış, kaybolmuştur. Düşün sapaacağı yollara bırakılmışsınızdır; bu vicdanınızın eljvermeyeceği bir

yön ise, seks fantazilerinde sonradan duyulan o suçluluk duygusu daha düşün *içinde* kaplayabilir içinizi. Erotik bir düşün ardından, neyse ki düşmüş diyerek, büyük bir iç ferahlamasıyla kim uyanmamıştır ki? Seks fantazilerindeyse işte o ferahlama yoktur.

Bunun için mi berrak düşlerle seks birbirine tahammül edemez? King'in araştırmasında, berrak düş deneyimi olan kadınların, böyle bir deneyime sahip olmayan kadınlara oranla uykularında daha sık orgazm oldukları görülmüştü.<sup>35</sup> Ne var ki, berrak düşte, olağan düşten daha mı sık orgazma ulaştıkları sorusuna yüzde 70'i öyle olmadığı yanıtını vermişti. Berrak düş, özel olarak erotik karmaşıklıkları davet etmez gibi görünmektedir. Kimi kadınlar bunu özellikle vurgulamıştı. Deneyimlerinden, cinsel heyecan yüzünden rüyalarından olacaklarını bilmekteydi bu kadınlar. Berraklığın keyfini seksinkine tercih ediyorlardı. Ne ki bir başka neden, aynı berraklığın uygun-suzluk idrakini doğurmasıydı. Bir mesai arkadaşı veya komşuyla seks, düş göreni rahatsız etmeye başlıyordu. Berraklıkla birlikte, Van Eeden'in çok boğucu diye tanımladığı frenlemeler ve suçluluk duyguları da beliriyordu. Erotik düşlerde zihnen o denli berrak olmamanız en iyisidir.

# Gece Kalıntıları

CARL GUSTAV JUNG bütün gece boyunca düş gördüğümüze inanırdı. Bu görüşte olan yalnız o değildi: Düş görmemizi sağlayan süreçlerin, uykuya dalıştan uyanışa dek geçen süre boyunca faaliyette olduğunu ve bizim bütün bunlardan yalnızca ara ara bir nebzecek haberdar olduğumuzu başka araştırmacılar da öne sürüyordu. *Gündüz* de sürekli düş gördüğümüz kuramına ise Jung pek fazla taraftar bulamamıştır. Ona göre beynimizin derinliklerinde üretim devam edip durur. Bundan hiç haberdar olmayışımızda şaşırarak bir durum yoktur: Uçucu, kırılgan düş görüntüleri, uyanırken işlemek durumunda kaldığımız duysal uyaranların şiddeti yanında yitip gider. Ama gerçekten kaybolmamıştır bu görüntüler. Neticede, yıldızlı gökyüzü gündüz de başımızın üzerindedir. Duyular kapatılabilecek olsa, düşler önce ürkek ürkek, sonra ise apaçık parıldayacaktır karanlığın içinde.

Gündüz uyaranları işlemekle meşgul sinirsel mekanizmaların bir de düş üretebilmeleri pek olası değildir. Fakat görünürde kaybolan o gökkubbe, onca düştan gün ışığına ne kaldığını anlatan etkileyici bir imgedir. Bazen uyanıldığında hiçbir şey kalmamıştır sanki. Düş gördüğünüzü hatırlayamazsınız bile. Ne var ki, o gün biriyle karşılaşır ve düşünüzde onu gördüğünüzü anımsayıverirsiniz. O kişiyle birlikte düşün öyküsü de bölük pörçük belirir. Gene de bir şeylerin kaydedilmiş olduğunu görünce şaşır kalırsınız, belki de düşündüğünüzden fazlasıdır bu, çünkü anımsayıverdiğiniz rüya parçacıkları o kimseyle karşılaşmamış olsanız hatırlanmayacaktı. Kim bilir belki de *her şey* hâlâ oradadır, diye geçer aklınızdan ister iste-

mez, yalnızca gündüz onları tekrar ortaya çıkaracak uygun uyaranlar noksanıdır. Düşlerde kimi vakit nasıl gündüz kalıntıları, gün içindeki hayatınızdan parçacıklar beliriyorsa, gündüz de ara sıra gece kalıntıları yüzeye çıkabilir.

Bazen düşün kendinden ziyade atmosferidir bu. Kâbusun geride bırakabileceği o boğucu duygudur. Düşünüzde bir sevdiğinizin ölümünü gördüğünüzde yaşadığınız o şaşkınlık ve huzursuzluktur. Sınav düşünün sessiz tehdididir. O sürekli gördüğünüz tek bir düşün verdiği gözdağıdır. Ama hafiflik, heyecan ve coşkularından bir şeyleri de, yaşanacak güne aktarabilir düşler. Frederik van Eeden her ikisini de yaşamıştı: hâlâ o tek bir sınavı vermek zorunda kaldığını gördüğünde yakasına yapışan kederi de, uçma düşü görmüşse yaşadığı mest oluş duygusunu da.

Gelgelelim düşlerin çoğundan uyandıktan sonra pek az bir şey kalır. Kimi zaman düş görüldüğünden emin olmanın dışında hiçbir şey kalmaz; rüyanın atmosferi bir süre devam eder, oysaki kendisi yitip gitmiştir ve gün içinde de geri dönmez. Freud bu çabucak unutuşa, sansürcünün, geçip gitmelerine asla izin vermemesi gereken düş fragmanlarını mümkün olduğunca silme yolundaki beyhude çabasını görürdü, bugünse düşü belleğe kaydetmek için gerekli nörot-ransmitterlerin olmamasında aranmaktadır açıklama.<sup>1</sup> Belki de unutmaya daha düş *esnasında* olmaktadır. Yoksa nereden gelsin ki mantıksızlıklara gösterilen o muazzam hoşgörü? Düşünüzde tutarsızlıkları fark etmek için belleğiniz basbayağı yetersiz kalmıyor mu? Düşünüzde gördüğünüz şeyin daha önceki düştekiyle çeliştiğinin ayır-dına varabilmek için, ilkin o önceki düşte ne gördüğünüzü aklınızda tutmuş olmanız gerekmez mi? Bir düşün *içindeki* tutarsızlıkları, düştən *sonra* o düşün kendisini unuttuğunuz hızda unutuyorsanız, bir düşte tutarsızlıkları fark etmek neredeyse imkânsızdır. Bu saçmalıklar ve olanaksız şeyler, ancak düşü kendinize ya da birine anlatırken dikkatinizi çeker; bunların o anda belleğinizde pekâlâ bulunvermesi ise düşleri ele avuca sığmaz kılan etmenlerden biridir.

Düş araştırmalarındaki her devrimde, artık nihayet o muammalı gece hayatını gerçekten ele alabileceğimiz umudu alevlenmiştir. Ne var ki, düş araştırmalarını yeniden ya da *gerçekten* başlatacak bir “devrim” fikri, ancak sonradan yazılmış tarihin bir versiyonudur.

Diller için ülke sınırları neyse (resmi sınırların altından lehçeler nasıl geçip gidiyorsa) araştırma gelenekleri için de devrim yılları odur. Freud hariç, devrimciler kendilerinin çok değerli bir geleneğin içinde yer aldıklarına inanırdı. Çalışmalarında, kimi zaman öncüllerinin çizgisinde diye yorumlanabilecek yenilikler ve keşifler görürsünüz. 1965'te bir uyku laboratuvarında ereksiyon döngüsünü erotik düşlerle ilişkilendirmeye çalışan nörofizyologlar, çarçabuk bitiveren bir ereksiyonu iğdişlik düşüne bağlamıştı. Hall ve Van Castle içerik analizi için buldukları sistemlerine Freud'a ait sınıflandırmaları koymuştu. Laboratuvarlarda çalışan düş araştırmacılarının birçoğu, pratikte psikanalistlik yapmıyor olsalar bile hatırı sayılır bir psikanaliz eğitimi almışlardı. Yüzeyin altından uzun hatlar geçmekte, derinlere kök salmakta ve gelenekler daha çok uzun seneler, ancak sonradan devrim olarak sunulan şeyleri sıkı sıkı sarmaktaydı.

Uyku laboratuvarlarındaki deneysel araştırmalar düşlerin oluşumu, gidişatı ve kimi zaman da deneyimlenmesi hakkında birçok şeyi aydınlatmıştır. Düş görmeden sorumlu beyin bölgeleri, hormonlar, nörotransmitterler, hareket sisteminin blokajı ve deblokajı, değişik türdeki düşlerin gösterdiği EEG örüntüleri açıklığa kavuşmuştur. Sherrington, muhteşem dokuma tezgâhının gece faaliyeti hakkında meslektaşlarının bugüne dek toplamayı başarabildiği bilgilerden memnuniyet duyardı. Düşleri artık daha çok anladığı gibi bir his de doğar mıydı içinde, bilemiyoruz. Uçma düşleri ve sınav düşleri, çıplaklık düşleri ve berrak düşler, kâbuslar ve erotik düşler, hepsi bu tek tezgâhta dokunur, gelgelelim niçin tam da bu düşlerin oluştuğu ve bunların gören için ne anlama geldiği konusunda birçok nokta, yarım yüzyıllık araştırmalar sonrasında hâlâ muallaktır. Düş araştırmalarında –ve *Düş Dokumacısı*'nda– başka yerlerde hâlâ muamma olan birçok konuya açıklama getiren varsayımlar ve kuramlar bulursunuz. Hobson'ın uçma düşlerine ilişkin kuramı buna bir örnektir. REM uykusunda beden yatakta kımıldatılmaz yatarken, düş gören türlü türlü deneyim yaşar. Frontal korteks bu paradoksu düş görenin kımıldamadan hareket ettiği bir öyküyle ustaca çözer: Havada süzülüyordur. Ne ki bu zarif kuram muammayı daha da derinleştirir, başkaları aynı uyku evresinde, aynı beyin faaliyeti örüntüsüne ve aynı derecede bloke edilmiş hareket sistemine sahip olduk-



ları halde niçin bisiklet sürdüklerini ya da yüzdüklerini görürler düşlerinde? Düş araştırmalarında bir yere çok ışık tutulması, başka yerlerdeki gölgelerin daha derin ve uzun hale gelmesi demektir.

Düş araştırmacılarının işi, tıpkı gökbilimciler gibi, gecedir. Düş görenlerin kendilerinininki de öyle. Gelgelelim, geceden gündüze – grafik kâğıdında olsun, belleklerinde olsun– aktarabildikleri, gökbilim verilerinin keskinliğine ve kesinliğine sahip değildir. Gerçek anlamda gece kalıntılarıdır bunlar, önemsiz, bölük pörçük, biraz karanlık, kafa karıştırıcı – hepsini işaretler olarak algılamak mümkün olsa da, hangi alfabeden geldiklerini bilmeyi çok ister insan.

---

İlk olarak Henny Aerts’a teşekkür etmek isterim: Körlerin düşlerini merak etmeseydi, bu kitap da ortaya çıkmayacaktı.

Vincent Bijlo düş yaşamının mahremini paylaştı benimle; kendisine ve eşi Mariska Reijmerink’e içten, sıcak kabulleri için teşekkür ederim. Mesai arkadaşım Maarten Derksen yine vefalı, keskin zekâlı eleştirmenim oldu. Zierikzee’den Frans Meulenberg’den aynı derecede coşkulu, bir o kadar da içime sinen öneriler geldi. Jaco Groot’tan –birileri bir vakitler onun için “Uçan Makas” mı demişti?– yine bir sürü kahverengi zarf aldım. Yakın çevremdeki okurlarım Pea, Marius’la Bertine, Marian ve Ylse ise yüreklendirici önerilerini eksik etmediler.

Kitap dünyası son beş yıl içinde tamamıyla değişti. Bereket, kitabımın dosyasını gönül rahatlığıyla Rudo Hartman ile Patrick Everard’ın ellerine bırakabilmemde bir değişiklik olmadı.



# Notlar

## Düş Dokumacısı Beyin ve Düşler Üzerine

1. C. Sherrington, *Man on His Nature*, Cambridge 1940; Hollandacısı: *De mens en zijn natuur*, çev. C. J. M. van den Berg-Rust, Utrecht, 1967.
2. A.g.y., s. 210.
3. A.g.y., s. 209.
4. E. Aserinsky ve N. Kleitman, "Regularly occurring periods of eye motility, and concomitant phenomena, during sleep", *Science*, 118 (1953), s. 273-4.
5. S. Freud, *Die Traumdeutung*, Leipzig/Viyana, 1900; Hollandacısı: *De droomduiding*, çev. T. Graftdijk, S. Freud, *Nederlandse editie. Psychoanalytische Duiding 2/3*, Amsterdam, 1987; Türkçesi: *Düşlerin Yorumu*, 2 cilt, İngilizceden çev. Dr. Emre Kapkın, c. I, 2012 (5. Basım), c. II, 2010 (4. Basım), İstanbul: Payel, 1991.
6. S. Freud, *Über den Traum*, Wiesbaden 1901; Hollandacısı: *Over de droom*, çev. T. Graftdijk, S. Freud, *Nederlandse editie. Psychoanalytische Duiding 4*, Amsterdam, 1990, s. 21-80.
7. A.g.y., s. 51.
8. A.g.y., s. 71-72.
9. A.g.y., s. 76.
10. Freud, *Droomduiding*, s. 698.
11. A.g.y., s. 698.
12. L. Gamwell (haz.), *Dreams 1900-2000. Science, Art, and the Unconscious Mind*, New York, 2000.
13. Freud, *Droomduiding*, s. 45.
14. H. Berger, *Psyche*, Jena 1940, s. 6.
15. D. Millett, "Hans Berger: from psychic energy to the EEG", *Perspectives in Biology and Medicine*, 44 (2001), 4, s. 522-42, 535.
16. H. Berger, "Über das Elektrenkephalogramm des Menschen", *Archiv für Psychiatrie und Nervenkrankheiten*, 87 (1929), s. 527-70.
17. C. Borck, *Hirnströme. Eine Kulturgeschichte der Elektroenzephalograph*, Göttingen, 2005, s. 81.

18. C. Brown, "The stubborn scientist who unraveled a mystery of the night", *Smithsonian Magazine*, Ekim 2003 ([www.smithsonianmag.com/science-nature/stubborn](http://www.smithsonianmag.com/science-nature/stubborn)).
19. E. Aserinsky ve N. Kleitman, "Regularly occurring periods of eye motility, and concomitant phenomena, during sleep", *Science*, 118 (1953), s. 273-4.
20. Brown, "Stubborn", s. 7.
21. W. Dement ve N. Kleitman, "The relation of eye movements during sleep to dream activity: an objective method for the study of dreaming", *Journal of Experimental Psychology*, 53 (1957), 5, s. 339-46.
22. E. Aserinsky, "Memories of famous neuropsychologists. The discovery of REM sleep", *Journal for the History of Neurosciences*, 5 (1996), 3, s. 213-27.
23. J. F. Pagel, "Nondreamers", *Sleep Medicine*, 4 (2003), 3, 235-41.
24. W. Dement, "The effect of dream deprivation", *Science*, 135 (1960), s. 1705-7.
25. A.g.y., s. 1707.
26. D. Foulkes, "Dream reports from different states of sleep", *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 65 (1962), s. 14-25.
27. J. F. Pagel, "What physicians need to know about dreams and dreaming", *Current Opinion in Pulmonary Medicine*, 18 (2012), 6, s. 574-9, 574.
28. M. Solms, "Dreaming and REM sleep are controlled by different brain mechanisms", *Behavioral and Brain Sciences*, 23 (2000), s. 843-50.
29. A.-M. Daoust, F.-A. Lusignan, C. M. J. Braun, L. Mottron ve R. Godbout, "Dream content analysis in persons with Autism Spectrum Disorder", *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 38 (2008), s. 634-43.
30. C. S. Hall ve R. L. Van de Castle, *The content analysis of dreams*, New York, 1966.
31. A.g.y., s. x.
32. A.g.y., s. 293-4.
33. M. A. de Jong ve D. Waterman, "Amerikaanse en Nederlandse dromen: een vergelijkende inhoudsanalyse", *De Psycholoog*, 21 (1986), s. 505.
34. G. W. Domhoff ve A. Schneider, "Much ado about very little: the small effect sizes when home and laboratory collected dreams are compared", *Dreaming*, 9 (1999), 2-3, s. 139-51.
35. D. Foulkes, "Home and laboratory dreams: four empirical studies and a conceptual reevaluation", *Sleep*, 2 (1979), 2, s. 233-51.
36. A. Alvarez, *Night: An Exploration of Night Life, Night Language, Sleep and Dreams*, New York, 1995, s. 153.
37. J. A. Hobson ve R. W. McCarley, "The brain as a dream-state generator: an activation-synthesis hypothesis of the dream process", *American Journal of Psychiatry*, 134 (1977), s. 1335-68.

38. J. A. Hobson, E. F. Pace-Schott ve R. Stickgold, "Dreaming and the brain: toward a cognitive neuroscience of conscious states", *Behavioral and Brain Sciences*, 23 (2000), s. 793-842.
39. Hobson ve McCarley, "Brain", s. 1347.
40. L. Wittgenstein, *Lectures and Conversations on Aesthetics, Psychology, and Religious Belief*, Oxford 1966, s. 45.

## Hareketsiz Hareketli Düşte Uçmak ve Süzölmek Üzerine

1. M. Arnold-Forster, *Studies in Dreams*, New York, 1921.
2. A.g.y., s. 44.
3. Aktaran G. Fink, *Dromen encyclopedie*, Rijswijk 1992, s. 35.
4. C. G. Seligman, "Anthropology and psychology: a study of some points of contact", *The Journal of the Royal Anthropological Institute of Great Britain and Ireland*, 54 (1924), s. 13-46.
5. A.g.y., s. 44.
6. R. M. Griffith, O. Miyagi ve A. Tago, "The universality of typical dreams: Japanese vs. Americans", *American Anthropologist*, 60 (1958), s. 1173-9.
7. D. Barrett, "Flying dreams and lucidity: an empirical study of their relationship", *Dreaming*, 1 (1991), s. 129-134.
8. M. Schredl ve E. Piel, "Prevalence of flying dreams", *Perceptual and Motor Skills*, 105 (2007), s. 657-660.
9. M. Schredl, "Frequency and nature of flying dreams in a long dream series", *International Journal of Dream Research*, 4 (2011), 1, s. 31-34.
10. T. L. Brink, "Flying dreams: the relationship to creativeness, handedness, and locus of control factors", *Journal of Altered States of Consciousness*, 5 (1979-80), 2, s. 153-7.
11. M. Schredl, "Personality correlates of flying dreams", *Imagination, Cognition and Personality*, 27 (2007-2008), 2, s. 129-37.
12. S. Freud, *De droomduiding*, Amsterdam, 1900, s. 334.
13. W. Stekel, *Die Sprache des Traumes*, Münih, 1921, s. 187.
14. E. A. Gutheil, "Universal (typical) dreams", *The New World of Dreams* içinde, R. L. Woods ve H. B. Greenhouse (haz.), New York, 1974, s. 218-23.
15. P. Federn, "Über zwei typische Traumsensationen", *Jahrbuch für Psychoanalyse*, 6 (1914), s. 89-134.
16. C. Fisher, J. Gross ve J. Zuch, "Cycle of penile erection synchronous with dreaming (REM) sleep", *Archives of General Psychiatry*, 12 (1965), s. 29-45.
17. F. van Eeden, *Dromenboek*, Amsterdam, 1979, s. 356.

18. A.g.y., s. 310.
19. A.g.y., s. 135.
20. A.g.y., s. 230.
21. A.g.y., s. 253.
22. J. Fontijn, *Tweespalt. Het leven van Frederik van Eeden tot 1901*, Amsterdam, 1999, s. 89.
23. Van Eeden, *Dromenboek*, s. 298-99.
24. A.g.y., s. 207.
25. A.g.y., s. 292.
26. A.g.y., s. 244.
27. A.g.y., s. 260.
28. A.g.y., s. 263-264.
29. G. Bachelard, *L'Air et les songes*, Paris, 1943.
30. F. van Eeden, "A study of dreams", *Proceedings of the Society for Psychical Research*, 26 (1913), s. 431-61, aktaran Hans van Eeden, *Dromenboek*, s. 319-52, 339.
31. Barrett, "Flying dreams", s. 131.
32. G. Almansi ve C. Beguin, *Theatre of Sleep. An Anthology of Literary Dreams*, Londra, 1986, s. 55.
33. Arnold-Forster, *Studies*, s. 42.
34. J. A. Hobson, *The Dreaming Brain*, New York, 1988.

### Gece Utancı! Gece Utancı! Çıplaklık Düşleri Üzerine

1. F. van Eeden, *Dromenboek*, Amsterdam, 1979, s. 415-16.
2. A.g.y., s. 430.
3. J. Fontijn, *Trots verbrijzeld. Het leven van Frederik van Eeden vanaf 1901*, Amsterdam, 1996, s. 344.
4. S. Freud, *De droomduiding*, Amsterdam, 1987, s. 301-7.
5. A.g.y., s. 302; *Düşlerin Yorumu*, c. I, s. 291-92.
6. Van Eeden, *Dromenboek*, s. 244.
7. A.g.y., s. 36.
8. A.g.y., s. 58.
9. Aktaran C. Green, *Luciede dromen*, Amsterdam, 1970, s. 135.
10. W. C. Middleton, "Nocturnal dreams", *The Scientific Monthly*, 37 (1933), 5, s. 460-64.
11. C. H. Ward, A. T. Beck ve E. Rascoe, "Typical dreams. Incidence among psychiatric patients", *Archives of General Psychiatry*, 5 (1961), s. 606-15.
12. R. M. Griffith, O. Miyagy ve A. Tago, "The universality of typical dreams: Japanese vs. Americans", *American Anthropologist*, 60 (1958), s.

1173-9.

13. V. Barnouw, *Culture and Personality*, Homewood, 1979, s. 234.

14. L. J. Saul, "Embarrassment dreams of nakedness", *International Journal of Psychoanalysis*, 47 (1966), s. 552-58.

15. A.g.y., s. 552.

16. W. A. Myers, "The traumatic element in the typical dream of feeling embarrassed at being naked", *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 37 (1989), s. 117-130, 121.

17. A.g.y., s. 121.

18. A.g.y., s. 121.

19. A. Faraday, *De positieve kracht van het dromen*, Bloemendaal, 1974, s. 73.

20. M.-J.-L. d'Hervey de Saint-Denys, *Les rêves et les moyens de les diriger*, Paris, 1867; Hollandacası: *Dromen: praktische observaties*, çev. C. M. den Blanken, 2005 (e-kitap).

### Kaldın Sınav Düşleri Üzerine

1. S. Freud, *De droomduiding*, Amsterdam, 1900, s. 336.

2. A.g.y., s. 336; *Düşlerin Yorumu*, c. I, s. 323.

3. A.g.y., s. 337; *Düşlerin Yorumu*, c. I, s. 324.

4. E. Verbeek, *De man met de glazen hoed. Biografisch essay over de dromen van Sigmund Freud*, Nijkerk 1973, s. 262.

5. Freud, *Droomduiding*, s. 339; *Düşleri Yorumu*, c. I, s. 324.

6. A.g.y., s. 338.

7. A.g.y., s. 339; *Düşlerin Yorumu*, c. I, s. 325.

8. G. Halliday, "Examination dreams", *Perceptual and Motor Skills*, 77 (1993), s. 489-90.

9. M.-A. Delorme, M. Lortie-Lussier ve J. De Koninck, "Stress and coping in the waking and dreaming states during an examination period", *Dreaming*, 12 (2002), 4, s. 171-83.

10. C. G. Seligman, "Anthropology and psychology: a study of some points of contact", *The Journal of the Royal Anthropological Institute of Great Britain and Ireland*, 54 (1924), s. 13-46.

11. P. P. Ekeh, "Examination dreams in Nigeria: a sociological study", *Psychiatry*, 35 (1972), s. 352-65.

12. N. Lemann, *The Big Test. The Secret History of the American Meritocracy*, New York, 2000.

13. S. G. Freedman, "Dreamed you didn't study? Be proud, you meritocrat", *The New York Times*, 8 Eylül 2004.

14. A.g.y.



15. E. Kafka, "On examination dreams", *The Psychoanalytic Quarterly*, 48 (1979), s. 426-47. O. Renik, "Typical examination dreams, 'superego dreams', and traumatic dreams", *The Psychoanalytic Quarterly*, 50 (1981), s. 159-89.

16. R. Sterba, "An examination dream", *International Journal of Psychoanalysis*, 9 (1928), s. 353-4, 353.

17. M. Ostow, "The examination dream revisited", *The Psychoanalytic Study of the Child*, 50 (1995), s. 418-24.

18. A.g.y., s. 419.

19. A.g.y., s. 420.

20. W. Stekel, "Beiträge zur Traumdeutung", in E. Bleuler ve S. Freud (haz.), *Jahrbuch für Psychoanalytische und Psychopathologische Forschungen*, Leipzig/Viyana, 1909, s. 458-512, 464.

21. A. L. Zadra, "Recurrent dreams: their relation to life events", *Trauma and dreams* içinde, D. Barrett (haz.), Cambridge (Mass.), 1996, s. 231-47, 247.

22. F. van Eeden, *Dromenboek*, Amsterdam, 1979, s. 370.

23. A.g.y., s. 179.

24. A.g.y., s. 258.

## "Aman Mary," Dedi Bay Lincoln "Sadöce Bir Düş Bu"

### Kehanet Düşleri Üzerine

1. W. H. Lamon, *Recollections of Abraham Lincoln, 1847-1865*, Washington, 1895 (1911 basımı).

2. A.g.y., s. 84.

3. A.g.y., s. 85.

4. C. Sandburg, *Abraham Lincoln: the Prairie Years and the War Years*, New York, 1954, s. 697.

5. A.g.y., s. 702.

6. G. Devereux (haz.), *Psychoanalysis and the occult*, Londra, 1953.

7. A.g.y., s. 53.

8. S. Freud, "Traum und Telepathie", *Imago*, 8 (1922), s. 1-22; Hollandacası: "Droom en telepathie", *Psychoanalytische Duiding* 4, Amsterdam, 1990, s. 166.

9. I. L. Child, "Psychology and anomalous observations. The question of ESP in dreams", *American Psychologist*, 40 (1985), 11, s. 1219-30.

10. Daha geniş bir kitleye yönelik özeti şurada bulunabilir: M. Ullman, S. Krippner ve A. Vaughan, *Dream Telepathy*, New York, 1973.

11. S. Krippner ve M. Ullman, "Telepathy and dreams: a controlled expe-

riment with electroencephalogram-electro-oculogram monitoring", *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 151 (1970), 6, s. 394-403.

12. E. Belvedere ve D. Foulkes, "Telepathy and dreams: a failure to replicate", *Perceptual and Motor Skills*, 33 (1971), s. 783-789.

13. G. Globus, P. Knapp, J. Skinner ve J. Healy, "An appraisal of telepathic communication in dreams", *Psychophysiology*, 4 (1968), 3, s. 365.

14. K. R. Rao, "On the question of replication", *Journal of Parapsychology*, 45 (1981), 311-320.

15. Belvedere ve Foulkes, "Telepathy", s. 788.

16. S. Krippner, C. Honorton, M. Ullman, R. Masters ve J. Houston, "A long-distance 'sensory bombardment' study of ESP in dreams", *Journal of the American Society for Psychical Research*, 65 (1971), s. 468-75.

17. D. Foulkes, E. Belvedere, R. Masters, J. Houston, S. Krippner, C. Honorton ve M. Ullman, "Long-distance 'sensory bombardment' ESP in dreams: a failure to replicate", *Perceptual and Motor Skills*, 35 (1972), s. 731-4.

18. Bu bölümün alındığı yer: M. Derksen ve D. Draaisma, "Telepathie en replicatie: de drogrede van de witte kraai", *De Psycholoog*, 29 (1994), 7/8, s. 261-5; ayrıca bkz. D. Draaisma, "Voorbij het getal van Avogadro: de Benveniste-affaire", *Kennis & Methode*, 13 (1989), 1, s. 84-107.

19. W. James, "Address of the President before the Society for Psychical Research", *Essays in Psychical Research* içinde, W. James, Cambridge (Mass.), 1986, s. 131.

20. Bu çizgideki bir analize cevap için bkz. D. Bierman ve R. Wezelman, "Wie vraagt er om een witte kraai? Reactie op Derksen en Draaisma", *De Psycholoog*, 30 (1995), 3, s. 125-6.

21. D. Draaisma ve M. Derksen, "Er zijn theorieën en theorieën. Reactie op Bierman en Wezelman", *De Psycholoog*, 30 (1995), 6, s. 283-4.

22. J. A. Hadfield, *Dreams and Nightmares*, Londra, 1954, s. 221-3.

23. A.g.y., s. 222.

24. A.g.y., s. 223.

25. J. G. Neu, "De waarde(loosheid) van spontane bijdragen van paragnosten: een analyse van paranormale tips in de Heineken-affaire", *Algemeen Politieblad*, 134 (1985), 3, s. 51-57.

26. A. Verburg, *De verzoening. Het verhaal van Hank Heijn*, Amsterdam, 2006.

27. Gerçek adı Bert van Riel, emekli pazarcı. Konferanslarından birinin raporu için bkz. K. van der Velde, "De nieuwe tijd van goeroe Bert", *Trouw*, 29 Şubat 2000.

28. A.g.y., s. 156.

29. A.g.y., s. 200.

30. A.g.y., s. 214.

31. J. L. F. Gerding, B. Millar, G. C. Molewijk, J. G. Neu ve W. Voois,

“Analyse van de paranormale tips in de ontvoeringszaak G. J. Heijn”, *Tijdschrift voor Parapsychologie*, 57 (1985), s. 2-71.

32. A.g.y., s. 6.

33. İlgi çekici bir detay, Heineken'in kaçınılması olayındaki 109 paranormal ihbarda kimsenin Mercedes'i anmamış olmasına rağmen, kullanılan arabanın markasının bu olmasıdır.

34. Gerding ve diğ., “Analyse”, s. 31.

35. A.g.y., s. 31.

36. H. A. Murray ve D. R. Wheeler, “A note on the possible clairvoyance of dreams”, *Journal of Psychology*, 3 (1937), s. 309-13.

37. J. Musch ve K. Ehrenberg, “Probability misjudgment, cognitive ability, and belief in the paranormal”, *British Journal of Psychology*, 93 (2002), s. 169-77.

38. R. A. McConnell ve G. Schmeidler, *ESP and Personality Patterns*, New Haven (Conn.), 1958, s. 24.

39. S. L. Rattet ve K. Bursik, “Investigating the personality correlates of paranormal belief and precognitive experience”, *Personality and Individual Differences*, 31 (2001), s. 433-44.

40. S. J. Blackmore ve T. Troscianko, “Belief in the paranormal: probability judgments, illusory control, and the chance baseline shift”, *British Journal of Psychology*, 81 (1985), s. 455-68.

41. D. Olivastro, “A likely story”, *The Sciences*, 31 (1991), 2, s. 54-56, 54.

42. M. Blagrove, C. C. French ve G. Jones, “Probabilistic reasoning, affirmative bias and belief in precognitive dreams”, *Applied Cognitive Psychology*, 20 (2006), s. 65-83.

43. S. Blackmore, “Probability misjudgment and belief in the paranormal: a newspaper survey”, *British Journal of Psychology*, 88 (1997), s. 683-89.

44. A.g.y., s. 687.

45. H. Zulliger, “A ‘prophetic’ dream”, *Psychoanalysis içinde*, Devereux, s. 183-7, 183.

46. A.g.y., s. 185.

## Düş Gördüğümüzü Bilmek Berrak Düşler Üzerine

1. J. Fontijn, *Trots verbrijzeld. Het leven van Frederik van Eeden vanaf 1901*, Amsterdam, 1996.

2. F. van Eeden, *Dromenboek*, Amsterdam, 1979, s. 421.

3. F. van Eeden, “A study of dreams”, *Proceedings of the Society for Psychical Research*, 26 (1913), s. 431-61, aktaran Hans van Eeden, *Dromenboek içinde*, s. 319-52.

4. D. Blum, *Ghost Hunters. William James and the Search for Scientific*

*Proof of Life After Death*, New York, 2006.

5. J. Fontijn, *Tweespalt. Het leven van Frederik van Eeden tot 1901*, Amsterdam, 1990, s. 253.

6. Van Eeden, *Dromenboek*, s. 333.

7. A.g.y., s. 309.

8. A.g.y., s. 74.

9. A.g.y., s. 185.

10. A.g.y., s. 35.

11. A.g.y., s. 76.

12. A.g.y., s. 83.

13. A.g.y., s. 170.

14. A.g.y., s. 120-1.

15. A.g.y., s. 343.

16. A.g.y., s. 26.

17. A.g.y., s. 283.

18. A.g.y., s. 348.

19. A.g.y., s. 379.

20. F. van Eeden, *Paul's ontwaken*, Amsterdam, 1913.

21. G. Almansi ve C. Beguin, *Theatre of Sleep. An Anthology of Literary Dreams*, Londra, 1986, s. 154-5.

22. M.-J.-L. d'Hervey de Saint-Denys, *Les rêves et les moyens de les diriger*, Paris, 1867.

23. Aktaran Almansi ve Beguin, *Theatre*, s. 160.

24. A. E. Brown, "Dreams in which the dreamer knows he is asleep", *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 31 (1936), s. 59-66.

25. A.g.y., s. 65.

26. C. Green, *Lucid Dreams*, Londra, 1968; Hollandacasi: *Luciede dromen*, Amsterdam, 1970.

27. A.g.y., s. 30.

28. F. W. H. Myers, "Automatic Writing - III", *Proceedings of the Society for Psychological Research*, 4 (1887), s. 241-2.

29. Green, *Luciede dromen*, s. 77.

30. A.g.y., s. 85.

31. S. P. LaBerge, "Lucid dreaming as a learnable skill: a case study", *Perceptual and Motor Skills*, 51 (1980), s. 1039-42.

32. A.g.y., s. 1041.

33. S. P. LaBerge, L. E. Nagel, W. C. Dement ve V. P. Zarcone, "Lucid dreaming verified by volitional communication during REM sleep", *Perceptual and Motor Skills*, 52 (1981), s. 727-32.

34. T. Stumbrys, D. Erlacher, M. Schädlich ve M. Schredl, "Induction of lucid dreams: a systematic review", *Consciousness and Cognition*, 21 (2012), s. 1456-75.

35. S. P. LaBerge, *Lucid Dreaming. A Concise Guide to Awakening in Your Dreams and in Your Life*, Boulder 2009, s. 26.
36. Stumbrys ve diğ., "Induction".
37. M. Schredl ve D. Erlacher, "Lucid dreaming frequency and personality", *Personality and Individual Differences*, 37 (2004), s. 1463-73.
38. M. Schredl ve D. Erlacher, "Frequency of lucid dreaming in a representative German sample", *Perceptual and Motor Skills*, 112 (2011), 1, s. 104-8.
39. M. Dresler, R. Wehrle ve diğ., "Neural correlates of dream lucidity obtained from contrasting lucid versus non-lucid REM sleep: a combined EEG/fMRI case study", *Sleep*, 35 (2012), 7, s. 1017-20.
40. Aktaran LaBerge, *Lucid Dreaming*, s. 50.
41. V. Spoormaker ve J. van den Bout, "Lucid dreaming treatment for nightmares: a pilot study", *Psychotherapy and Psychosomatics*, 75 (2006), s. 389-394.
42. LaBerge, *Lucid Dreaming*, s. 6.

### Prof. Brücke'nin D Şahane Mavi Gözleri Düşlerin Rengi Üzerine

1. E. S. Tauber ve M. R. Green, "Color in Dreams", *American Journal of Psychotherapy*, 16 (1962), s. 221-9.
2. F. van Eeden, *Dromenboek*, Amsterdam, 1979.
3. A. Garma, "Colour in dreams", *International Journal of Psychoanalysis*, 42 (1961), s. 556-9, 556.
4. E. Kahn, W. Dement, C. Fisher ve J. E. Barmack, "Incidence of color in immediately recalled dreams", *Science*, 137 (1962), s. 1054-1055.
5. J. Herman, H. Roffwarg ve E.S. Tauber, "Color and other perceptual qualities of REM and NREM sleep", *Psychophysiology*, 5 (1968), s. 223-9.
6. M. Bentley, "The study of dreams. A method adapted to the seminary", *American Journal of Psychology*, 26 (1915), 2, s. 196-210.
7. W. C. Middleton, "The frequency with which a group of unselected college students experience colored dreaming and colored hearing", *Journal of General Psychology*, 27 (1942), s. 221-9.
8. A.g.y., s. 225.
9. E. Schwitzgebel, "Do people still report dreaming in black and white? An attempt to replicate a questionnaire from 1942", *Perceptual and Motor Skills*, 96 (2003), s. 25-29.
10. Tüm öğrenciler bu soruyu yanıtlamadığı için bu sütun yüzde 100'e ulaşmamıştır.
11. E. Schwitzgebel, C. Huang ve Y. Zhou, "Do we dream in color? Cultural variations and skepticism", *Dreaming*, 16 (2006), 1, s. 36-42.
12. E. Murzyn, "Do we only dream in colour? A comparison of reported

dream colour in younger and older adults with different experiences of black and white media", *Consciousness and Cognition*, 17 (2008), s. 1228-37.

13. H. Okada, K. Matsuoka ve T. Hatakeyama, "Life span differences in color dreaming", *Dreaming*, 21 (2011), 3, s. 213-20.

14. R. Hoss, "Content analysis on the potential significance of color in dreams: a preliminary investigation", *International Journal of Dream Research*, 3 (2010), 1, s. 80-90.

15. S. C. Miller, "The manifest dream and the appearance of colour in dreams", *International Journal of Psychoanalysis*, 45 (1964), s. 512-8.

16. Hoss, "Content", s. 86.

17. E. O. Wilson, *Consilience. The Unity of Knowledge*, New York, 1998, s. 162.

18. Van Eeden kimi zaman düşlerden gruplar halinde bahsettiğinden tam sayıyı vermek mümkün değildir.

19. S. Freud, *De droomduiding*, Amsterdam, 1987, s. 496.

20. A.g.y., s. 496; *Düşlerin Yorumu*, c. II, s. 150.

21. A.g.y., s. 497; *Düşlerin Yorumu*, c. II, s. 151.

22. A.g.y., s. 632; *Düşlerin Yorumu*, c. II, s. 269.

23. V. Calef, "Color in dreams", *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 2 (1954), s. 453-461, 460.

24. N. Roth, "The significance of color in dreams", *Diseases of the Nervous System*, 22 (1961), s. 278-81, 279.

25. E. Schwitzgebel, "Why did we think we dreamed in black and white?", *Studies in History and Philosophy of Science*, 33 (2002), s. 649-60.

26. Schwitzgebel, "Why", s. 652.

27. Aristoteles, *Over het geheugen, de slaap en de droom*, Groningen, 2003.

28. H. Havelock Ellis, *The World of Dreams*, Londra, 1911; Hollandacası: *De wereld der droomen*, Baarn, 1913, s. 10.

29. W. C. Middleton, "Nocturnal dreams", *The Scientific Monthly*, 37 (1933), 5, s. 460-4.

30. M. Arnold-Forster, *Studies in Dreams*, Londra, 1920, s. 129.

31. Middleton, "Frequency", s. 222.

32. H. P. Blum, "Colour in dreams", *International Journal of Psychoanalysis*, 45 (1964), s. 519-29, 519.

33. I. McEwan, *Enduring love*, Londra, 1997; Türkçesi: *Sonsuz Aşk*, çev. Ülkem Gürpınar, İstanbul: Can, 2002.

34. Schwitzgebel düş görüntülerinin, bir roman okurken zihninizde canlanan imgelere benzediğini ileri sürer ("Why", s. 658). O da bu analogiyi Gary Watson'a borçludur.

## Görüntü Dışı Körlerin Düşleri Üzerine

1. A. L. Zadra, T. A. Nielsen ve D. C. Donderi, "Prevalence of auditory, olfactory, and gustatory experiences in home dreams", *Perceptual and Motor Skills*, 87 (1998), s. 819-26.
2. G. Heermann, "Beobachtungen und Betrachtungen über die Träume der Blinden, ein Beitrag zur Physiologie und Psychologie der Sinne", *Monatsschrift für Medizin, Augenheilkunde und Chirurgie*, 3 (1838), s. 116-80.
3. J. Jastrow, "The dreams of the blind", *New Princeton Review* (1888); alıntıl原因 J. Jastrow, *Fact and Fable in Psychology*, Boston, 1900, s. 337-70.
4. C. S. Hurovitz, S. Dunn, G. W. Domhoff ve H. Füss, "The dreams of blind men and women: a replication and extension of previous findings", *Dreaming*, 9 (1999), s. 183-93.
5. F. Hitschmann, "Über das Traumleben des Blinden", *Zeitschrift für Psychologie und Physiologie der Sinnesorgane*, 7 (1894), s. 387-94.
6. L. Bolli, "Le rêve et les aveugles. I: Le rêve et les aveugles-nés", *Journal de psychologie normale et pathologique*, 27 (1930), s. 20-73; L. Bolli, "Le rêve et les aveugles. II: De la survivance des images visuelles", *Journal de psychologie normale et pathologique*, 29 (1932), s. 258-309.
7. Jastrow, "Dreams", s. 347.
8. A.g.y., s. 369-370.
9. Heermann, "Beobachtungen", s. 155.
10. T. Mulder, J. Hochstenbach, P. U. Dijkstra ve J. H. B. Geertzen, "Born to adapt, but not in your dreams", *Consciousness and Cognition*, 17 (2008), s. 1266-71.
11. P. Brugger, "The phantom limb in dreams", *Consciousness and Cognition*, 17 (2008), s. 1272-8.
12. A.g.y., s. 1274.
13. Mulder ve diğ., "Born", s. 1269.
14. N. H. Kerr, D. Foulkes ve M. Schmidt, "The structure of laboratory dream reports in blind and sighted subjects", *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 170 (1982), 5, s. 286-94.
15. F. Strunz, "Die Traumerfahrung der Blinden", *Heilpädagogische Forschung*, 13 (1987), 2, s. 75-83.
16. A.g.y., s. 77.
17. H. Bértolo, T. Paiva, L. Pessoa, T. Mestre, R. Marques ve R. Santos, "Visual dream content, graphical representation and EEG alpha activity in congenitally blind subjects", *Cognitive Brain Research*, 15 (2003), s. 277-84, 277.
18. Bértolo ve diğ., "Visual", s. 330.

19. N. H. Kerr ve G. W. Domhoff, "Do the blind literally 'see' in their dreams? A critique of a recent claim that they do", *Dreaming*, 14 (2004), s. 230-3.

20. J. Kennedy, *Drawing and the Blind*, New Haven, 1993.

21. F. H. Lopes da Silva, "Visual dreams in the congenitally blind?", *Trends in Cognitive Sciences*, 7 (2003), 8, s. 328-30.

## **Siz Kesin Radyo Oyunundaymış Gibi Düş Görüyorsunuzdur!**

### **Vincent Bijlo'nun Düş Yaşamı Üzerine**

1. Düşte bir metni okumayı başarmak hakikaten zordur, genellikle bir başlık ya da bir fragmandır okunabilen. Tıpkı hesap yapma ve yazmada olduğu gibi, esasen okuma da düşte erişilemeyen belli bir dikkat düzeyini gerektirmekte gibidir. Kitap okumak çok nadiren bir düş teması olarak bildirilir.

2. Pavlov, NTR televizyonu, 6 Ocak 2012 tarihli yayın. fMRI'daki f "fonksiyonel" anlamındadır: Deneğe okuma veya hesap yapma gibi ödevler verilir ve aygıt, eşlik eden beyinsel faaliyetin yerini ve yoğunluğunu saptar.

3. Körlerin kabartma bir resimdeki imgeyi düzgün bir şekilde kâğıda çizabiliyor oluşu (bkz. s. 157), bununla bir çelişki oluşturmaz: Bu durumda iki boyutlu bir imge başka bir iki boyutlu imgeye dönüştürülür.

### **Dehşetli Bir Takırtı Düşte Zaman Üzerine**

1. B. Eppensteiner ve J. Reichmayr, "Die Psychoanalyse im Film 1925-1926", *Psyche*, 41 (1987), 2, s. 129-39.

2. G. Jelgersma, *De wekdroom*, Leiden, 1930.

3. Jelgersma, *Wekdroom*, s. 7.

4. "Wekdroomen", *Nieuwe Rotterdamsche Courant*, 1 Mart 1922.

5. Jelgersma, *Wekdroom*, s. 10.

6. A.g.y., s. 20.

7. A.g.y., s. 26-27.

8. A.g.y., s. 27.

9. A.g.y., s. 27.

10. Aktaran S. Freud, *De droomduiding*, Amsterdam, 1987, s. 69; *Düşlerin Yorumu*, c. I, s. 81.

11. P. M. Simon, *Le monde des rêves*, Paris, 1888, s. 18-19.

12. Freud, *Droomduiding*, s. 664.

13. A.g.y., s. 577.

14. Jelgersma, *Wekdroom*, s. 7.

15. W. Dement ve E. A. Wolpert, "The relation of eye movements, bodily



motility and external stimuli to dream content", *Journal of Experimental Psychology*, 55 (1958), s. 543-53.

16. D. Dennett, *Brainstorms*, Hassocks, 1979, s. 136.

17. Havelock Ellis, *The World of Dreams*, Londra, 1911, s. 7.

18. A.g.y., s. 214.

## Göcenin Dehşeti Kâbuslar Üzerine

1. J. M. Schneck, "Henry Fuseli, nightmare and sleep paralysis", *Journal of the American Medical Association*, 207 (1969), s. 725-6.

2. E. Jones, *On the Nightmare*, Londra, 1931.

3. A.g.y., s. 52.

4. V. Spormaker, *Nightmares. Assessment, Theory, and Treatment*, Enschede, 2005, s. 33-38.

5. I. Oswald, *Sleep*, Londra, 1966, s. 45.

6. P. L. Brooks ve J. H. Peever, "Identification of the transmitter and-receptor mechanisms responsible for REM sleep paralysis", *The Journal of Neuroscience*, 32 (2012), 29, s. 9785-95.

7. E. J. O. Kompanje, "The devil lay upon her and held her down. Hypnagogic hallucinations and sleep paralysis described by the Dutch physician Isbrand van Diemerbroeck (1609- 1674) in 1664", *Journal of Sleep Research*, 17 (2008), s. 464-7.

8. A.g.y., s. 465.

9. N. Dahmen ve M. Kasten, "REM-associated hallucinations and sleep paralysis are dependent on body posture", *Journal of Neurology*, 248 (2001), s. 423-4.

10. S. Law ve L. J. Kirmayer, "Inuit interpretations of sleep paralysis", *Transcultural Psychiatry*, 42 (2005), 1, s. 93-112. Bu sayı bütünüyle, uyku felcinin yorumlanmasındaki kültürel farklılıklara ayrılmıştır.

11. D. J. Hufford, *The Terror that Comes in the Night*, Philadelphia, 1982.

12. R. J. McNally ve S. A. Clancy, "Sleep paralysis, sexual abuse, and space alien abduction", *Transcultural Psychiatry*, 42 (2005), 1, s. 113-22.

13. J. T. V. M. de Jong, "Cultural variations in the clinical presentation of sleep paralysis", *Transcultural Psychiatry*, 42 (2005), 1, s. 78-92.

14. A.g.y., s. 83.

15. Hufford, *Terror*, s. 161.

16. C. Hublin, J. Kaprio, M. Partinen, K. Heikkilä ve M. Koskenvuo, "Prevalence and genetics of sleepwalking: a population-based twin study", *Neurology*, 48 (1997), s. 177-81.

17. K. Abe, M. Amatori ve N. Oda, "Sleepwalking and recurrent sleeptalking in the children of childhood sleepwalkers", *American Journal of Psychi-*

atry, 141 (1984), s. 800-1.

18. A. Kales, C. R. Soldatos, E. O. Bixler, R. L. Ladda, D. S. Charney, G. Weber ve P. K. Schweitzer, "Hereditary factors in sleepwalking and night terrors", *British Journal of Psychiatry*, 137 (1980), s. 111-18.

19. M. R. Pressman, M. W. Mahowald, C. H. Schenck ve M. Cramer Bornemann, "Alcohol induced sleepwalking or confusional arousal as a defense to criminal behavior: a review of scientific evidence, methods and forensic considerations", *Journal of Sleep Research*, 16 (2007), s. 198-212.

20. M. Pilon, J. Montplaisir ve A. Zadra, "Precipitating factors of somnambulism: impact of sleep deprivation and forced arousals", *Neurology*, 70 (2008), s. 2284-90.

21. F. Pillmann, "Complex dream-enacting behavior in sleepwalking", *Psychosomatic Medicine*, 71 (2009), s. 231-34.

22. D. Oudiette, L. Smaranda, M. Pottier, M.-A. Buzare, A. Brion ve I. Arnulf, "Dreamlike mentations during sleepwalking and sleep terrors in adults", *Sleep*, 32 (2009), 12, s. 1621-27.

23. Kompanje, "Devil", s. 465.

24. T. B. A. Mason ve A. I. Pack, "Sleep terrors in childhood", *The Journal of Pediatrics*, 147 (2005), 3, s. 388-92.

25. A. S. Baran, A. C. Richert, R. Goldberg ve J. M. Fry, "Posttraumatic stress disorder in the spouse of a patient with sleep terrors", *Sleep Medicine*, 4 (2003), s. 73-75.

26. C. G. Roland, "Sir William Osler's dreams and nightmares", *Bulletin of the History of Medicine*, 54 (1980), 3, s. 418-46, 421.

27. A.g.y., s. 433.

28. A.g.y., s. 434.

29. A.g.y., s. 434.

30. A. Zadra, M. Pilon ve D. Donderi, "Variety and intensity of emotions in nightmares and bad dreams", *Journal of Nervous and Mental Disease*, 194 (2006), 4, s. 249-54.

31. J. B. Murray, "Psychophysiological aspects of nightmares, night terrors, and sleepwalking", *The Journal of General Psychology*, 118 (1991), 2, s. 113-27.

32. J. F. Pagel, "Nightmares and disorders of dreaming", *American Family Physician*, 61 (2000), 7, s. 2037-42.

33. T. Lidz, "Nightmares and the combat neuroses", *Psychiatry*, 9 (1946), 1, s. 37-49.

34. B. Shepard, *A War of Nerves: Soldiers and Psychiatrists, 1914-1994*, Londra, 2000.

35. Yakında çıkacak olan DSM-5'te, "bozukluk" (*disorder*) gibi bir damgalama yerine daha dikkatli bir ifadeyle "hasar" (*injury*) terimi kullanılacaktır.

36. A. J. Phelps, D. Forbes ve M. Creamer, "Understanding posttraumatic nightmares: an empirical and conceptual review", *Clinical Psychology Review*, 28 (2008), s. 338-55.
37. D. Berntsen ve D.C. Rubin, "Emotionally charged autobiographical memories across the life span: the recall of happy, sad, traumatic, and involuntary memories", *Psychology and Aging*, 17 (2002), 4, s. 636-52.
38. C. M. Nappi, S. P. A. Drummond ve J. M. H. Hall, "Treating nightmares and insomnia in posttraumatic stress disorder: a review of current evidence", *Neuropharmacology*, 62 (2012), s. 576-85.
39. Spoormaker, *Nightmares*.
40. M. A. Raskind, E. R. Peskind ve D. J. Hoff, "A parallel group placebo controlled study of prazosin for trauma nightmares and sleep disturbance in combat veterans with posttraumatic stress disorder", *Biological Psychiatry*, 61, 2007, s. 928-34.

### **Işıkları Söndürebilir miyiz? Erotik Düşler Üzerine**

1. C. G. Roland, "Sir William Osler's dreams and nightmares", *Bulletin of the History of Medicine*, 54 (1980), 3, s. 418-46, 429.
2. E. Hartmann, *The Nightmare: The Biology and Psychology of Terrifying Dreams*, New York, 1984.
3. C. Stewart, "Erotic dreams and nightmares from antiquity to the present", *Journal of the Royal Anthropological Institute*, 8 (2002), s. 279-309, 304.
4. A.g.y., s. 287.
5. D. Brakke, "The problematization of nocturnal emissions in early Christian Syria, Egypt, and Gaul", *Journal of Early Christian Studies*, 3 (1995), s. 419-460, 435.
6. Aktaran S. Marcus, *The Other Victorians: A Study of Sexuality and Pornography in Mid-nineteenth-century England*, New York, 1966, s. 24.
7. Reklam *Algemeen Handelsblad*, 19 Ekim 1863. Geriye bakıldığında, bu tür aletler aslında bitkinliğe neden olmuştur: Takan kişi her REM uykusunun başında ağrıdan uyanmak zorunda kalmış olmalıydı.
8. F. van Eeden, *Dromenboek*, Amsterdam, 1979, s. 131.
9. P. Ohlmeyer, H. Brilmayer ve H. Hüllstrung, "Periodische Vorgänge im Schlaf", *Pflügers Archiv für die gesammte Physiologie*, 248 (1944), s. 559-560.
10. P. Ohlmeyer ve H. Brilmayer, "Periodische Vorgänge im Schlaf. II. Mitteilung", *Pflügers Archiv für die gesammte Physiologie*, 249 (1947), s. 50-55.

11. C. Fisher, J. Gross ve J. Zuch, "Cycle of penile erection synchronous with dreaming (REM) sleep", *Archives of General Psychiatry*, 12 (1965), s. 29-45.

12. I. Karacan, R. L. Williams ve P. J. Salis, "The effect of sexual intercourse on sleep patterns and nocturnal penile erections", *Association for the Psychophysiological Study of Sleep*, 7 (1970), 2, s. 338-9.

13. C. Fisher, H. D. Cohen, R. C. Schiavi, D. Davis, B. Furman, K. Ward, A. Edwards ve J. Cunningham, "Patterns of female arousal during sleep and waking: vaginal thermo-conductance studies", *Archives of Sexual Behavior*, 12 (1983), 2, s. 97-122.

14. P. Lavie, "Penile erections in a patient with nearly total absence of REM: a follow-up study", *Sleep*, 13 (1990), s. 276-8.

15. S. J. Dawson, K. D. Suschinsky ve M. L. Lalumière, "Sexual fantasies and viewing times across the menstrual cycle: a diary study", *Archives of Sexual Behavior*, 41 (2012), 41, s. 173-83.

16. H. Leitenberg ve K. Henning, "Sexual fantasy", *Psychological Bulletin*, 117 (1995), 3, s. 469-96.

17. T. V. Hicks ve H. Leitenberg, "Sexual fantasies about one's partner versus someone else: gender differences in incidence and frequency", *The Journal of Sex Research*, 38 (2001), 1, s. 43-50.

18. E. B. Hariton ve J. L. Singer, "Women's fantasies during sexual intercourse", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42 (1974), s. 313-22.

19. J. Bivona ve J. Critelli, "The nature of women's rape fantasies: an analysis of prevalence, frequency, and contents", *Journal of Sex Research*, 46 (2009), 1, s. 33-45.

20. A.g.y., s. 41.

21. A.g.y., s. 37.

22. Dawson ve diğ., "Sexual", s. 174.

23. Leitenberg ve Henning, "Sexual", s. 490.

24. İngilizcesi: "Pollution without dream orgasm and dream orgasm without pollution", S. Férenczi, *Further Contributions to the Theory and Technique of Psycho-analysis*, Londra, 1950, s. 297-304.

25. B. L. Wells, "Predictors of female nocturnal orgasms: a multivariate analysis", *The Journal of Sex Research*, 22 (1986), 4, s. 421-37.

26. C. L. Henton, "Nocturnal orgasm in college women: its relation to dreams and anxiety associated with sexual factors", *Journal of Genetic Psychology*, 129 (1976), 2, s. 245-51.

27. Wells, "Predictors", s. 429.

28. A.g.y., s. 432.

29. F. King, *Waking into "the Big O"*, Lutz, 2012.

30. G. Delaney, *Erotische dromen*, Baarn, 1994, s. 32-33.

31. C. K.-C. Yu ve W. Fu, "Sex dreams, wet dreams, and nocturnal emissions", *Dreaming*, 21 (2011), s. 197-212.
32. C. K.-C. Yu, "Pornography consumption and sexual behaviors as correlates of erotic dreams and nocturnal emissions", *Dreaming*, 22 (2012), s. 230-9.
33. A. Zadra, "Sex dreams: what do men and women dream about?", *Sleep*, 2007, s. 1093.
34. Dawson ve diğ., "Sexual", s. 173.
35. King, *Waking*, s. 154-6.

### Gece Kalıntıları

1. Düşlerin neden unutulduğu konusundaki kuramlara genel bakış, yazarın *Unutmanın Kitabı* adlı eserinin "Rüyalarımızı Neden Unuturuz?" başlıklı bölümünde yer almaktadır. D. Draaisma, *Unutmanın Kitabı*, çev. Dilman Muradoğlu, İstanbul: YKY, 2015, s. 43-70.

# Adlar Dizini

- Abe, K., 248  
Abraham, K., 169-70  
Acton, W., 211  
Adler, A., 55  
Adrian, E., 32  
Almansi, G., 238, 243  
Alvarez, A., 236  
Amatoni, M., 248  
Amen, D., 77  
Aristoteles, 33, 141-3, 245  
Arnold-Forster, M., 48-52, 57, 60-62,  
116, 143, 237-8, 245  
Arnulf, I., 249  
Aserinsky, A., 33, 35  
Aserinsky, E., 22, 33-35, 40, 153-4,  
235-6  
Augustinus, A., 128, 129  
  
Bachelard, G., 59, 238  
Balfour, A., 110  
Baran, A. S., 249  
Barmack, J. E., 244  
Barnouw, V., 239  
Barrett, D., 59, 237-8, 240  
Beaunis, H., 143  
Beck, A. T., 238  
Beguín, C., 238, 243  
Belvedere, E., 92-94, 241  
Bentley, M., 92-94, 133, 143, 241, 244  
Berg-Rust, C. J. M. van den, 235  
Berger, H., 30-33, 35-36, 235  
Bergson, H., 110  
Berlage, H. P., 167  
Berntsen, D., 250  
  
Bértolo, H., 155-7, 246  
Bierman, D., 241  
Bijlo, V., 18, 52, 160, 163, 167, 233,  
247, 254  
Binet, A., 88  
Bishop, E., 19  
Bivona, J., 251  
Bixler, E. O., 249  
Blackmore, S. J., 104-5, 242  
Blagrove, M., 242  
Blanken, C. M. den, 239  
Bleuler, E., 240  
Blum, D., 143, 242, 245  
Bolli, L., 147, 246  
Booth, J. W., 86, 88  
Borck, C., 235  
Bout, J. van den, 244  
Brakke, D., 250  
Braun, C. M. J., 236  
Bridgman, L., 150  
Brillat-Savarin, J., 60  
Brilmayer, H., 250  
Brink, T. L., 237  
Brion, A., 249  
Brooks, P. L., 248  
Brown, C., 236  
Brown, A. E., 116, 243  
Brücke, E. von, 130-1, 133, 135, 137,  
139-41, 143, 145, 244  
Brugger, P., 246  
Burke, T., 181-2  
Bursik, K., 242  
Buzare, M.-A., 249

- Calef, V., 140, 245  
 Cassianus, J., 210-1  
 Charles, Prens, 21, 78, 102, 155, 213  
 Charney, D. S., 249  
 Child, I. L., 240  
 Clancy, S. A., 248  
 Cohen, H. D., 251  
 Cramer Bornemann, M., 249  
 Critelli, J., 251  
 Crookes, W., 110  
 Cunningham, J., 251  
  
 Dahmen, N., 248  
 Daoust, A.-M., 236  
 Darius I, 27  
 Davis, D., 251  
 Dawson, S. J., 251-2  
 De Koninck, J., 239  
 Delaney, G., 223-4, 251  
 Delorme, M.-A., 239  
 Dement, W. C., 34-36, 40, 122, 178, 236, 243-4, 247  
 Dennett, D., 178-9, 248  
 Derksen, M., 233, 241  
 Descartes, R., 141-3  
 Devereux, G., 240, 242  
 Diemerbroeck, I. van, 188, 193-4, 248  
 Dijkstra, P. U., 246  
 Dodgson, C. L., 110  
 Domhoff, G. W., 157, 236, 246  
 Donderi, D. C., 246, 249  
 Draaisma, D., 241, 252  
 Dresler, M., 244  
 Drummond, S. P. A., 250  
 Dunn, S., 246  
  
 Edwards, A., 251  
 Eeden, F. van, 15, 17, 56-61, 63, 67-68, 82-83, 108-20, 126, 128-9, 131, 138-40, 211-2, 228, 230, 237, 245  
 Eeden, H. van, 238  
 Ehrenberg, K., 242  
 Einstein, A., 63  
 Einthoven, W., 31, 32  
 Ekeh, P. P., 76, 77, 239  
 Elsas, F., 98-100  
 Eppensteiner, B., 247  
 Erlacher, D., 243-4  
  
 Faraday, A., 69, 239  
 Fechner, G. T., 88  
 Federn, P., 55-56, 58, 237  
 Férenczi, S., 221-2, 251  
 Fink, G., 237  
 Fisher, C., 213-7, 221, 237, 244, 250-1  
 Fiss, H., 246  
 Fliess, W., 140  
 Fontijn, J., 238, 242-3  
 Forbes, D., 249  
 Foulkes, D., 92-94, 236, 241, 246  
 Franklin, B., 207  
 Freedman, S. G., 239  
 French, C. C., 242  
 Freud, S., 15  
 Fry, J. M., 249  
 Fu, W., 251  
 Furman, B., 251  
 Fuseli, H., 181-3, 185, 248  
  
 Galen, 209, 214  
 Galton, F., 25  
 Gamwell, L., 235  
 Garma, A., 244  
 Geertzen, J. H. B., 246  
 Gennadius, 128  
 Gerding, J. L. F., 241-2  
 Gladstone, W. E., 256  
 Globus, G., 241  
 Godbout, R., 236  
 Goethe, J. W. von, 51, 61, 139  
 Goldberg, R., 249  
 Goldwyn, S., 169  
 Graftdijk, T., 235  
 Green, C., 117, 119-20, 238, 243  
 Green, M. R., 244  
 Greenhouse, H. B., 237  
 Griffith, R. M., 237-8

- Grillparzer, F., 115  
 Gross, J., 237, 250  
 Guleke, N., 31  
 Gutheil, E. A., 237  
  
 Hadfield, J. A., 96, 97, 241  
 Hall, C. S., 40-43, 155-7, 231, 236, 250  
 Hall, J. M. H., 239  
 Halliday, G., 239  
 Hariton, E. B., 251  
 Harrison, W. H., 87  
 Hartmann, E., 250  
 Hatakeyama, T., 245  
 Hauptmann, B., 102  
 Havelock Ellis, H., 51, 143, 179-80, 245, 248  
 Healy, J., 241  
 Heerma van Voss, S. C. J., 59  
 Heermann, G., 147-9, 151-3, 156, 246  
 Heijn, G. J., 17, 97-102, 241-2  
 Heijn, H., 98, 99  
 Heijn, R. J., 98, 99  
 Heikkilä, K., 248  
 Heineken, F., 98, 241-2  
 Henning, K., 251  
 Henton, C. L., 251  
 Herman, J., 244  
 Hervey de Saint-Denys, M.-J.-L. d', 44, 70, 115, 239, 243  
 Hicks, T.V., 251  
 Hildebrandt, F. W., 175  
 Hitschmann, F., 246  
 Hobson, J. A., 45-46, 61-62, 231, 236-8  
 Hochstenbach, J., 246  
 Hoff, D. J., 250  
 Honorton, C., 241  
 Hoss, R., 135-9, 245  
 Houston, J., 241  
 Huang, C., 244  
 Hublin, C., 248  
 Hufford, D. J., 188, 248  
 Hüllstrung, H., 250  
 Hurovitz, C. S., 246  
  
 James, H., 12  
 James, W., 88, 95-96, 110, 241, 242  
 Jastrow, J., 147-50, 153, 246  
 Jelgersma, G., 171-8, 247  
 Jones, E., 170, 182-5, 248  
 Jones, G., 242  
 Jong, J. T. V. M. de, 248  
 Jong, M. A. de, 189, 236  
 Jouvett, M., 37  
 Jung, C. G., 55, 229  
  
 Kafka, E., 240  
 Kahn, E., 136, 244  
 Kales, A., 249  
 Kaprio, J., 248  
 Karacan, I., 251  
 Kasten, M., 248  
 Kennedy, J., 247  
 Kennedy, J. F., 87  
 Kerr, N. H., 154, 159, 246  
 King, F., 223, 228, 251-2  
 Kinsey, A., 222-3  
 Kirmayer, L. J., 248  
 Kleitman, N., 33-35, 40, 235-6  
 Knapp, P., 241  
 Kompanje, E. J. O., 248-9  
 Koskenvuo, M., 248  
 Krippner, S., 240-1  
  
 LaBerge, S.P., 120-3, 127-9, 243-4, 258  
 Ladda, R. L., 249  
 Lalumière, M. L., 251  
 Lamon, W. H., 84, 86, 87, 240, 258  
 Lansky, M., 77, 78  
 Lavie, P., 251  
 Law, S., 248  
 Leitenberg, H., 251  
 Lemann, N., 77, 239  
 Lidz, T., 200-2, 249  
 Lincoln, A., 84-88  
 Lincoln, M., 84, 85, 87  
 Lincoln, T., 85  
 Lindbergh, C., 102  
 Lopes da Silva, F. H., 247



- Lortie-Lussier, M., 239  
 Lusignan, F.-A., 236  
  
 Mahowald, M. W., 249  
 Marcus, S., 169, 250  
 Marques, R., 246  
 Maskelyne, N., 49  
 Mason, T. B. A., 249  
 Masters, R., 241  
 Matsuoka, K., 245  
 Maury, A., 172, 177-8  
 McCarley, R. W., 236, 237  
 McConnell, R. A., 242  
 McEwan, I., 144, 245  
 McKinley, W., 87  
 McNally, R. J., 248  
 Mestre, T., 246  
 Middleton, W. C., 66, 133-4, 143, 238, 244, 245  
 Millar, B., 241  
 Miller, S. C., 136, 245  
 Millett, D., 235  
 Miyagy, O., 237, 238  
 Molewijk, G. C., 241  
 Montplaisir, J., 249  
 Mottron, L., 236  
 Mourly Vold, J., 55  
 Mulder, T., 152-3, 246  
 Murray, H. A., 242  
 Murray, J. B., 249  
 Musch, J., 242  
 Murzyn, E., 244  
 Myers, F. W. H., 88, 110, 113, 117, 119-20, 243  
 Myers, W. A., 68-69, 239  
  
 Nagel, L. E., 243  
 Nappi, C. M., 250  
 Neu, J. G., 241  
 Nielsen, T. A., 246  
 Novalis, 114  
  
 Oda, N., 158-9, 196, 248  
 Ohlmeyer, P., 212-4, 217, 250  
  
 Okada, H., 245  
 Olivastro, D., 104, 242  
 Ortt, H., 57  
 Osler, W., 195-7, 204, 207, 218, 249, 250  
 Ostow, M., 80, 240  
 Oswald, I., 248  
 Oudiette, D., 249  
 Ouspensky, P. D., 66  
  
 Pace-Schott, E. F., 237  
 Pack, A. I., 249  
 Pagel, J. F., 236, 249  
 Paiva, T., 246  
 Partinen, M., 248  
 Peever, J. H., 248  
 Péguy, C., 56  
 Pepys, S., 117, 202-3  
 Peskind, E. R., 250  
 Pessoa, L., 246  
 Phelps, A. J., 249  
 Piel, E., 53, 237  
 Pillmann, F., 249  
 Pilon, M., 249  
 Pinkerton, A., 87  
 Pottier, M., 249  
 Pressman, M. R., 249  
 Price, H. H., 117  
 Ptolemaeus I, 27  
  
 Rao, K. R., 241  
 Rascoe, E., 238  
 Raskind, M. A., 250  
 Rattet, S. L., 242  
 Reichmayr, J., 247  
 Reijmerink, M., 160, 233  
 Renik, O., 240  
 Renthergem, A. W. van, 131  
 Richert, A. C., 249  
 Riel, B. van ("Rink"), 98, 99, 241  
 Roffwarg, H., 244  
 Roland, C. G., 249, 250  
 Roosevelt, F. D., 87, 114  
 Roth, N., 245

- Rubin, D.C., 250
- Salis, P. J., 251
- Sandburg, C., 240
- Santos, R., 246
- Saul, L. J., 67-68, 239
- Schädlich, M., 243
- Schenck, C. H., 249
- Schiavi, R. C., 251
- Schmeidler, G., 103, 242
- Schmidt, M., 246
- Schneck, J. M., 248
- Schneider, A., 236
- Schredl, M., 53-54, 237, 243, 244
- Schweitzer, P. K., 249
- Schwitzgebel, E., 134, 141, 244, 245
- Seligman, C. G., 52, 76, 237, 239
- Shepard, B., 249
- Sherrington, C., 21-22, 45, 231, 235
- Sietsma, K., 98, 100
- Simon, P. M., 176, 247
- Singer, J. L., 251
- Skinner, J., 241
- Smaranda, L., 249
- Soldatos, C. R., 249
- Solms, M., 236
- Spoormaker, V., 205, 244, 248, 250
- Stekel, W., 55, 73-74, 76-77, 81, 237, 240
- Sterba, R., 79-80, 240
- Stewart, C., 250
- Stickgold, R., 237
- Strunz, F., 246
- Stumbrys, T., 243, 244
- Suschinsky, K. D., 251
- Thomson, J. J., 110
- Timotheus, İskenderiye piskoposu, 210
- Troscianko, T., 242
- Ullman, M., 240, 241
- Van de Castle, R. L., 40-43, 91-93, 155-7, 236
- Vaughan, A., 94, 240
- Velde, K. van der, 241
- Verbeek, E., 239
- Verburg, A., 241
- Vloten, G. van, 113
- Vloten, M. van, 108
- Voois, W., 241
- Wallace, A. R., 110
- Ward, C. H., 84, 238
- Ward, K., 251
- Waterman, D., 236
- Watson, G., 245
- Weber, G., 249
- Wehrle, R., 244
- Wells, B. L., 251
- Wezelman, R., 241
- Wheeler, D. R., 242
- Williams, R. L., 251
- Wilson, E. O., 245
- Wittgenstein, L., 9, 47, 237
- Wolpert, E. A., 178, 247
- Woods, R. L., 237
- Wundt, W., 88, 176
- Yu, C.K.-C., 251, 252
- Zadra, A. L., 224, 240, 246, 249, 252
- Zarcone, V. P., 243
- Zhou, Y., 244
- Zijl, A. van der, 11, 81-82
- Zuch, J., 237, 250
- Zulliger, H., 105-7, 242