

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>

Jungiyen Rüya Analizi

Teori ve Pratik El Kitabı

James A. Hall

Çeviri: Özgür Ertana



TİMAŞ YAYINLARI

İstanbul 2023

Ücretsiz PDF Kitap Arşivi - <https://rantey.org>
timas.com.tr

JUNGIYEN RÜYA ANALİZİ

James A. Hall

TİMAŞ YAYINLARI | 5919
Psikoloji Kitaplığı | 107

EDİTÖR
Seval Akbıyık Erdoğan

KAPAK TASARIM
Tarık Akın

İÇ TASARIM
Nur Kayaalp

1. BASKI
Ekim 2023, İstanbul



TİMAŞ YAYINLARI
Bahçelievler Mahallesi Zübeyde Hanım Caddesi
No: 8 İç Kapı No: 3 Üsküdar / İstanbul
Telefon: (0212) 511 24 24

timas.com.tr
timas@timas.com.tr
   timasyayingrubu

Kültür Bakanlığı Yayıncılık
Sertifika No: 45587

BASKI VE CİLT
Alfabe Basım
İkitelli OSGB Mah. Enkoop 1. Sk.
No: 1B/-1 Başakşehir / İstanbul
Telefon: (0212) 485 21 25
Matbaa Sertifika No: 46012

YAYIN HAKLARI
© *Jungian Dream Interpretation* orijinal adıyla Inner City Books tarafından yayımlanan bu kitabın Türkiye'deki tüm hakları yayıncı ile anlaşmalı olarak Timaş Basım Ticaret ve Sanayi Anonim Şirketi'ne aittir. Tanıtım amacıyla yapılacak alıntılar dışında hiçbir şekilde kopya edilemez, çoğaltılamaz, yayımlanamaz.

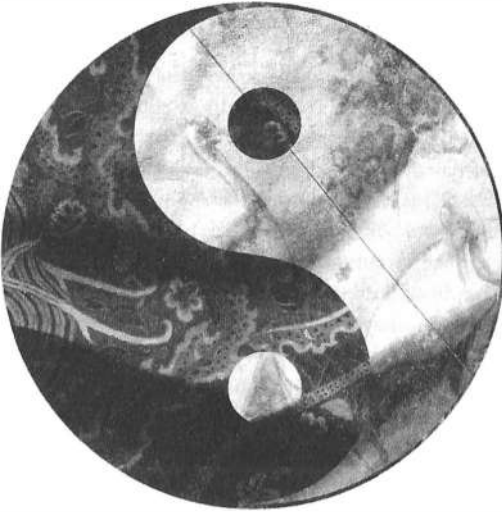
Jungiyen Rüya Analizi

Teori ve Pratik El Kitabı

James A. Hall

Çeviri: Özgür Ertana

Çeviri Editörü: Berin Orhan



JAMES A. HALL

Saygın bir psikiyatrist, Jungiye analist ve klinik hipnoz alanında tanınmış bir araştırmacı olan James A. Hall, 1991 yılında geçirdiği bir felç nedeniyle emekli olmak zorunda kalana kadar, kurucu üyesi olduğu ve bir dönem başkanlığını yaptığı Bölgeler Arası Jungiye Analistler Cemiyeti'nde Kıdemli Eğitim Analisti, Dallas Grup Psikoterapi Cemiyeti Eğitim Fakültesi'nde ve Texas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Merkezi'nde Klinik Psikiyatri Doçenti olarak görev yaptı. Hastalığı ile ilgili engellere rağmen aktif olarak editörlüğe ve yazarlığa devam etti ve vefatına kadar Jungiye psikoloji, rüyalar, aktarım/karşı aktarım, parapsikolojiye Jungiye bakış açısı ve hipnoz gibi konularda pek çok kitap ve makale yayımladı. 2013 yılında vefat eden Dr. Hall, rüyalarla ilgili sık bahsedilen *Clinical Uses of Dreams: Jungian Interpretations and Enactments* (Rüyaların Klinik Kullanımı: Jungiye Yorumlar ve Canlandırmalar) başlıklı kitabın da yazarıdır.

ÖZGÜR ERTANA

Nisan 1970'de İstanbul'da doğdu. Ortaokul ve liseyi Erenköy Kız Lisesinde okudu. 1989'da İngilizcesini geliştirmek için Londra'ya gitti. O tarihten beri Londra'da yaşayan Ertana Londra Üniversitesi -SOAS'tan mezundur. İngiltere'nin Ulusal Sağlık Kuruluşu adına hastanelerde ve diğer sağlık ve psikoloji merkezlerinde tercüman olarak çalışır. 2000'li yılların başından itibaren psikolojiye duyduğu ilgi sebebiyle yine Londra Üniversitesi -Birkbeck bünyesinde biri yüksek lisans seviyesinde olmak üzere birçok eğitime katılmıştır. Bunların arasında Tavistock geleneğine dayalı, deneyimsel grup dinamiklerini psikodinamik yaklaşımla inceleyen Psikodinamik Danışmanlık ve Organizasyon/Örgüt psikolojisi de bulunur. Jungiye psikolojiye ilgisi yirmi yıllık bir geçmişe dayanır. 1979'dan 2019'daki vefatına kadar Guild of Pastoral Psychology'nin koordinatör ve kurul başkanı olan Diana Grace-Jones'tan Birkbeck bünyesinde analitik psikoloji dersleri almıştır. Bu alandaki öğrenimine 2021'den itibaren Dr. James Newell ile devam etmektedir. Aynı zamanda GLL Better merkezlerinde bedendeki hisleri geri bildirim olarak kullanma odaklı yoga dersleri veren Ertana, 2015 yılından itibaren Sanat Terapisti Federica Dalla Vecchia ile yoga ile sanat terapisinin kimi öğelerini harmanlayan atölyeler düzenlemektedir.

İÇİNDEKİLER

Çevirenin Önsözü	9
Önsöz	12
1. Bölüm	
Jungiyen Psikolojinin Temel Kavramları.....	17
Genel Yapılar.....	19
Kişisel ve Nesnel Psişe Arasındaki İlişki	22
Kompleks ve Arketip	26
Kimlik Yapıları: Ego ve Gölge.....	28
İlişkisel Yapılar: Anima/Animus ve Persona	30
Bireyleşme Süreci	36
2. Bölüm	
Rüyanın Tabiatı	39
Telaflı Olarak Rüyalar	41
Rüyaların Yorum Dışı Kullanımları.....	45
Rüya Yorumu ve İmajinal Teknikler	48
Ego Kimliği ve Komplekslerin Yapısı	49
3. Bölüm	
Rüyalara Jungiyen Yaklaşım.....	56
İmgelerin Amplifikasyonu	58
Rüyanın Başlangıcı.....	60

4. Bölüm

Teşhis Aracı Olarak Rüyalar62

Analizin İlk Rüyaları..... 62

Bir Rüya Serisi İçinde Birbiriyle
İlişkili Olan Rüyalar 65

Ayırıcı Tanı..... 71

Depresyon 72

Kaygı..... 73

Psikoz 79

Fiziksel Sorunlar 80

Ölüm Rüyaları..... 82

Hatırlanması Gereken İlkeler 84

5. Bölüm

Teknikle İlgili Konular85

Aktarım ve Karşı Aktarım 85

Analizde İlaç 91

Redüktif Analiz ve Prospektif Analiz 93

Duygu-Ego ve Rüyalar..... 96

Ertelenen Yorumlama ve Yorumlamama..... 100

Eşzamanlı Grup Terapisi ve Bireysel Terapi 103

Hatırlanması Gereken Noktalar 105

6. Bölüm

Rüyalarda Ego-İmgeleri ve Kompleksler 106

Komplekslerin Tespit Edilmesi..... 107

Yapısal Değişimler: Sınırlar ve Hudutlar..... 109

İlişkisel Yapılar ve Kimlik Yapıları	110
Persona.....	111
Gölge	113
Anima/Animus	114
Benlik ve Ego-Benlik Ekseni	117
Arketipsel Amplifikasyon	120
7. Bölüm	
Yaygın Rüya Motifleri.....	123
Ensest.....	124
Yas	125
Evler	126
Otomobiller	128
Alkol ve Uyuşturucular	131
Ölüm.....	133
Yılanlar	135
8. Bölüm	
Rüya Çerçevesi.....	138
Rüya İçinde Rüya	138
Gerçekliği Olduğu Gibi Yansıtan Rüyalar.....	140
Zaman ve Mekâna Atıflar.....	141
Eşzamanlı Olgular.....	143
9. Bölüm	
Simya Sembolizmi.....	149
Rüyalarda Simyevi Motifler	151
Coniunctio: Birlik İmgeleri.....	154

10. Bölüm

Rüyalar ve Bireyleşme 157

Nevrozun Tabiatı..... 157

Egonun İzafileştirilmesi..... 163

Bireyleşen Ego 164

Rüya Egosu ve Uyanıklık Hali Egosu 167

Odaksal ve Örtülü Bilgi..... 169

11. Bölüm

Rüya Yorumunda İki Gerilim172

Nesnel ve Öznel Yorum..... 172

Kişisel ve Arketipsel Anlam..... 175

Kısa Bir Özet 178

Jungiyen Terimler Sözlüğü

(James A. Hall)..... 181

EKLER..... 185

KAYNAKÇA 223

DİZİN 224

Çevirenin Önsözü

.

Marie-Louise von Franz, Jung'un, rüyayı çok daha mahir; içimize dokunan, bilinmeyen bir yerden gelen bir mesaj olarak gördüğü için entelektüel bir rüya teorisi ortaya koymadığını; her rüyanın, kendi emsalsizliği gözetilerek yeni anlamlar keşfetmek üzere defalarca aydınlatılması gerektiğine inandığını; dinlediği binlerce rüyayı en iyi şekilde yorumlamak için elinden geleni yaptığı halde, onun için rüyaların her zaman tabiatın yaratıcı kaynağından gelen gizemli mesajlar olarak kaldığını söyler. Bu nedenle Jung, hiçbir rüyaya zoraki bir yorum dayatmamış; yapılan bir yorumun rüya sahibinde, 'canlandırıcı, özgürleştirici' bir "İşte bu!" tepkisi uyandırmadığı müddetçe yanlış bir yorum olduğunu söylemiştir. ¹

Günümüzde zekice kurgulanmış ufuk açıcı post-Jungiyen çalışmalarda rüyaların herhangi bir niyete hizmet etmediğini,

1 Von Franz, M.L., *Dreams: A Study of the Dreams of Jung, Descartes, Socrates, and Other Historical Figures*, London, Shambala, 1998, s.25-26

özel bir anlam ve mesaj taşınmadığını ve hatta Jung'un söylediği gibi bilinçli ego tutumunu telafi edici olmadığını son derece ikna edici argümanlarla ifade edenler var. Elinizdeki kitap, kimi yeni perspektif ve açılımları da dikkate almakla birlikte, arketip, persona, gölge, Benlik, Jungiyen psişe modeli, anima, animus vb. önemli kavramları ve Jungiyen rüya analizini ilgilendiren süreç ve metotları daha ziyade klasik kabul edilebilecek bir perspektiften ele alıyor. Buna dayanarak, terminoloji çevirisinde Jungiyen psikolojideki bazı gelişmeleri ve katkıları dikkate almakla beraber yazarın bakış açısına sadık kalmayı tercih ettim (rüya 'analizi-ta-biri-tercümesi-yorumu' veya 'hasta-danışan-analizan' sorunsalı da buna dahildi).

Jungiyen Rüya Analizi: Teori ve Pratik El Kitabı, imgeleri bağlamları dışında açıklayan bir 'rüya sözlüğü' değil. Zira Jungiyen psikoloji, sembollerin 'birebir' yorumunu savunmaz (ki semboller yalnızca kısmen bilindikleri için böyle bir şey zaten mümkün değildir). Bu kitap, daha ziyade, rüyanın ve rüya analizinin farklı unsurlarına, analitik psikolojinin 'ilkeleri' ve klinik gözlem ışığında yer yer pratik örneklerle açıklık getiren teorik bir başvuru kitabı. Ülkemizde son yıllarda hızla artan Jungiyen çevirilere, rüyalar konusunda, zaman zaman başvurulabilecek kısa ve öz bir zemin sağlayacağına inanıyorum.

Bahsettiğim hızlı artışa rağmen, dilimizdeki Jungiyen eserler, henüz çevrilmeyen külliyata kıyasla çok kısıtlı olduğu için *Gölgeyle Buluşma*'daki gibi bu çeviride de bazı kavramlara Jungiyen kaynaklardan alıntılarla açıklık getirmenin gerekli olduğunu hissettik. Yazarın kendisi kitabın sonuna küçük bir Jungiyen Terimler Sözlüğü eklemişti. Bu nedenle bahsettiğim kavramları dipnot olarak bırakıp başvuru kolaylığı sağlamak için bunlardan

bir dizin oluşturmayı tercih ettik. Kitabın sonunda bulabileceğiniz ‘Ekler’ bölümü dipnotlara sığmayan metin ve çevirileri içeriyor.

Bu çeviri de her zamanki gibi bir ekip çalışmasıydı. Bu ön-söz vesilesiyle değerli katkıları ve manevi desteğiyle her zaman yanımda olan çeviri editörüm Berin Orhan’a, metnin redaksiyonunu hassas ve duyarlı bir dikkatle yapan Seval Akbıyık Erdoğan’a ve emeği geçen tüm Timaş çalışanlarına teşekkür ederim. Doğmak isteyen bir şey kendi uygun koşullarını yaratıyor.

Önsöz

• • • • •

Psikiyatri pratiğimin ilk iki yılı boyunca farklı rüya yorumu teorilerine karşı tarafsız bir tutum sergilemeye çalıştım. Tüm bu teorileri eşit derecede geçerli kabul ederek nihayetinde her teorinin avantajlarını ve dezavantajlarını klinik gözlem temelinde ayırt edebilmeyi; hangi rüya yorumu teorisinin daha tercih edilebilir olduğuna mantık yoluyla kendim karar vermeyi umut ediyordum.

Teoriler arasındaki bu yarışmanın iki büyük rakibi Freud ve Jung'un rüya yorumu ile ilgili yaklaşımlarıydı. Tıp ve psikiyatri eğitimin boyunca rüyalardan bahsedilen ender zamanlarda daha çok Freud'un teorileri vurgulanmıştı. Duke Üniversitesi Tıp Merkezi'ndeki psikiyatri ihtisasım boyunca analiz sürecimi, rüya malzemesinin erken aile örüntüleri ve bu ilişkilere dayanan ego kimlikleri ile ilişkisini vurgulayan Sullivancı¹ Doktor Bingham Dai ile tamamladım. Onunla 75 saatlik analizden sonra sabır-

1 Herbert Stack Sullivan (1892-1949) Kişiliğin, kişiler arası ilişkilerin karmaşık yapısından ayrı ele alınamayacağını savunan ve Amerikan psikanalizinde en önemli 'yeraltı' etkisi olarak kabul edilen neo-Freudcu psikiyatr ve psikanaliftir. Rantey Arşivi - <https://rantey.org>

sızca “Anne kompleksimi biliyorum, rüyada yeniden bulmamıza gerek yok!” dediğimi hâlâ hatırlıyorum. Sonradan benim de takdir ettiğim gibi, ‘bilişsel bir içerik olarak *bilme*’ ile ‘yaşanmış bilgelik olarak *bilme*’ arasındaki ayrımın farkında olarak kibarca güldü. Teksas’a dönmek üzere Duke Üniversitesi’nden ayrılırken Dr. Dai’nin bana son tavsiyesi, “Jungiyen teoriye hızlı bir şekilde derinlemesine girme” olmuştu. Jungiyen bakış açısına daha sonraki derin ilgimi önceden hissetmiş gibiydi.

Fakat sonunda rüyaları Jungiyen olmayan bir perspektiften gönül rahatlığıyla ele alamaz hale geldim. Diğer tüm rüya teorileri Jungiyen görüşe ait özel vakalar gibi görünüyordu ama benim için Jung’un geniş vizyonunu mevcut başka herhangi bir teoriye sıkıştırmak mümkün değildi. Artık ikna olmuş bir Jungiyendim.

Kendi Jungiyen analizim rüyaların anlamına dair başlıca öğretmenim oldu; bu konuda analistlerim Rivkah Scharf Kluger², Dieter Baumann³, Marie-Louise von Franz⁴ ve Edward Whit-

2 Rivkah Scharf Kluger (1907-1987). Lisansüstü eğitimini sırasında C.G. Jung’un da öğrencisi olmuştur. Eski Ahit’te Şeytan konulu bitirme tezi daha sonra kitap olarak yayınlanmıştır. Kluger uzun yıllar Los Angeles’ta analist olarak çalışmış; mitoloji ve İncil hikâyeleri üzerine seminerler vermiştir. Jung’un teşviki üzerine yazdığı *The Archetypal Significance of Gilgamesh: A Modern Ancient Hero* (Gılgamış’ın Arketipsel Önemi: Modern Bir Antik Kahraman) Gılgamış mitini Jungiyen bakış açısıyla inceleyen tanınmış bir eserdir. -ç.n.

3 Dr. Dieter Baumann (1928 - ?) C.G. Jung’un torunudur. Psikiyatriye ve büyükbabasının çalışmalarına duyduğu ilgi nedeniyle analist eğitiminden de geçmiş, Zürih ve Milan’da analist olarak çalışmış ve dünyanın pek çok yerinde seminerler vermiştir. -ç.n.

4 Marie-Louise von Franz (1915-1998) Otuz bir yıl beraber çalıştığı Carl Jung’un belki de en önemli öğrencisi olarak değerlendirilen İsviçreli

mont'a⁵ her zaman minnettarım. Uzun yıllar boyunca klinik pratiğimde pek çok analizan ile çalışmanın teyit ettiği bilgiler de oldu. 1977'de Jungiye n rüya teorisini diğ er önemli teorilerle karşılaştı rarak farklılıklara ve benzerliklere iş aret ettiğ im rüya yorumu üzerine temel bir metin yayı nladım: *Clinical Uses of Dreams: Jungian Interpretations and Enactments*.⁶ Kitapta, Jungiye n rüya teorisini uyku ve rüya görmeyle ilgili laboratuvar çalışmalarıyla ilişkilendirmek yönünde mütevazı bir ç abaya da yer verdim.

Elinizdeki cilt bu karşılaştı rmalara tekrardan değ inmiyor. Daha ziyade rüya yorumu ve rüya yorumunun Jungiye n psikolojinin temel ilkeleri ış ığında kullanımına dair kolay anlaş ılır ve pratik tavsiyeler veriyor. Örnekler göstererek ve belirli yorumların tam olarak neden tercih edildiğ ini anlatarak, çoğ u durumda da bu yorumların klinik değ iş imle nasıl ilişkili olduğunu açıklayarak tekrarlayan klinik sorunlara eğildim. Bazı

psikanalisttir. Kendi ç apında özgün ve kışkırtıcı bir düşünür olmakla beraber eserleri Jung'un düşüncesinin özünü somutlaştırır. Üretken bir yazar olan von Franz'ın eserleri, 2021'den itibaren Chiron Publications tarafından *The Collected Works of Marie-Louise von Franz* başlığ ıyla (Toplam 28 cilt olması planlanan Toplu Eserler) yayımlanmaya başlanmıştır. -ç.n.

- 5 Edward Whitmont (1912-1998) Uluslararası Analitik Psikoloji Derneğ i ve New York C. G. Jung Enstitüsü'nün kurucu üyelerindendir. Jungiye n psikanalist ve homeopati doktorudur. *The Symbolic Quest* adlı kitabı, Jung'un arketipler üzerine yazılarını terapist-hasta ilişkisine uygulayan ilk çalışma olarak değ erlendirilir. Whitmont hayatının önemli bir bölümünü zihin, beden ve ruhun keş iş tiğ i bölgeyi keş fetmeye, psikoloji, tıp, bilim ve dinin kullandığı yöntemleri sentezlemeye adanmıştır. -ç.n.

- 6 Rüyaların Klinik Kullanımı: Jungiye n Yorumlar ve Canlandı rmalar

yararlı referanslar belirtildi fakat rüya yorumu konusunda gide-rek büyüyen literatürün ayrıntılı bir incelemesini tekrar sunma amacı gözetilmedi.

Rüya yorumu için genel kurallar verilebilir ancak prosedüre ilişkin kesin kurallar vermek mümkün değildir. Yetenekli bir süpervizör gözetiminde kişisel analizin ve klinik deneyiminin yerini hiçbir şey tutamaz ki bunların her ikisi de hangi okuldan olursa olsun tüm psikanalitik eğitimlerin temel unsurlarıdır.

Burada klinik tasvirler için kullanılan rüyalar, gerçek bir analiz saatinde meydana gelebilecek tüm amplifikasyon⁷ biçimleriyle sunulmamıştır. Çoğu durumda, analiz esnasında bir rüyanın içinde yer alabileceği zengin kişisel anlam matrisini göstermeye de çalışmadım. Böyle bir ‘ihmal’ kısa ve öz bir anlatım için ve tasvir edilen klinik soruna odaklanabilmek adına gereklidi.

7 **Amplifikasyon:** Amplification (İng.) kelimesinin ‘çoğaltma’ veya ‘bü-yütme’ ve ‘genişletme’ olarak çevrildiğine denk geldim. Kanaatimce bu çeviriler kelimenin Jungiye psikolojideki anlamını karşılamakta yetersiz kalıyor. ‘Zenginleştirme’ belki biraz daha uygun ancak bu alan-daki çeviri terminolojisi henüz oturmadığı için ‘amplifikasyon’ olarak bırakmayı yeğledim. Amplifikasyon, Jung’un yorum (özellikle de rüya yorumu) için kullandığı yöntemin bir ögesidir. ÇAĞRIŞIM vasıtasıyla bir rüyanın kişisel bağlamını belirlemeye çalışmış, AMPLİFİKASYON vasıtasıyla rüyayı evrensel imgelemlerle ilişkilendirmiştir. Amplifikasyon, rüya sembolizminin metaforik içeriğini açıklığa kavuşturmak ve zen-ginleştirmek için mitik, tarihsel ve kültürel paralelliklerin kullanılması-nı içerir. Jung bundan imgenin içinde gömülü olduğu ‘psikolojik doku’ olarak bahseder. (Samuels, A. ve ark., *A Critical Dictionary of Jungian Analysis*, Londra, Routledge and Kegan Paul, 1986). Terimin daha geniş bir açıklamasını bu kitabın üçüncü bölümünde bulabilirsiniz.

Tüm rüyalar rüya sahiplerinin izniyle kullanılmıştır ancak benzer motifler ve rüya türleri genellikle farklı kişilerde de görülür. Bu nedenle hiçbir analizanım rüyalarından birinin kendisine ait olduğunu düşünmemeli ve örnek olarak sunulan bir rüyaya ilişkin yorumları kendi rüyalarına gönderme olarak algılamamalıdır. Bu rüyalar klinik Jungiyen analizin zengin matrisinden alınmış ve belli noktaları resmetme amacıyla sunulmuştur.

1. Bölüm

Jungiyen Psikolojinin Temel Kavramları

• • • • •

Jung, psişenin bilinç dahilinde ve bilinçdışı olan farklı kısımlarını tarif etmek için belirli terimler kullandı. Bu kavramlar, poligraf testinin (modern yalan dedektörü) ve psikolojik kompleksler kavramının temelini oluşturan Jung'un kelime çağrışım deneyi ile yaptığı ilk çalışmaları da içermek üzere çok sayıda klinik materyalin gözlemlenmesinden ampirik olarak elde edilmişti. (Freud'un 1900'de yayınlanan *Interpretation of Dreams*¹ adlı çalışmasını ilk defa okumadan önce Jung halihazırda kelime çağrışım çalışmalarıyla yoğun bir şekilde meşguldü.)

Temel Jungiyen kavramları birkaç kategoride ele almak yararlıdır ancak bu ayrımların nispeten keyfi olduğu ve tanımlama ve anlatım kolaylığı açısından kullanıldığı hatırd tutulmalıdır zira canlı psişede farklı düzeyler ve çeşitli yapılar organize bir bütün

olarak işlev görürler. İki temel topografik bölüm mevcuttur: Bilinç ve bilinçdışı. Bilinçdışı ayrıca kişisel bilinçdışı ve nesnel psişe olarak ikiye ayrılır.

Jung'un nesnel psişe için ilk zamanlar kullandığı terim 'kollektif bilinçdışı' idi ve Jungiye teoriden bahsedilirken hâlâ en yaygın olarak kullanılan da bu terimdir. Nesnel psişe terimi, kollektif bilinçdışının insanlığın çeşitli kollektif gruplarıyla karıştırılmasını önlemek için ortaya atıldı çünkü Jung'un özellikle vurgulamak istediği şey insan psişesinin derinliklerinin, kollektif bilincin 'dışsal' ve 'gerçek' dünyası kadar nesnel bir gerçeklik olduğuydu.

Buradan yola çıkarak, psişenin dört seviyesi mevcuttur:

- 1) *Kişisel bilinç* veya sıradan farkındalık.
- 2) *Kişisel bilinçdışı*; bireysel bir psişeye özgü fakat bilinç dahilinde olmayan kısım.
- 3) Evrensel bir yapıya sahip görünen *nesnel psişe* veya kollektif bilinçdışı.
- 4) *Kollektif bilincin* dışsal dünyası; ortak değer ve biçimlerin kültürel dünyası.

Bu temel topografik bölümler içinde genel ve özelleşmiş yapılar bulunur.² Genel yapılar, arketipsel imgeler ve kompleksler³ olmak üzere iki türdür. Hem bilinç dahilinde hem de bilinçdışı

2 Bu bölümü desteklemek amacıyla sevgili çeviri editörüm klinik psikolog Berin Orhan, Jung'un psişe modeli üzerine kitabın 'ekler' bölümünde bulabileceğiniz bazı Türkçe kaynaklardan da bahseden kısa bir metin hazırladı. -ç.n.

3 Veya 'karmaşalar'. -ç.n.

olmak üzere psişenin kişisel kısımlarına ait olan özel yapılar ise dörde ayrılır: *Ego*, *persona*, *gölge* ve *animus/animadan* meydana gelen *sizigi* (çift gruplama)⁴. Nesnel psişede sayılarını tam olarak bilmediğimiz arketipler ve arketipsel imgeler yer alır fakat bunların arasında özellikle dikkate şayan bir arketip mevcuttur: Merkezi düzen arketipi olarak da adlandırabileceğimiz *Benlik*.

Genel Yapılar

Kompleksler, ortak bir nüansla bir arada tutulan ve birbiriyle ilişkili olan imgelerin gruplaşmış halidir. Jung kelime çağrışım testinde duygu nüanslı komplekslerin varlığını katılımcının yanıtlamakta geciktiği veya ıskaladığı çağrışımlarda belli bir düzen olduğunu fark ederek keşfetti. Bu çağrışımların her katılımcıda belirli temalar etrafında kümelenme eğiliminde olduğunu gördü (örneğin anne ile ilgili çağrışımlar → ‘anne kompleksi’). Kompleks terimi uzun bir süredir takribi manasıyla genel kültürde de kullanıma geçmiştir. Kompleksler kişisel bilinçdışının temel içerikleridir.

4 **Sizigi:** İster bir arada olsunlar ister karşıt pozisyonlarda yer alsınlar, iki karşıtlıktan bir çift olarak bahsedildiğinde kullanılan terim. Jung bu kelimeyi en çok anima ve animus bağlantısıyla ilgili olarak kullanmıştır. (Samuels, A. et al., *A Critical Dictionary of Jungian Analysis*, London, Routledge and Kegan Paul, 1986) Sizigi üç unsurdan meydana gelir: Erkekteki dişillik ve kadındaki erillik; erkeğin kadınla ve kadının erkekle ilgili deneyimi ve eril ve dişil arketipsel imge. (Jung, C. G., (*CW 9ii*) *Aion: Researches into the Phenomenology of the Self* (Ed. Read. H. et al.), London, Routledge, 1981, par.41 n.5)

Arketipsel imgeler, nesnel psişenin⁵ temel içerikleridir. Arketiplerin kendileri doğrudan gözlemlenemezler fakat tıpkı manyetik bir alanda olduğu gibi, zihnin görünür içerikleri, arketipsel imgeler ve kişileştirilmiş veya imgelenmiş kompleksler üzerindeki etkileri sayesinde ayırt edilebilirler. Arketip deneyimlerimizden üreyen imgeleri belirli bir biçimde düzenleme eğilimidir fakat imgenin kendisi değildir.⁶ Jung bunu doymuş bir çözeltideki kristal oluşumuna benzetmiştir: Bir kristalin kafes yapısı belirli ilkeleri (arketip) takip eder ancak belirli bir kristalin alacağı gerçek biçim (arketipsel imge) önceden tahmin edilemez. Herkes belirli imgeler oluşturma eğilimiyle doğar, imgelerin kendileriyle değil. Örneğin insanlarda anne imgesi oluşturan evrensel bir eğilim mevcuttur ancak her birey bu evrensel insani arketipe dayalı olarak belirli bir anne imgesi oluşturur.

Arketipsel imgeler, bireysel psişede biriken deneyimler üzerinde arketiplerin etkisi sonucunda oluşan temel ve derin imgelerdir. Arketipsel imgeler, kompleks imgelerinden daha evrensel ve genel bir anlama sahip olmaları bakımından farklıdır ve çoğunlukla numinoz⁷ bir duygu taşır. Çok sayıda insanın uzun bir

5 Yazar kitap boyunca Türkçe çevirilerden alışık olduğumuz ‘kolektif bilinçdışı’ yerine ‘nesnel psişe’ kavramını kullanıyor. -ç.n.

6 Arketip ve arketipsel imge çoğu zaman birbirine karıştırılır. Arketipsel imge arketipin kendisi değildir. -ç.n.

7 **Numinoz, Numinos veya Numinosum:** ‘Kutsal’ kavramını, ona genellikle yüklediğimiz ahlaki faktör veya rasyonellik olmadan tanımlayabilmek için Rudolf Otto’nun *numen* (Lat.) kelimesinden türettiği bir sıfattır. Açıklanamaz, gizemli ve esrarengizdir. Ama sanki buna rağmen oldukça etkileyici bireysel bir mesaj taşır. Jung, bilinçli veya bilinçdışı bir şekilde inancın, yani aşkın bir güce güvenmeye evvelden hazır olmanın, numinosum tecrübesi için bir ön koşul olduğunu hissetmişti. Numinoz olan fethedilemez; insan ancak kendisini ona

süre boyunca anlamlı bulduğu arketipsel imgeler kültürel olarak kolektif bilinçte yerleşik hale gelmeye meyillidir. Kral ve kraliçe, Meryem Ana, İsa ve Buda gibi dini figürlerin imgeleri bunun kültürel biçim almış örnekleridir. Pek çok kolektif figür ve durum arketipsel imgeler taşır ve genellikle kimse bu yansımanın⁸ farkında olmaz. Bir başkan ya da kral, film yıldızı veya dini lider gibi kamuya mal olmuş bir kişinin suikasta uğramasından ya da ölümünden sonraki güçlü duygusal tepkiler, o figürün pek çok kişi için arketipsel bir yansıtma taşıdığının göstergesidir.

Tekrarlanan her insan deneyimi arketipsel bir temele dayanır: Doğum, ölüm, cinsel birleşme, evlilik, karşıt güçlerin çatışması, vb. Arketipler evrimleşmiş olsalar bile o kadar yavaş değişirler ki tarihsel zaman içinde onları sabit olarak kabul etmek de mümkündür.

Jung'un modelinde **Benlik** tüm psişenin düzenleyici merkezi, **ego** ise yalnızca kişisel bilincin merkezidir. Benlik, psişik alanı koordine eden düzenleme merkezidir. Ayrıca, bireysel ego-kimliğinin arketipsel şablonudur. Benlik terimi psişeden bir bütün olarak bahsetmek için de kullanılır. Dolayısıyla Benliğin ayırt edebildiğimiz üç anlamı mevcuttur:

- 1) Bir bütün olarak psişe; bir ünite halinde işlev gören psişe.
- 2) Merkezi düzen arketipi (egonun bakış açısından).

açabilir. Fakat numinosum muazzam ve zorlayıcı bir gücün etkisini yaşamaktan öte bir tecrübedir; henüz ifşa olmamış, çekici ve mukadder bir anlam ifade eden bir güçle yüzleşmedir. (Samuels, A. ve ark., *A Critical Dictionary of Jungian Analysis*, London, Routledge and Kegan Paul, 1986)

- 8 Yansıtma (bkz. Yazarın hazırladığı Jungiyen Terimler Sözlüğü - Bundan sonra JTS)

3) Egonun arketipsel tabanı.

Benlik egodan daha kapsamlı bir teşekkül olduğu için ego tarafından algılandığı zaman genellikle daha yüksek değere sahip bir sembol biçimini alır: Tanrı imgeleri, güneş sisteminin merkezindeki güneş, atomun çekirdeği vb. Benlikle ilgili bir deneyimin duygusal nüansı genellikle numinoz veya büyüleyicidir ve huşu uyandırır. Benliğin etkisine tabi olan ego kendisini üstün bir gücün nesnesi olarak hissedebilir. Ego dengesini kaybettiğinde Benlik güven verici bir düzen sembolü olarak belirebilir. Bu genellikle bir mandala veya net bir çevresi ve merkezi olan bir figür, örneğin dörde bölünmüş daire veya daire içinde kare gibi bir şekil alabilir fakat aslında bu biçimler sonsuza kadar çeşitlendirilebilme kapasitesine sahiptir. Doğunun dini geleneklerinde mandala aranjmanları genellikle tanrı imgeleri içerir ve meditasyon uygulamalarında kullanılır. Benlik Jung'un yapısal kavramları arasında en az ampirik olanı olduğu halde (zira klinik anlamda kanıtlanabilmesi zordur) tanımlanması imkânsız olan bir şeyi psikolojik açıdan tanımladığı için yararlı bir terimdir. Aslında fenomenolojik olarak Benliği, genellikle Tanrı olarak adlandırdığımız şeyden ayırt etmek neredeyse imkânsızdır.

Kişisel ve Nesnel Psişe Arasındaki İlişki

Psişedeki referans noktamız ego kompleksidir. Birinci tekil şahıs 'ben' zahirini kullandığımızda atıfta bulunduğumuz bu yapıdır. Fakat **psişenin kişisel katmanları, nesnel psişedeki veya diğer adıyla kolektif bilinçdışındaki arketipsel bir temele dayanır**. Hem bilinç dahilindeki hem bilinçdışındaki kişisel alan, nesnel psişenin matrisinden ortaya çıkıp gelişir ve psişenin bu

derin kısımlarıyla mütemadiyen engin ve organik bir şekilde ilişkilidir. Ancak gelişmekte olan ego kaçınılmaz bir saflıkla kendisini psişenin merkezi olarak görmeye meyleder. Bu durum, güneşin dünya etrafında dönmesiyle dünyanın güneş etrafında dönmesi arasındaki farka benzer.⁹

Psişenin derin katmanlarının faaliyeti, evrensel bir insan deneyimi olan rüyalarda net bir şekilde görülür ve akut psikozda defansları kırarak aşırı bir güçle açığa çıkabilir. Yoğun bir Jungiyen analizde analizan, nesnel psişenin, egonun ampirik bireyleşme sürecine yardımcı olan faaliyetini zamanla takdir etmeye başlar. Bazı analizanlar, psişenin bu derin katmanlarıyla uyanık iken maksatlı bir şekilde temas kurmayı mümkün kılan Jungiyen **aktif imgelem**¹⁰ tekniğini öğrenirler.

9 Heliyosentrizm (Güneş merkezilik) ve Geosentrizm (Dünya/yer-merkezilik) arasındaki farka dair benzetme Jung psikolojisini ayırt eden önemli bir özelliğe işaret etmek için de kullanılır. Egoyu psişenin merkezi olarak (Güneş dünyanın etrafında döner) gören yaklaşıma karşı Jung, Psişenin merkezinin Benlik olduğunu söylemiştir (Dünya Güneş'in etrafında döner). Bu anlamda Jung'un psişe modeli tıpkı 'Kopernik Devrimi'nde olduğu gibi bir paradigma değişikliğine işaret eder. -ç.n.

10 **Aktif imgelem:** Jung'un geliştirdiği bir tekniktir. 1935'te Jung bu teknikten 'gözler açıkken rüya görmek' olarak bahsetmiştir (CW 6, par. 723n) Aktif imgelemin amacı, kişiliğin normalde işitilmeyen taraflarına (özellikle anima/animus ve gölgeye) ses vererek bilinç ile bilinçdışı arasında bir iletişim hattı oluşturmaktır. Nihai ürün (çizim, resim, yazı, heykel, dans, müzik vb.) yorumlanmasa bile yaratan kişi ile yaratılan ürün arasında bilincin dönüşümüne katkıda bulunan bir şeyler gerçekleşir. (Sharp, D., *Jung Lexicon: A Primer of Terms and Concepts*, Toronto, Inner City Books, 1991) -ç.n.

Robert A. Johnson yalın bir dille bu teknikten şöyle bahseder: "Aktif imgelem bilinçdışında yaşayan farklı parçalarınızla girdiğiniz bir

Yapısal açıdan, (bilinç dahilinde veya bilinçdışı olan) kişisel alandaki her kompleks nesnel psişede yer alan arketipsel bir matris üzerinde şekillenir. **Her kompleksin özünde bir arketip vardır.** Ego, Benliğin arketipsel merkezi etrafında şekillenir; kişisel anne kompleksinin arkasında¹¹ Büyük Ana arketipi vardır; baba ve anne imagosunun¹² merkezinde arketipsel kutsal ebeveyn imgesi yer alır; gölgenin ve pek çok kişilik rolünün de derin arketipsel kökleri bulunur. Arketipsel bir biçim, farklı biçimlerin kombinasyonunu içerebilir; örneğin ilahi evlilik ya da *hieros gamos* aynı zamanda karşıtların birleşimini de imgeler. **Psişenin arketipsel katmanları, kişisel düzeyde uzlaştırılması mümkün olmayan içerikleri fiilen birleştiren semboller oluşturma yeteneğine sahiptir.** Nesnel psişenin uzlaştırıcı semboller oluşturma yeteneğine bilinçteki karşıtların gerilimini aşabildiği için *aşkın işlev*¹³ denilir. Bu süreçte

diyalogdur. Deneyim boyunca tamamen uyanık ve bilinçli olmanız dışında esasen rüya görmeye benzer. Aslında bu tekniğe ayırt edici niteliğini veren de budur. Rüyanın içine girmek yerine uyanık olarak imgelemenize girersiniz. İmgelerin bilinçdışından yükselmesine izin verirsiniz ve onlar uyku esnasında rüyada olduğu gibi fakat bu sefer imgelem düzeyinde size gelirler. Hayal gücünüzde imgelerinizle konuşmaya ve onlarla etkileşime geçmeye başlarsınız.” (*Inner Work: Using Dreams and Active Imagination for Personal Growth*, New York, HarperOne, 1989) -ç.n.

11 Merkezinde -ç.n.

12 **İmago:** Jung'un ileri sürdüğü (CW 5) ve psikanalizin benimsediği bir terimdir. 'İmge' yerine 'imago' kelimesini kullanıldığımızda bu, özellikle de diğer insanlara ilişkin imgelerin öznel olarak üretildiği gerçeğinin altını çizmek içindir. Yani nesne öznenin içsel durumuna ve dinamiklerine göre algılanır. (Samuels, A. ve ark., *A Critical Dictionary of Jungian Analysis*, Londra, Routledge and Kegan Paul, 1986) -ç.n.

13 **Aşkın İşlev** (Bkz. JTS)

çatışmalar ortadan kalkacak diye bir kaide yoktur; daha ziyade çatışmalar aşılar ve göreceleştirilir.

Kişisel psişedeki her kompleks nesnel psişedeki arketipsel bir temele dayandığı için yeterince nüfuz edebildiğimiz herhangi bir kompleks kendisiyle ilgili arketipsel çağrışımları da açığa çıkarmaktadır. Jungiye analiz sanatının önemli bir kısmı, ego arketipsel dünyayla bağlantısını sağaltıcı bir etki olarak hissedene kadar imgeleri **amplifike etmektir**¹⁴ fakat bu amplifikasyon, egonun ilişkilendirilmemiş bir arketipsel içerikler denizinde boğulacağı raddeye getirilmez. Örneğin ego, Benlik ile bağlantısını deneyimlediğinde bir **ego-Benlik eksen**¹⁵ meydana gelir ve ego psişenin merkeziyle olan ilişkisini artık daha kalıcı bir şekilde hisseder. Ancak zayıf veya gelişmemiş bir ego bu deneyimi yaşadığında Benlik tarafından özümseme ihtimali mevcuttur ki bu durum ya psişik şişkinlik¹⁶ ya da bilinçte yönelim bozukluğu veya daha

14 **Amplifike etmek** → Amplifikasyon (bkz. 7. dipnot). -ç.n.

15 **Ego-Benlik Eksen**: İlk olarak Erich Neumann'ın ileri sürdüğü ve Edward Edinger'in popülerleştirdiği bir kavram. Egonun, 'bireyleşme süreci' boyunca Benlik ile uroborik özdeşleşmesinden çeşitli aşamalarla ayrılırken geliştirdiği varsayılan teorik eksen. Ego-Benlik ilişkisinin rüyalarındaki tezahürü için bkz. Bu kitabın 6. bölümü. Ayrıca, Ego-Benlik Eksenini anlatmak için genellikle kullanılan şema için bkz. bu kitabın Ekler bölümü, s.190, Şekil 1. -ç.n.

16 **Şişkinlik/Şişkinlik/Enflasyon**: Jung'un psişik şişkinlik hakkındaki yorumlarının çoğu egonun bir arketipin numinoz enerjisi ile özdeşleşerek çarpıtılması veya çözülmesine dairdir. Yukarıdaki paragrafta bahsedilen Benlik arketipiyle özdeşleşmez. "Şişkinlik veya enflasyon ... bilinçdışı arketipsel içeriklerin istilası nedeniyle veya bilinçteki bir genişleme sonucunda kolektif psişe ile özdeşleşmeyi anlatır. Ya muazzam bir güç ve benzersizlik hissinin ya da değersizlik duygusu ve önemsizlik hissinin eşlik ettiği bir yönelim bozukluğu söz konusudur. İlki hipomanik bir durumu, ikincisi ise depresyonu temsil eder." (Samuels, A. ve ark., 4

da kötüsü geçici psikoz olarak kendisini gösterir. LSD ve psilosi-
bin gibi psikedelik ilaçlar kullanıldığında sıkça görülen kendini
‘Tanrı’ zannetme, uyuşturulmuş egonun kendi arketipsel mer-
kezini yani Benliği tecrübe etmesidir. Ne var ki bu ego, istikrarlı
bir ego-Benlik eksenini oluşturabilecek derecede gerçeklik içinde
temellenmiş değildir.

Kompleks ve Arketip

Her kompleks özünde arketipsel olan merkezi bir anlam etra-
fında oluşmuş birbiriyle ilişkili bir imgeler grubudur. İlk farkın-
dalık anından itibaren psişedeki bu arketipsel olasılıklar kişisel
deneyimle doldurulur ve böylece yetişkin ego bilinçli, öznel içe-
riklerin kendi geçmiş kişisel deneyimlerinin bir toplamı olduğunu
hisseder. Gelişmiş ego, komplekslerin gerçek arketipsel temellerini
genellikle yalnızca analizde, rüyalarda veya derin bir etki yaratan
duygusal olaylarda deneyimleyebilir. Analizde bu farkındalığı
kolaylaştırmak için pek çok teknik kullanılabilir: Rehberli imge-
lem, gestalt teknikleri, çizim, kille çalışma, dans, kum tepsisinde
projektif formların inşası, hipnoanalitik teknikler veya en sade
haliyle aktif imgelem. Bireyleşmenin en dolaysız bir şekilde iler-
lemesi için ego her zaman nesnel psişenin bu faaliyetlerde açığa
çıkan içeriklerine yönelik bir tavır almalı, büyücü çırağı gibi bu
içerikleri uyandırmakla yetinmemelidir.

Her komplekste kişisel imgeler arketipsel bir matriste yer
alır. Bu nedenle kişisel çağrışımları kompleksin özüyle karıştırır-

Critical Dictionary of Jungian Analysis, Londra, Routledge and Kegan
Paul, 1986) -ç.n.

ma tehlikesi her zaman söz konusudur ki bu mevcut çatışmaları sadece erken çocukluk deneyimlerinin ışığında yorumlama gibi indirgemeci bir analize yol açabilir. Bunun aksine, imgelerin aşırı bir şekilde arketipsel amplifikasyona tabi tutulması, arketipleri biraz daha anlamamıza yardımcı olabilir fakat burada da kişisel ve nesnel psişe arasındaki şifalı bağlantının gözden kaçırılması ihtimali söz konusudur.¹⁷

Jung'un kavramsallaştırdığı çeşitli psikolojik yapılar arasındaki dinamik etkileşimi daha iyi anlamak için bunları iki kategoriye ayırmakta fayda vardır: Kimlik yapıları ve ilişkisel yapılar. **Ego ve gölge esas itibarıyla kimlik yapıları iken persona ve anima/animus öncelikli olarak ilişkisel yapılardır.** Bireyleşmenin doğal sürecinde dünyada kendimizi ispatlamak için ilk önce güçlü ve güvenilir bir egonun inşasına ihtiyaç duyulur. Ardından diğer

17 Burada bahsedilen denge, ister istemez, Jungiye analizi ilgilendiren daha geniş çaplı bir kaygı ve psikoanalitik teknik ve teorilerden bazılarını analitik psikolojiye dahil eden Michael Fordham'ın (ve 'Londra Okulu' olarak da bilinen Society of Analytical Psychology'nin -SAP-) görüşlerini hatıra getirir. Fordham, Jung'un ve (aslında Jung'dan ziyade) takipçilerinin kullandıkları yöntemlerin, psikoterapi seanslarında cinsellik ve çocukluk döneminin dikkatli bir şekilde analiz edilmeye ihtiyaç duyduğu alanlara uygulanmadığını, bu yüzden de bu alanların ihmal edildiğini söyler. (Fordham, M., *Freud, Jung, Klein: The Fenceless Field*, Londra, Routledge). Jungiye analist ve eğitim analisti (C.G. Jung Institute, Zürih) Mark Winborn, Fordham'ın, terapi veya analize gelen pek çok hasta için klasik Jungiye veya arketipsel odaklı analizin başlangıçta uygun olmadığına işaret ettiğini vurgular ve bu durumun henüz sembolik kavrayışa sahip olmayan, psikolojik gelişiminde olgunlaşmaya ihtiyaç duyan, kimlik ve benlik-yapıları eksik olan ve duygulanım-davranış düzenlemesinde sorun yaşayan hastalar için özellikle geçerli olduğunu söyler. (*Interpretations in Jungian Analysis*, New York, Routledge) -ç.n

kişilerle ve içinde yaşadığımız kolektif kültürle ilişki kurma görevi gelir. Ego, hem kolektif kültürün hem de kişisel psişenin arkasında yatan arketipsel güçlerle ilişki kurmaya genellikle hayatın ileriki dönemlerinde ihtiyaç duymaya başlar. Bu ihtiyaç çoğu zaman orta yaş krizi olarak adlandırılır.

Kimlik Yapıları: Ego ve Gölge

Basit bir ego kimliği oldukça erken oluşur. Bu kimlik başlangıçta anne-çocuk ilişkisi ile tümleşik haldedir. Daha sonra aile birimi içerisinde genişler ve devamlı büyüyen kültürel çevreyi kapsayacak şekilde daha da genişlemeye devam eder. Ego oluşumu sürecinde bireye içkin bazı faaliyet ve eğilimler anne veya aile tarafından kabul edilecek, diğer faaliyet ve dürtüler olumsuz değerlendirilerek reddedilecektir. Tuvalet eğitimi krizi, büyüyen çocuğun ego kimliğinin bağımlı olduğu kişilerin tercihleri ve hoşlanmadıkları şeyler tarafından şekillendirildiği daha hassas pek çok başka etkileşimi de temsil eder. Aile tarafından reddedilen eğilimler ve dürtüler kaybolup gitmez: Kişisel bilinçdışında yüzeyin hemen altında bir alter-ego imgesi olarak kümelenme eğilimindedirler. Bu, Jung'un gölge olarak adlandırdığı şeydir. Zira herhangi bir karşıtlığın bir parçası bilincin 'ışığına' getirildiğinde diğer reddedilen parça metaforik olarak bilinçsizliğin 'gölgesine' düşer.

Gölgenin içerik veya nitelikleri gelişmekte olan egonun potansiyel parçası olduğu için kişisel kimlik hissi taşımaya devam eder. Ancak bu, genellikle suçluluk duygularıyla ilişkili olan ve reddedilen veya kabul edilemez bir kimliktir. Gölge, erken gelişim sürecinde aktif bir şekilde baskın ego-kimliğinden ayrıldığı için

onun bilinçli yaşamdan bir pay talep etmek üzere yeniden ortaya çıkma olasılığı kaygı uyandırır. Psikoterapi ve analizde rutin olarak yapılan işin çoğu, gölgenin içeriğini incelemenin ve ego oluşumunda yaşanan erken bölünme ile kullanım dışı kalan pek çok şeyi entegre etmenin güvenli olduğu bir alan yaratmaktır. Psişenin çocuklukta bağlantımızı kopardığımız pek çok doğal niteliği sağlıklı yetişkinler olarak işlev görebilmemiz için aslında gereklidir. Örneğin, saldırgan ve cinsel dürtüler ve bunların ifadeleri çocuklukta uygunsuz veya kültürel olarak kabul edilemez olduğu ve ebeveynlere sıkıntı yarattıkları için sıklıkla bunlarla olan bağlantı koparılır oysa bunlar normal yetişkin kişiliği açısından gerekli niteliklerdir ve yetişkinlikte, çocuktaki olgunlaşmamış ego yapısının beceremediği bir şekilde modüle ve entegre edilebilirler. Diğer nitelikler de hatta doğal zekânın rahat ifadesi bile, benzer şekilde dissosiyasyonla gölgeye atılabilir.

Gölge içeriklerinin bilinçli entegrasyonu, egonun faaliyet alanını genişletmek ve gölge niteliklerinin dissosiyasyon¹⁸ ile ayrılarak bastırılması için kullanılan enerjiyi serbest bırakmak gibi iki yönlü bir etkiye sahiptir. Kişi bunu genellikle yaşamda ikinci bir şans elde etmek olarak tecrübe eder.

Gölge potansiyel ego olduğu için¹⁹ (erkekte eril ve kadında dişil olmak üzere) ego ile aynı cinsel kimliğe sahip olma eğilimin-

18 **Dissosiyasyon (çözülme):** burada 'bilinçli tutum ile bilinçdışı eğilimler arasındaki tutarsızlık' (CW 16, par. 26) olarak görülmelidir. Represyon (bastırma) bu durumun özel bir halidir. Örneğin, bedensel dürtüler veya genel olarak Gölge ile uzlaşamama dissosiyasyon olarak görülebilir. -ç.n.

19 Yani 'bilinçdışı olmaktan çıkarılabilse egonun entegre bir unsuru olma potansiyeli taşıdığı için' -ç.n.

dedir. Rüyalarda ve fantezi malzemesinde kişileştirilmesine²⁰ ek olarak gölge, genellikle aynı cinsten ve çoğu zaman kişinin baskın öz-imgesinde yeterince gelişmemiş niteliklere sahip olduğu için sevilmeyen ve kıskanılan kişilere yansıtılır.

İlişkisel Yapılar: Anima/Animus ve Persona

Gölge parçalarının özümsemesi ile güçlenen ego kimliği, diğer insanlarla ve kolektif bilincin kişilerarası kültürüyle olduğu kadar nesnel psişenin kişilerarası arketipsel içerikleriyle de ilişki kurma ihtiyacıyla daha açık bir şekilde karşı karşıya kalır. Bu ilişkisel görevi kolaylaştıran iki yapısal biçim, anima/animus ve personadır.

Kültürün egonun cinsel kimliği açısından uygunsuz olarak tanımladığı nitelikler, gölgeden/alter-egodan bile dışlanma eğiliminde oldukları için bunun yerine kontraseksüel²¹ bir imge etrafında kümelenirler. Bu kümelenme kadın psişesinde

20 **Kişileşme/Kişileştirme:** Psişik içerik veya komplekslerin egodan ayrı belirgin bir kişilik kazanma eğilimidir... Ego, bilinç ve bilinçdışı arasındaki iletişimi kolaylaştırmak için aktif imgelem yöntemini kullanarak bilinçdışı içerikleri veya bunlardan kaynaklanan duyguları kasıtlı olarak da kişileştirebilir. (Sharp, D., *Jung Lexicon: A Primer of Terms and Concepts*, Toronto, Inner City Books, 1991) Her otonom kompleks, hatta nispeten otonom olanlar bile, bir kişilik olarak görünme yani kişileşme özelliğine sahiptir. Bu en kolay, otomatik yazma tekniğindeki sözde ruhsal tezahürler ve benzeri durumlarda gözlemlenebilir. Ortaya çıkan cümleler her zaman kişisel ifadelerdir ve sanki her ifadenin arkasında gerçek bir kişilik varmış gibi birinci tekil şahısla ifade edilir. (Jung, C.G., CW 7, par. 312.) -ç.n.

21 ...karşıt cinsten. -ç.n.

eril bir imge (animus); erkek psişesinde dişil bir imge (anima) etrafında gerçekleşir. Jung, hastalarının rüyalarında ve fantezi içeriklerinde bu ve benzeri imgeleri gözlemlemiş, bu imgelere yabancılaşmanın ilkel kültürlerde ruh kaybı olarak adlandırılan hisse benzer yitimlere yol açabilecek kadar önem taşıdıklarını fark etmişti.

Anima veya animus genellikle karşı cinsten bir kişiye yansıtılarak deneyimlenir. Gölgenin yansıtılmasından farklı olarak anima veya animusun yansıtılması, bu figürleri yansıtılmış biçimleriyle 'taşıyan' kişiye büyüleyici bir nitelik katar. 'Âşık olmak' erkek ve kadın arasındaki karşılıklı anima ve animus yansıtmasının klasik bir örneğidir. Böyle bir karşılıklı yansıtma sırasında, ruh-imgemizi yansıtılmış haliyle temsil eden kişinin huzurunda öz-değer hissimiz artar ancak bağlantı sürdürülmezse aynı ölçüde bir ruh kaybı ve boşluk hissi ortaya çıkabilir. Bu yansıtma safhası, yani kişinin kendi psişesindeki ruh imgesini bir başka kişi ile bilinçdışı bir şekilde özdeşleştirmesi, her daim zamanla sınırlıdır. Kaçınılmaz olarak farklı derecelerde düşmanlaşmayla sona erer zira hiçbir gerçek insan, yansıtılan bir ruh imgesine eşlik eden olağanüstü beklentileri karşılayamaz. Yansıtmanın sona ermesiyle beraber bir başkasının hakikatiyle daha gerçek ve özgün bir ilişki kurma görevi ortaya çıkar.

Psişenin yapıları olarak kabul edilen ruh imgeleri anima ve animus, yansıtıldıkları zaman bile kişisel bilinç alanını genişleten bir rol oynarlar. Büyüleyici özellikleri egoyu canlandırır ve onu henüz entegre edilmemiş olan varoluş biçimlerine doğru çeker. Yansıtmanın geri çekilmesi, yansıtılan içeriklerin entegrasyonu ile birlikte gerçekleşirse kaçınılmaz olarak farkındalığın artmasına yol açar. Yansıtılan anima veya animus entegre edilmediğinde,

yansıtma geri çekildikten sonra aynı sürecin bir başkasıyla tekrar yaşanması muhtemeldir.

Anima veya animusun intrapsişik²² işlevi, dışarıya yansıtılmış haliyle çok yakından benzer: Bireyi alışık olduğu işlev biçimlerini değiştirmeye yönlendirir; ufkunu genişletmeye ve kendisini daha kapsamlı bir şekilde anlamaya zorlar. İntrapsişik işlevi bir dizi rüyada takip etmek veya Jung'un sık sık bahsettiği Rider Haggard'ın Viktorya dönemine ait romanı *She*²³ gibi eserlerde görmek mümkündür. *Green Mansions*²⁴ romanındaki kuş-kadın Rima bunun nispeten basit bir örneğidir. Leonardo'nun Mona Lisa tablosu bir anima figürünün gizemli ve esrarengiz büyüsnü yakalar. *Wuthering Heights*²⁵ romanındaki Heathcliff animusun klasik bir tasviridir. Offenbach'ın muhteşem operası *Tales of Hoffmann*²⁶ baştan sona animanın (her biri karşı konulamayacak kadar büyüleyici olan) farklı biçimlerini entegre etmenin zorlukları üzerinedir.

Anima veya animus imgesi bilinçdışı bir yapılanma olduğu veya kişisel bilinçdışı ile nesnel psişenin tam sınırında yer aldığı için esas itibarıyla soyuttur ve gerçek bir insandaki ince nitelik ve nüanslarından yoksundur. Bu nedenle, bir erkek animasıyla veya bir kadın animusuyla özdeşleşirse bilinçli kişilik ayırt etme kapasitesini ve karşıtların girift etkileşimiyle başa çıkma yeteneğini kaybeder.

22 Psişeye içre. -ç.n.

23 O (Dişil) -ç.n.

24 *Yeşil Köşkler* -ç.n.

25 *Uğultulu Tepeler* -ç.n.

26 *Hoffmann'ın Masalları* -ç.n.

(Jung'un gençliğinin önemli bir kısmını geçirdiği) geleneksel Avrupa kültüründe, erkeğin animası genellikle onun entegre edilmemiş duygusal yönünü taşıdığı için (olgun ve entegre edilmiş hissetme olarak değil) aşırı hassas bir duygusallık²⁷ olarak tezahür etmesi muhtemeldi. Benzer şekilde, geleneksel kadının animusunun, mantıksal bir şekilde formüle edilmiş yargılardan ziyade, gelişmemiş zekâ ve düşünme kapasitesi olarak inatçı ve önyargılı fikirlerde kendini gösterme ihtimali yüksekti.²⁸

27 Gölgede kalan bir özellik olarak duygusallıktan bahsettiği için 'sentimentality' kelimesini aşırı duygusallık olarak çevirdim. Marie-Louise von Franz da gül renkli duygusallıktan gaddarlığın gölgesi olarak bahseder. -ç.n

28 Demaris Wehr, erkeğin deneyimini öncelikli kılarak ve kadının deneyimini kendi yaptığı yansıtmadan türeterek Jung'un erkek egemen bir bakış sergilediğini söyler. Jung kendi anima'sını keşfettikten sonra kadında da buna karşılık gelen eril bir mevcudiyetin yani animusun varlığını öngörmüştür. Bazı kadınlar tarafından doğrulansa da psişedeki cinsiyet dengesine dair böyle bir varsayım, kadınların kendilerini keşfetmeleri için yeterli alan bırakmaz. (Hart, D. L., *"The Classical Jungian School"* *The Cambridge Companion to Jung* (Ed. Young-Eisen-drath, P.; Dawson, T.), Cambridge, Cambridge University Press, 2010, p. 100) -ç.n.

Jung, kadınların animusun ne olduğunu anlamakta zorlandıklarından bahseder:

"Şu ana kadarki deneyimimde, bir erkek anima ile ne anlatılmak istendiğini az çok kolayca kavrar... Çoğunlukla değişik dönemlerden çeşitli kadınlar arasında kendi anima tipine en yakın olanı seçip çıkarabilecek kadar net bir imgeye sahiptir. Fakat... bugüne kadar kadınlara animusun ne olduğunu anlatmakta çok zorlandım, animusun kişiliği hakkında bana kesin bir şey söyleyebilen bir kadına da hiç rastlamadım." (CW 10 10:41)

Belki de... animusun varsayıma dayanarak türetilmiş olması (kadınların kendi deneyimlerinden ortaya çıkmamıştır) kadınların animus kavramıyla Jung'un ne anlatmaya çalıştığını anlayamamalarını

Bu tarihsel ve kültürel klişeleri, anima ve animus'un ruh figürleri olma işlevleriyle karıştırmamak önemlidir. Hem erkek hem de kadınlar için kültürel açıdan geleneksel olmayan rolleri benimseme özgürlüğünün artmasıyla anima ve animusun genel içeriği veya görünümü gerçek anlamda değişmeye başladı ancak rehber veya psikopomp²⁹ olarak temel rolleri halâ Jung'un ilk tanımlarındaki kadar net. Anima veya animusun (gölgeninki kadar eksiksiz olamayacak) kısmi entegrasyonu kendi psişemizin diğer bölümleriyle olduğu kadar başka insanların karmaşık yapılarıyla da baş edebilme kapasitemize katkıda bulunur.

Persona dışsal kolektif dünyayla kurulan ilişki fonksiyonudur. Klasik Yunan dramasındaki komik ve trajik maskelerden yola çıkarak Yunanca 'maske' kelimesinden türetilen bir terimdir. Her kültür, baba, anne, koca, eş, doktor, rahip, avukat vb. kabul gören pek çok rol sunar. Her kültürde bu roller, belirli giyim ve davranış tarzlarını dahi içeren, beklenen ve kabul edilebilir işlev biçimleriyle beraber mevcuttur. Gelişmekte olan ego çeşitli rolleri seçer ve baskın ego kimliğiyle bu rolleri belirli bir dereceye kadar bütünleştirir. Kişilik rollerinin tam olarak uyması (yani egonun yeteneklerini gerçekten yansıtmayı) normal sosyal etkileşimi kolaylaştırır. Beyaz önlüğünü giydiğinde psikolojik olarak tıp mesleği personasını 'giyen' doktor, hastanın bedensel fonksiyonlarının gerekli (ve potansiyel olarak utanç verici) muayenelerini daha kolay gerçekleştirebilir. (Bunun tersi olan hasta personası, kendileri de hasta oldukları zaman doktorların kabullenmekte çok zorluk çektiği bir personadır.)

açıklar. (Wehr, D. S., *Jung and Feminism: Liberating Archetypes*, Boston, Beacon Press, 1989, pp. 63, 64) -ç.n.

29 Ruh rehberi -ç.n.

Sağlıklı ego, farklı durumların gerektirdiği persona rollerini başarıyla üstlenebilir. Gölge ise o kadar kişiseldir ki bireyin ‘sahip olduğu’ bir şeydir (fakat elbette zaman zaman egoya ‘sahip’ olan gölgedir). Bununla birlikte çoğu zaman psikoterapötik müdahale gerektiren persona bozuklukları da vardır. Bunlardan üçü ön plana çıkar:

- 1) Personanın aşırı gelişimi;
- 2) personanın yetersiz gelişimi ve
- 3) egonun yanılgıya düşerek birincil sosyal rolü ile kendisini bir ve aynı hissedecek kadar persona ile özdeşleşmesi.

Aşırı persona gelişimi, sosyal rolleri tam manasıyla üstlenen bir kişilik ortaya çıkarabilir ancak ‘içeride’ kimsenin olmadığı hissini uyandırır. **Yetersiz persona gelişimi** ise reddedilme ve incitmeye veya ilişkide olduğu kişilerin dünyasına çekilme olasılığı karşısında aşırı derecede savunmasız bir kişilik ortaya çıkarır. Bilinen bireysel veya grup psikoterapisi biçimleri bu koşullarda çok yardımcıdır.

Personayla özdeşleşme ise çok daha ciddi bir sorundur. Burada egonun sosyal persona rolünden ayrı olabilme hissi yetersiz olduğu için toplumsal role yönelik herhangi bir tehdit doğrudan egonun kendi bütünlüğüne yönelik bir tehdit olarak algılanır. Örneğin ‘boş yuva sendromu’³⁰ ebeveyn rolü personasıyla aşırı özdeşleşme olduğunu gösterir ve hem erkeklerde hem de kadınlarda görülebilir. Çalışmadığı zaman kendisini boş ve yönsüz hisseden bir kişi ise mesleğiyle ilgili personayı yanlış kullanmış; daha geniş bir kimlik ve yeterlilik duygusu geliştirmeyi başaramamıştır.

30 Çocuklar evden ayrıldıktan sonra yaşanan bezginlik ve depresyon.

Personayla özdeşleşmeye ilişkin ciddi sorunların üstesinden gelebilmek için çoğunlukla analitik tedaviye ihtiyaç duyulur.

Bireyleşme Süreci

Bireyleşme Jungiyen teoride merkezi bir kavramdır. Kişinin bilinçli bir şekilde kendi psişesinde doğuştan var olan, bireysel potansiyelleri anlamaya ve geliştirmeye çalıştığı süreci ifade eder. Arketipsel olasılıklar çok geniş olduğu için her bireyleşme süreci, doğal olarak mümkün olan şeylerin hepsini birden yerine getirmekte kaçınılmaz olarak başarısız olacaktır. Bu nedenle önemli olan başarının miktarı değil, kişiliğin benmerkezci ve narsisist eğilimlerini takip etmek veya kolektif kültürel rollerle özdeşleşmek yerine kendi derin potansiyeline sadık kalmasıdır.

Ego, kişisel bilinçdışında kapsamı daha geniş olan bireyleşme süreciyle uyum içinde olmayan yapılarla özdeşleşebilir. Bu durum çoğunlukla nevroza; bölünme hissine; hissedilen şey ile gösterilen tepkinin hiçbir zaman birbirine uymadığı duygusuna yol açar. Hayatın evrelerinde ilerlemekten kaçınma ve kendini daha erken bir düzeye sabitleme çabası da çocuklukta tahsis edilmiş olan bir aile rolünü yaşamak kadar bu tür nevrotik bölünmelere neden olabilir.

Kolektif alanlarda kendisine sunulan rollerle özdeşleşmesinin bir sonucu olarak ego, bireyleşme sürecinden kopmuş ve üstlendiği rol ne kadar değerli görünürse görünsün, bireysel kaderine uymayan bir yapıya bürünmüş olabilir. Bunlar egonun bir arketiple özdeşleşmesi sonucu şişkinlik yaşadığı kolektif bilinçdışına ait roller veya kolektif bilincin önerdiği sosyal roller olabilir. Toplumsal bir rolle (personayla) özdeşleşme, bu rol toplumun geniş bir kesimi tarafından kabul edilse ve çok iyi ödüllendirilse bile bireyleşme değildir.

Jung, hem kendilerini hem de pek çok ulusu trajediye sürükleyen Hitler ve Mussolini'nin kolektif bilinçdışının figürleriyle bu tür bir özdeşleşmeye örnek teşkil ettiklerini düşünüyordu.³¹

Nesnel psişedeki (kolektif bilinçdışındaki) arketipsel bir rol ile aşırı özdeşleşme, egodan daha büyük (ve ondan daha az insani) bir figürle psikotik mahiyette bir özdeşleşmeye yol açar. Bazı arketipsel özdeşleşmeler, egonun kendisini kültürel bir kahramanla veya kurtarıcı bir figürle (Mesih, Napolyon, Meryem vb.) karıştırmasıdır. Olumsuz özdeşleşmeler bile arketipsel boyutlara ulaşabilir (olumsuz şişkinlik). Psikotik depresyon yaşayan ve 'affedilemez bir günah' işlediklerini söylerken kendilerini Tanrı'nın affetme gücünden dahi üstün gördüklerini ima eden kişiler buna örnektir.

Başarılı veya tipik bir bireyleşme sürecini tarif etmek zordur çünkü her insanı benzersiz bir vaka olarak düşünmek gerekir. Belirli 'normlardan' bahsedebiliriz. Örneğin bireyleşmenin genel sürecini güneşin seyriyle karşılaştırabiliriz (yaşamın ilk yarısında netlik ve belirginliğe doğru yükselme ve ikinci yarısında ölüme doğru alçalma).³² Ancak analiz sürecinde olduğu gibi, bireylerle yakın ilişki kurulduğunda bu tür genellemelerde her zaman istisnalar görülür.

Jung, analitik psikolojinin merkezi bir kavramı olarak bireyleşme sürecine yaptığı vurguda insan yaşamının benzersizliğinin derin önemi ve değerinden açık bir şekilde bahsetti. Bu, büyük dünya dinlerinde yankısını bulan bir önceliktir fakat bireyin sosyal, ekonomik veya askeri bir birime indirgenmediği pek çok modern kitle hareketinde görülmez. Bu anlamda bireyleşme, teknolojik

31 Bkz. *Civilization in Transition*, CW10: 'Wotan' ve 'After Catastrophe'

32 Bkz. Jolanda Jacobi, *The Way of Individuation*, trans. R.F.C. Hull (London: Hodder and Stoughton)

veya ideolojik gerekçelerle aşırı derecede örgütlenmiş bir dünyada insani değerlerin kaybolma tehlikesine karşı bir antitezdir.

Jung, hayatı boyunca dini deneyime büyük bir ilgi gösterdi. Doğu dinlerini inceledi; simyayı ortodoks olmayan dini ve psikolojik bir uygulama olarak yorumladı ve Batı Hıristiyan geleneğinde hâlâ aktif olan dönüşüm ritüellerini araştırdı. Benlik, fenomenolojik olarak genellikle Tanrı ile ilişkilendirilen imgelem ile tezahür ettiği için psişede bir dereceye kadar Tanrı-imgesi olarak işlev görür. Bu imge ile teolojik spekülasyonun Tanrı olarak adlandırdığı şey arasındaki ilişki tartışmaya açıktır fakat pek tartışılmaz. Kimi rüyalarda numinoz deneyimler yaşanır. Bu deneyimler özünsenirse kişilik yapısında derin ve kalıcı değişikliklere neden olabilirler; yarattıkları etki bazı din değiştirmeler ve uyanıklık halindeki aşkın deneyimlere paralel bir etkidir.

Jungiyen teoride anlaşıldığı ve analizde teşvik edildiği üzere bireyleşme süreci, bilincin sorumlu merkezi olan Ego ile Jung'un Benlik dediği tüm psişenin gizemli düzenleyici merkezi arasında devam eden bir diyalogu içerir. Benlik hem egonun merkezindedir hem de onu aşar; hem bireyleşme süreci için egoya ihtiyaç duyar hem de ego hallerinden ayrı ve özgür görünür. Benliğin gerçek doğasını bilmiyoruz; psişenin gözlemlenebilir aktivitelerinden bahsetmek için gerekli olan ancak doğrudan izaha müsaade etmeyen bir kavramdır.

'Başarılı' bir Jungiyen analiz bizi hem mahrem ve yakın hem de benötesi; hem bireysel egoya bağlı hem de ampirik kişiliğe kıyasla zaman ve mekândan daha özgür görünen psişenin gizemli doğasını takdir etmeye teşvik eder. Ruhun bu sınır bölgesinde yalnızca klinik içgörüyüyle yanıtlanamayacak kadar büyük kültürel soruların eşliğinde bekleriz.

2. Bölüm

Rüyanın Tabiatı

• • • • •

Rüya görmek insanlığın evrensel bir deneyimdir. Fenomenolojik olarak, uyku esnasında zihinde gerçekleştiğini sonradan kabul ettiğimiz bir deneyimdir ama rüyada bize uyanırken yaşadıklarımız kadar gerçek görünür. Yani rüya âlemi olduğunu ancak sonradan kabul ettiğimiz ve ‘gerçek’ olduğu izlenimini veren bir dünyada gerçekleşmiştir.

Rüyaların fenomenolojisi uyanırken yaşamadığımız olayları içerir: Ani zaman ve yer değişiklikleri, yaş değişiklikleri, ölmüş olduğu bilinen kişilerin veya hiçbir zaman var olmamış fantastik insan ve hayvanların mevcudiyeti. Belki de bir rüyada yaşanan en radikal değişim ego-kimliğinin bir karakterden diğerine geçmesi veya hiçbir karaktere sahip olmayan rüya egosunun her şeyi bildiği bir açıdan olayları izlemesidir.

Son yirmi-otuz yılda rüya görmeyle ilişkili nörofizyolojik durumlar üzerine muazzam düzeyde çalışmalar yapıldı. Şimdiye kadar bu tür çalışmalar, araştırmacıların uyuyan bir denneğin ne zaman REM halinde (hızlı göz hareketlerinin eşlik ettiği yükselme

halindeki 1. aşama uyku durumu) olduğunu belli bir kesinlikle tanımlamalarına olanak sağladı. Deneğin böyle bir REM esnasında uyandırıldığında uyanmadan hemen önce rüya gördüğünü bildirme ihtimali yüksektir (fakat kesin değildir). Bununla birlikte uykunun REM dışı evrelerinden iletilen bazı rüyalar da mevcuttur. Göz hareketlerinin yönü ile görülen rüyaların içeriği arasında bağlantı kurmaya çalışan ilgi çekici bazı erken dönem araştırmaları vardır¹ fakat bu gözlem, genel olarak kabul edilmesine yetecek bir doğrulamadan yoksundur.

Prematüre bebekler zamanlarının çoğunu REM halinde geçirdikleri ve REM uykusu yaşlanma sürecinde giderek azaldığı için deneğin psikolojik ihtiyaçlarına hizmet etmekten ziyade biyolojik olarak belirlenen bir durum gibi görünebilir. REM uykusu, psikolojik faktörlerin fazla önem arz etmediği pek çok hayvan türünde de görülür. Başlangıç itibarıyla binoküler görüşle ilgili bilgilerin işlenmesini temsil ediyor veya gece boyunca merkezi sinir sistemini periyodik olarak uyarma amacına hizmet ediyor olabilir.

Anlaşıldığı kadarıyla biyolojik temeli ne olursa olsun rüya görmek, insan psikolojisinin sağlığı için gerekli bazı süreçlere hizmet eder. **Freud'a göre rüyaların görevi, uykuyu bastırılmış dürtülerin bir patlamayla ortaya çıkışından korumaktır** fakat genellikle bu yaklaşımın modern rüya araştırmalarının sonuçlarıyla uyumlu olmadığı düşünülür. Buna karşılık **Jung, rüyanın uyanıklık hali egosunun sınırlı görüşlerini telafi ettiğini düşünüyordu.** Bu yaklaşım rüya görmeyle ilgili bilgi işleme

1 Bkz. H.P. Roffwarg, W.C. Dement, J.N. Muzio et al, "Dream Imagery: Relationship to Rapid Eye Movements of Sleep", *Archives of General Psychiatry* 7 (1962):235-258

hipoteziyle uyumludur ancak amacı sadece yeni verilerin özüm-senmesiyle sınırlı değildir; çok daha ötelere uzanır.

Telafi Olarak Rüyalar

Jungiyen psikolojide rüya, bedensel işleyişin telafi edici mekanizmalarını andıran doğal, düzenleyici psişik bir süreç olarak görülür.² Egonun kendisine yön vermek için kullandığı bilincin sadece kısmi bir görüş sunması kaçınılmazdır zira çoğu zaman egonun etki alanının dışında kalan pek çok şey vardır. Bilinçdışı, unutulmuş içerikleri olduğu kadar bilinçteki değişimler vasıtasıyla haberdar olduğumuz arketipler gibi prensipte hiçbir zaman bilin-ce gelemeyecek içerikleri de barındırır. Bilinç alanının içinde bile bazı içerikler görüş alanına dahildir ama diğerleri, odaklanmış bir farkındalığın devamı için vazgeçilmez olmalarına rağmen görüş dışı kalırlar.³

2 Jung'un arkadaşı ve meslektaşı Dr. Bennet'e göre, Jung'un bir 'rüya teorisi' olarak adlandırılmaya en yakın görüşü, psişenin kendi kendini düzenleyen bir sistem olduğu; bilinçle bilinçdışı arasında telafi edici bir mekanizmanın bulunduğu. Bu, rüya yorumu açısından zamanla kullanımdan düşmeyen ve psikoterapistlerce geniş çapta kabul gören bir ilkedir. Terapist, bir rüyayı incelerken her zaman hangi bilinçli tavrın bu rüya ile telafi edildiği üzerine düşünmelidir. Jung, telafinin otomatik bir şekilde gerçekleşen bir süreç olarak tek bir rüyada göz-lemlemeyeceğini ortaya koymuştur; telafinin nasıl gerçekleştiğini görebilmek için bir dizi rüyayı (bir rüya serisini) incelemek gerekir. (Bennet, E. A., *What Jung Really Said*, New York, Schocken Books, 1983, s.91) -ç.n.

3 Bkz. James A. Hall, *Clinical Uses of Dreams: Jungian Interpretation and Enchantments* (New York: Grune and Stratton, 1977), s. 163-167; M.

Rüyanın telafi edici olduğunu söyleyebileceğimiz üç durum söz konusudur; bunların hepsi rüyaların klinik kullanımını anlamak açısından önemlidir. **İlk olarak rüya, ego yapısındaki geçici bozulmaları telafi ederek kişiyi tutum ve eylemleri hususunda daha kapsamlı bir anlayışa yönlendirir.** Örneğin, bir arkadaşına kızan ancak kızgınlığı hemen geçen bir kişi rüyasında o arkadaşına çok öfkelenildiğini görebilir. Hatırlanan rüya, nevrotik nedenlerle bastırılmış olabilecek bir öfke niteliğine dikkat çekmek için bu niteliği muhtemelen yeniden gündeme getiriyordur. Rüya, rüyayı gören kişinin hangi kompleksin konstele⁴ olduğunu (harekete geçtiğini) anlaması açısından da önemli olabilir.

İkinci ve daha derin bir telafi biçimi, psişeyi temsil eden rüyanın, faal egoyu bireyleşme sürecine daha iyi adaptasyon sağlama ihtiyacıyla yüz yüze getirmesidir. Bu genellikle, birey kendisi için doğru ve meşru olan yoldan saptığı zaman gerçekleşir. Bireyleşmenin amacı hiçbir zaman sadece mevcut koşullara uyum sağlamak değildir. Böyle bir uyum ne kadar yeterli görünürse görünsün her zaman başka bir görev bizi bekler (ve bu görev nihai olarak ölümle bireysel bir hadise olarak yüzleşmektir). Bu tür telafiye bir örnek, hayatın toplum, aile ve işle ilgili alanlarında sosyal açıdan oldukça iyi uyum sağlamış olan bir kişinin rüyasında etkileyici bir sesin ona “Gerçek hayatını yaşamıyorsun!” demesidir. Rüyayı gören kişiyi irkilerek uyandıran bu sözlerin güçlü etkisi uzun yıllar devam etmiş ve rüyayı gördüğü dönemlerde

Polanyi, *Personal Knowledge: Toward a Post-Critical Philosophy* (Chicago: University of Chicago Press, 1958)

4 Konstele olmak (bkz. JTS)

pek de belirgin olmayan bir hedefe doğru yola çıkmasına neden olmuştu.⁵

Bu iki biçim, yani egoya bir ‘mesaj’ olarak rüya ve psişenin kendini temsil etme biçimi olarak rüya, klasik Jungiye psikolojide rüyaların telafi edici işlevi olarak görülür. Bu bakış, rüyanın işlevinin arzuyu tatmin veya uykuyu korumak olduğunu söyleyen geleneksel Freudcu yaklaşımdan son derece farklıdır.

Bununla birlikte, **rüyaları telafi edici kılan daha gizemli ve hassas üçüncü bir sürecin mevcudiyetini** gitgide daha net görüyorum. Egonun arketipsel çekirdeği, ‘ben’ dediğimiz şeyin değişmez ve kalıcı temelidir fakat pek çok rol veya ego-kimliği ile özdeşleşebilir. Rüyayı, arketipsel egonun daha bilinçli bir düzeyindeki kimlik ihtiyacını karşılayan komplekslerin yapısını değiştirme teşebbüsü olarak görebiliriz. Örneğin çoğu rüyada rüya egosu çeşitli görevlerle imtihan edilir. Bu görevler yerine getirilirse uyanıklık hali egosunun yapısında da bir değişim olabilir zira rüya egosunun kimliği genellikle uyanıklık hali egosunun kimliği ile kısmi olarak aynıdır. Rüya egosu, rüyadaki olayları ‘dışsal’ durumlarla kendi etkileşimiymiş gibi yaşar fakat rüyadaki dışsal olaylar uyanıklık hali egosunun günlük işleyiş ve yapısını ilgilendiren kompleksleri dolaysız bir şekilde yansıtır olabilirler. Rüyadaki bu durumlarla kurulan ilişkideki değişimleri uyanıklık hali egosu kendi tavrında veya ruh halinde gerçekleşen değişimler olarak

5 Jung, rüyalarda gaiten gelen veya kaynağı belli olmayan bir sesin söylediklerini Benliğin emri olarak anlamamız gerektiğinden bahseder. Bu kitabın 6. Bölümünde de okuyabileceğiniz gibi bu ses, çoğunlukla tartışmasız bir şekilde dürüst ve doğru olduğu hissini uyandırır ve bir durumu ihtilafa yer bırakmayacak şekilde ve tamamen hakikatte olduğu haliyle ifade eder. -ç.n.

hissedebilir. Marie-Louise von Franz'ın rüyalarından biri bu tür telafinin son derece berrak bir örneğidir: Ölümü yakından hissettiği bir günün sonunda rüyasında genç ve romantik bir oğlanın (bir animus figürü) öldüğünü görmüştür.⁶

Jungiyen analizin olağan seyrinde rüyalar, genellikle analitik süreçteki etkileşim için referans noktası olarak kullanılır. Analist ve analizan, rüyanın 'mesajını' analizanın egosuyla ilişkili olarak anlama çabasında müttefiktirler. Rüyalar bazen, analitik süreç has bir durum olan 'aktarım-karşı aktarım'⁷ dinamiğine dikkat yöneltmesi gerektiğine işaret ederler. Bir başkasının psişesine dair 'hakikati' bilebileceğimiz ayrıcalıklı bir konum bulunmadığı için analist ve analizan, aralarında temel güvenin varlığını gerekli kılan bir keşfe girişirler. Rüya bu ilişkiye odaklanıyorsa, bu ilişki analitik olarak incelenmelidir.

Rüya yorumunda, rüyanın tamamen anlaşıldığını hiçbir zaman düşünmemek gerekir. Olsa olsa rüyanın faydalı ve güncel bir anlamını keşfedebiliriz fakat bu bile sonraki rüyaların ışığında değişebilir. Zira rüya yorumunda ego ile bilinçdışı arasında sürekli bir diyalog söz konusudur ve bu, hem içeriğinin odak noktası hem referans seviyesi değişebilen ve sonsuza dek uzayan bir diyalogdur.

Rüyalar yorumlanmadıkları zaman bile uyanıklık bilinci üzerinde derin bir etki yaratabilirler. Analiz edilmemiş rüyaların etkisi gözlemlendiğinde, hatırlanmayan rüyaların dahi psişenin toplam yaşamının hayati bir parçası olduğunu çıkarsamak mümkündür.⁸ Jungiyen bakış açısına göre rüyalar, uyanıklık hali egosunun ger-

6 *Redemption Motifs in Fairytales* (Toronto: Inner City Books, 1980), s.17-18.

7 Aktarım ve karşı aktarım için bkz. JTS

8 Hall, *Clinical Uses of Dreams*, s. 151-161

çeklişe bakış açısını telafi etme ve tamamlama (daha hafif bir telafi biçimi) işlevi görür. Bir rüyanın yorumu, bilinçdışı bir şekilde de olsa devam eden bireyleşme sürecinin halihazırda ilerlemekte olduğu istikamete bir miktar bilinçli dikkat yöneltmeyi mümkün kılar. Bilinçli irade ile bilinçdışı dinamizmin bu birlikteliği başarılı olursa bireyleşme sürecini, rüyalar incelenmediği zaman mümkün olandan daha hızlı ilerletir.

Rüya yorumunun bir başka faydası da ego bilincinin rüyadan bazı kalıntıları hafızasında tutmasıdır. Böylece günlük yaşamda benzer motiflerin farkına varabilmemiz, bunlara yönelik uygun tutum içinde olabilmemiz veya münasip şekilde hareket edebilmemiz mümkün hale gelir ve o sorunlu alanın bilinçdışı bir şekilde telafi edilme ihtiyacı azalır.

Rüyaların Yorum Dışı Kullanımları

Olay yerlerinin ve cansız nesnelerin imgelerini de içeren rüyalarındaki kişileştirmeler, kişisel bilinçdışındaki psikolojik komplekslerin yapılarını resmederler ki bu komplekslerin tümü nesnel psişedeki arketipsel çekirdekler üzerine temellenmiştir ve ana arketip olan Benliğin merkezleyici ve bireyleştirici gücüne tabidir. Rüyada somutlaştırılan ve imgelenen (rüya egosu konstelasyonu da⁹ dahil olmak üzere) tüm kompleksler, Benliğin ego ile ilgili

9 **Konstelasyon/Konstele olmak:** Bu teriminin kompleksle ilgili olduğunu hatırlayalım. Toplu Eserlerinin 8. Cildinde (CW 8) yer alan 'A Review of the Complex Theory' başlıklı makalede Jung, çoğunlukla bir kompleksin (ve ileriki dönemlerde de bir arketipin) harekete geçmesi, aktivasyonu ile alakalı olarak kullanılan bu terimi açıklar: Konstelasyon "dışsal bir durumun etkisiyle, belirli içeriklerin

bağımsız faaliyetini yansıtır (burada kastedilen hem uyanıklık egosu hem de rüya egosudur). İşte bu nedenle Benliğin egoyu ve psişenin diğer içeriklerini oluşturan komplekslerle ne yaptığını çok net olmasa da görmek mümkündür. Bu tür gözlemler yorum dışı şekillerde kullanılabilir ki aslında Jungiye olmayan terapilerde en yaygın kullanım biçimi de bu şekildedir.

Bir rüyanın motifleri şimdiki zamana veya geçmişe atıfta bulunabilir; yaşayan veya ölmüş olan gerçek kişileri ya da gerçek hayattan tanımadığımız figürleri gösteriyor olabilir. Uyanık hayatından tanımadığı kişiler büyük ihtimalle rüyayı görenin kendi psişesinin kişileştirilmiş kısımlarıdır. Bu ayrıntılarla dikkatle ilgilenerek rüyanın görüldüğü dönemde zihinde psişenin hangi kısımlarının ve egonun geçmiş deneyiminin hangi bölümlerinin konstele olduğunu anlamak mümkündür. Bu alanlara psikoterapötik bir dikkatle eğilmek, rüya usullere göre yorumlanmasa bile, terapötik sürecin bireyleşmenin doğal akışı yönünde ilerlemesine yardımcı olabilir.

Geşalt tekniklerinde olduğu gibi kompleksler dramatize edilerek canlandırıldığında üzerlerine daha fazla psişik enerji odaklanır ki bunun sonucu olarak farkındalıkta bir yükselme gerçekleşmesi muhtemeldir. Bununla birlikte bu tür bir canlandırma, rüyanın Jungiye yorumundaki kullanımıyla aynı değildir çünkü odak

bir araya gelerek eyleme hazırlandığı psişik bir sürecin başladığını ifade eder. Birisinin 'konstele' olduğunu söylerken o kişinin oldukça belirgin bir tepki vermesini bekleyebileceğimiz bir tutum içinde olduğunu söylemek isteriz. Fakat konstelasyon otomatik bir süreçtir; istem dışı gerçekleşir ve hiç kimse bu süreci kendi iradesiyle durduramaz. Konstele olan içerikler çok belirgin olan komplekslerdir ve kendilerine has bir enerji taşırlar." (*The Structure and Dynamics of the Psyche*, CW 8, London, Routledge, 1960, par.198) -ç.n.

noktası kompleksin kendisidir; bütünlüğü içinde rüyanın komplesi ne şekilde kullandığıyla ilgilenmez.

Klinisyen rüya yorumunda beceri kazandığında rüyalar, teşhiste ve prognostik değerlendirmede ek bir faktör olarak hizmet edebileceği gibi bir ilaca başlamak, ilacı değiştirmek, hastayı hastaneye yatırmak ve psikoterapi randevularının sıklığını ayarlamak gibi kararların zamanlamasında ince ayarlı bir sinyal lambası işlevi görebilir. Misal vermek gerekirse, hastalığı son derece ciddi olan genç bir şizofren, psikotik semptomlarının ilaç dozajının arttırılmasını gerektirecek kadar alevlenmesinden hemen önce rüyasında sık sık arabasının kontrolden çıkarak geri geri gitmeye başladığını görürdü. Pek çok başka durumda da bunun tam tersi doğrudur: İyileşme dönemine girerken (mitolojik Minotaur'u kolayca yenmek gibi) belirgin bir başarı ve ustalık sergilediği rüyalar görürdü. Bir keresinde rüyasında bir sirk dolandırıcısının, rüya egosunun elindeki parça dışında, bir atom bombasının tüm parçalarına sahip olduğunu görmüştü. Dolandırıcı o parçayı istediğinde rüya egosu kendisinde olmadığını iddia ederek yalan söylemişti. Bu, genç adamın o dönemdeki bilinçli sağalma çabalarına paralel olarak psikotik süreçte engellenen bir 'patlamanın' temsili gibi görünüyordu. (Yıllar geçtikten ve birçok terapist gördükten sonra bu genç adam intihar etti. Son rüyalarından haberdar değilim.)

Rüyaları, onları anlattığımız analiz seansında tartışılan diğer materyallere; onlardan bahsettiğimiz grup terapisi seansına ya da rüyayı gördüğümüz dönemde hayatımızdaki belirli bir duruma gönderme olarak anlamak mümkündür. Rüya imgelerinin rüyanın görüldüğü dönemde uyanıklık hali egosunun durumuyla ilişkilendirilmesi, rüyayı hastanın bilinçdışından gelen düzeltici bir mesaj olarak kullanmak yerine terapistin hastayla ilgili kendi

düşüncelerini rüyaya yansıtması gibi rüyaların klinik kullanımında düşünülen çok ciddi bir hatayı asgari düzeye indirir.

Rüya Yorumu ve İmajinal¹⁰ Teknikler

Modern psikoterapi rüya yorumu dışında birçok imajinal teknikten yararlanır. İmajinal teknikler, nevrotik mutsuzluğun altında yatan yanlış varsayım ve kimlikleri değiştirmek üzere (genellikle sağ serebral hemisferin artan aktivitesi olarak kavramsallaştırılan) insanın hayal gücünden istifade etmek için tasarlanmış canlandırmalardır. Bu tür imajinal teknikleri, farkında olunmayan bilinçdışı çatışmalara göre deneyimin bilinçdışı (ve genellikle hoşagitmeyen) biçimlerde yapılanması demek olan **dışa-vurumdan** ayırmak için ‘**canlandırma**’ olarak isimlendirdim.

Rüya yorumu da imajinal teknikler de tıpkı duygusal deneyimlerin günlük yaşama ve psikoterapiye etki etmesi gibi zihindeki komplekslerin örüntüsünü etkiler. Rüyalarla çalışmak belki de kompleksleri değiştirmeye yönelik en dolaysız ve doğal yaklaşımdır. İkinci en dolaysız yaklaşım ise Jung’un aktif imgelem metodudur. Aktif imgelemede bilinçdışı içeriklerin ‘ortaya çıkması’ teşvik

10 **İmajinal:** Bu kelimeyi tercümesinin zorluğu sebebiyle İngilizce aslına benzer bir telaffuzla bıraktım. Henry Corbin’den miras kalan ve ondan etkilenen post-Jungiyen James Hillman’ın sık kullandığı ve yavaş yavaş literatüre yerleşen bir kelime. “Hayali/imgesel/muhayyel fakat psikolojik olarak gerçek ve özerk olan” anlamına geliyor. (Dr. P. Goss, *Jung: A Complete Introduction*, London, Teach Yourself-Hachette, s.13) Corbin’e göre “İmajinal dünya bağımsız ontolojik bir statüye sahiptir ve bireysel fantezilerimizden başka bir şey olmayan hayali dünyadan net bir şekilde ayırıştırılmalıdır.” (W. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge*, New York, State University of New York Press, s.1x). -ç.n.-

edilirken ego, bilinçli bir şekilde, psişedeki karşıtların gerilimli çatışmasını uzlaştırma konumunu muhafaza eder.

Diğer imajinal teknikler arasında hipnoanalitik imgeleme, bilinçdışından gelen imgeleri boyama ve hamurla şekillendirme, kum oyunu terapisinde bir kum tepsisi içinde küçük figürlerle sahneler oluşturma, psikodrama, rehberli imgelem ve imgelerin serbest akışına izin verilen meditasyon uygulamaları yer alır. Ortaya çıkan malzeme rüyalardakine o kadar benzer ki rüyaların klinik kullanımının anlaşılması psikoterapide tüm imajinal tekniklerin kullanımı için temel bir disiplin olmalıdır.

Ego Kimliği ve Komplekslerin Yapısı

Rüyaların klinik kullanımlarının çoğunda amaç, rüya sahibinin genellikle bilinçdışı olan ve dışa vurumla ifade kazanan kişilik yapısının çeşitli biçimlerini net bir şekilde görmesine destek olmaktır ki kişiyi profesyonel yardım aramaya sevk eden nevrotik mutsuzluğun kaynağı da bu yapıdır. Terapistin bu çabası, esasen rüyaların doğal spontane hareketine benzer çünkü rüyalar hali-hazırda kişiyi nevrozundan kurtarıp bireyleşme sürecine yönlendirmeye çalışmaktadır. Rüya analizi edilmek ve anlaşılacak için görülmez ancak onları anlamak, bize bilinçdışının ego imgesini sağlık ve bireyleşme istikametinde değiştirmeye çalıştığı yerleri gösterir.

Bununla birlikte sağlık ve bireyleşme her zaman uyumlu değildir. Yaşamın belirli bir aşamasındaki baskın ego imgesi açısından ‘sağlıklı’ olan şey, bir sonraki aşamanın ego imgesi için son derece sağlıklı olabilir. Psikolojik açıdan, hayatın diğer alanlarında da olduğu gibi iyi, daha iyinin düşmanıdır. Bireyleşme ‘sağlıktan’

daha geniş ve karmaşık bir kavramdır. Bireyleşme dinamik bir süreçtir; sürekli değişimi gerektirir ve nihai olarak yaşamın sonsuz olmadığını, ölümün kaçınılmazlığını kabul etmeye götürür.

Ruh halindeki değişimleri, ego imgesini belirleyen komplekslerin yapısındaki değişimler olarak düşünebiliriz. Ego bir dereceye kadar bu tür değişimleri gerçekleştirme yeteneğine sahiptir (mesela bir kararsızlık durumunda daha önemli kişisel öncelikleri kendine hatırlattığı zaman olduğu gibi). Bu, leziz tatlılardan oluşan bir menü ile karşı karşıya kalındığında kilo verme niyetini hatırlamaktan daha ciddi bir şey olmayabilir. Fakat daha derin bir kimlik dönüşümünü gerektiren önemli meselelerle ilgili değişimler bilinçli egonun seçim alanı dahilinde değildir. Bu seviyede ego sadece elinden geleni yapmalı ve muhalif zıtlıkları daha geniş bir anlam çerçevesinde göreceleştirerek sembolik bir çözüm yaratan ve böylece karşıtların çatışmasını değiştirebilen **aşkın işlevin**, yani psişenin sembol üretme kapasitesinin eylemini beklemelidir.

Rüyalarla yapılan klinik çalışma egoya gücü dahilinde olan şeyleri gerçekleştirmesi için yardımcı olur. Gerekli temel dönüşümleri zaman zaman rüya imgelerinde gözlemlemek mümkün olsa da bunlar ne hastanın ne de analistin iradesiyle 'sipariş' edilemez. Hastanın 'ne yapmak gerekiyor' şeklindeki ısrarlı (ve anlaşılır) yakarışına verilecek yanıt, elinden geleni yapması, çatışmanın ortaya çıkma biçimlerini olabildiğince yakından takip etmesi, duruma kapasitesi elverdiğince etkide bulunduktan sonra oturup beklemesi, izlemesi ve güvenmesidir. Bu sürecin desteklenmesi psişenin dönüşümünde önemli bir bileşendir. Analitik durum (ve analistin kişiliği) hasta için belki de tek *temenos*¹¹; eski ego imgesi-

11 Bir tapınağı çevreleyen veya ona bitişik olan kutsal alan. -ç.n.

nin daha kapsamlı bir ego imgesine doğru sarsıcı değişiminde hayatın darmadağın olmasını engelleyen belki de tek güvenli yerdir.

Hatırda tutulması gereken en önemli nokta, egonun baskın kimliği için hangi kompleksi (veya kompleks kombinasyonunu) kullandığına bağlı olarak ego imgesinin değişebileceğidir. Bunu gölge yansıtma larında görmek oldukça kolaydır. Bir gölge yansıtmasında ego, (yansıtmayı yapan kişi hariç herkese göre) aslında hastanın kendi ego imgesindeki nitelikleri somutlaştıran (ve genellikle aynı cinsten olan) bir kişiden hoşlanmaz ve bu konuda kendisini 'haklı' hisseder. Böyle bir gölge yansıtması, kişinin kendi karakter yapısının ayrılmaz bir parçası haline gelmişse, rüyalarda genellikle o gölge faaliyeti veya tutumuyla meşgul olan bir rüya egosu görülür.

Gölgenin yansıtılmak yerine dışa vurumla ifade edildiği durumlarda, gölgenin entegrasyonu veya baskın ego imgesinden ayrılması sürecinde tuhaf bir rüya türü ortaya çıkabilir. Örneğin, artık içki kullanmayan alkolikler, günlük hayatlarında içkiyi bırakmalarının hemen ardından sık sık rüyalarında içki içtiklerini görürler. Aynı tür rüya, tütünü bırakan sigara tiryakilerinde de gözlemlenebilir. Yapıca basit olan bu tür rüyalar, ego artık onunla özdeşleşme de gölge faaliyetini içeren ego-kimliği örüntüsünün hâlâ devam ettiğini düşündürür. (Bu rüyaları sadece arzuların yerine getirilmesi olarak değerlendirmek, egonun geçmiş tutum ve davranış örüntülerinden uzaklaşmasını değil, bu örüntülere sapanmasını teşvik eder.)

Daha karmaşık rüyalarda da aynı prensip gözlenebilir. Bir zamanlar papaz olmak isteyen ancak uzun süredir alakasız bir kariyerde başarılı olan orta yaşlı bir adamın anti-fobik nitelikte aşırı aktif bir cinsel yaşamı vardı. (Cinsel ilişkide bulunmaya devam

ettiği) karısından ayırdı. Evli olan kız arkadaşıyla haftada bir buluşurken diğer boş zamanlarında mahalli bir bara gidiyor ve çeşitli kadınlarla rastgele ilişkiye giriyordu. Bu yoğun ve telaşlı cinsel aktivite döneminde, rüyalarında kiliseye gittiğini ve komünyon ayinine katıldığını görüyordu! Gölgesi önceleri olumlu denilebilecek bir değeri (dini bağlılığını ve ilgisini) içeriyordu fakat bu değer belki de cinsellik ve dindarlık arasındaki aşırı köktenci bir ayrım nedeniyle dissosiyeye olmuştu.

Bu örnek gölgenin kendi içinde olumlu veya olumsuz olmadığını vurgulamaya da yarar. Basitçe söylemek gerekirse **gölge, bilinçli kişiliğe yakıştırılmayan içerikleri kişileştiren bir alter ego imgesidir**. Gölge, egodan ayrıldığı ve kısmen bastırıldığı için baskın ego imgesinin bakış açısından olumsuz görünebilir ancak onun asıl içeriği, mevcut ego imgesinin durumuna bağlı olarak, olumlu veya olumsuz olabilir.

Ego kimliğine ilişik bir kompleksin yapısı genellikle iki kutupludur; hatta daha da karmaşıktır. Nispeten basit ve iki kutuplu bir kompleks, belirli bir şekilde düzenlenmiş iki kimlik örüntüsünden (veya kompleksden) oluşur. Kutuplardan biri genellikle egonun kimlik örüntüsü olarak tahsis edilirken karşıt kutup ya gölgeye bastırılır (ve zaman zaman kendini gösterir) ya da genellikle yakın bir aile üyesi olan çevredeki bir kişiye yansıtılır ki burada da ego ile karşıt örüntünün yansıtıldığı kişi arasında **kişisel olmayan** bir ilişki örüntüsü ortaya çıkarır. Bu özünde kişisel olmayan ilişki bir yapıdır ve bilinçdışı yansıtmayı yapan kişinin bireyleşme sürecini engellediği gibi yansıtmayı alan kişiyle istikrarlı bir ilişki kurmaya da mâni olur.¹²

12 Bkz. bu kitabın 1. Bölümünde etraflıca anlatılan 'İlişkisel Yapılar'. -ç.n.

İki kutuplu yapının başka bir örneği, ilişkinin bir kutbunun baskın, diğerinin boyun eğici olarak kabul edildiği bir tahakküm/ boyun eğme örüntüsüdür. Böyle bir örüntü üzerine temellenen kişisel olmayan bir ilişkide, iki kişi arasındaki etkileşimlerin çoğu da bu şekilde ifade edilecek; taraflardan biri itaatkâr, diğeri baskın olacaktır. Ancak bu örüntünün tersine döndüğüne dair de semptomatik kanıtlara sık sık rastlanır. Örneğin, uzun yıllar etrafındaki herkesin bakımını üstlenen çok başarılı bir iş adamı emekli olduktan sonra ani bir hastalığa yakalanacağı, kendini çaresiz ve bağımlı hissedeceği gibi yersiz korkuları olduğunu fark etmişti. Konuşmamızda ölüm korkusunun önemli bir bileşen olmadığı ortaya çıktı. Aslında korktuğu şey, zorlantılı bir şekilde çalıştığı ve başkalarının bakımını üstlendiği için küçük yaşlardan beri kaçındığı (bağımlı ve itaatkâr olan) karşıt kimliğini yaşamak zorunda kalmaktı.

Benzer bir dinamik, bir havayolu pilotu veya kabin görevlisinin *yolcu olarak* uçağa binmekten korkması durumunda da görülür ki bu hiç de ender rastlanan bir şey değildir. Kabin görevlisinin işi uçağın ‘kontrolünde’ olmayı gerektirmediği halde kontrolün sembolik anlamının buradaki mevcudiyeti açık ve nettir. Araba sürerken son derece rahat olduğu halde yolcu olarak bir arabaya binmekten korkan kişilere ise daha da sık rastlanır. Bunun tam tersinin de doğru olduğu en az bir vaka biliyorum (örneğin son derece baskın, kontrolcü olan ve kibrinden araba kullanmayı kendisine yediremeyen bir kadının küçük işleri için bile şoför kullanmak zorunda kalması).

Kişisel bilinçdışındaki kompleksleri düzensiz bir ‘ağ’ içinde tanzim edilmiş olarak düşündüğümüzde egonun çeşitli kimlik örüntüleri arasındaki hareketini kabaca hayalimizde canlandır-

mak mümkündür. Bu ağ içinde bazı kompleks grupları örüntüler oluşturacak şekilde kümelenmiştir fakat her grup bu ağın içindeki diğer komplekslerle temas halindedir. Egonun Benliğe dayalı arketipsel merkezini bir ışık huzmesi olarak hayal edersek bu 'ışık' tarafından aydınlatılan kompleksler egonun mevcut kimliğini gösterir. Aydınlatılan alan her zaman ağın bir kısmını karanlıkta bırakır. Bu aydınlatılmayan kısımda gölge, anima vb. çeşitli ego-dışı yapısal örüntüler yer alır. Egonun 'ışığı' hareket ederse sadece egonun 'içeriklerinde' değil, bu içeriklerle ilgili ilişki örüntülerinde de değişim meydana gelecektir. Sıradan bilinçte kişi, ego 'ışığının' hareket edebildiğinin farkında değildir ve sadece aydınlatılan alanın ego 'olduğunu' düşünür.

Bu ağ sabit bir yapı olmadığı için ağ ve ışık metaforunu biraz daha detaylandırmamız gerekir. Ego bir alanı 'aydınlattığı' zaman o alandaki kompleks ağında bir değişiklik yapması mümkün hale gelmiş olur. Komplekslerin hepsi birbirleriyle ilişkili oldukları bir alanda bulundukları için birinde gerçekleşen herhangi bir değişiklik diğerlerinin yapısını da az çok etkileyecektir. Ego, bu 'ağı' pasif bir şekilde deneyimlemekle kalmaz, aynı zamanda 'aydınlatılan' komplekslerin yapılarının oluşturulmasına (veya çözülmesine) aktif olarak katılır.

Komplekslerin yapısını etkileyebilecek tek gücün ego olmadığı anlaşıldığında durum daha da gizemli ve karmaşık hale gelir. Kompleksler hem doğrudan (belirli bir rüya içeriğinin konstellasyonunda olduğu gibi) hem de dolaylı olarak Benliğin faaliyetleri tarafından değiştirilebilirler. Bunun sonucunda ego, kaçınmaya çalıştığı belirli çatışmalar veya büyüme aşamalarıyla yüzleşmeye zorlanır. Demek ki egonun kimlik hissi yaşamak için dayandığı komplekslerin yapısı üzerinde hem egonun hem de Benliğin etkisi

vardır. Egonun Benlik arketipi üzerine temellendiğini, dolayısıyla bir anlamda Benliğin bilinç dünyasındaki vekili veya temsilcisi olduğunu hatırlamak da önemlidir.

Kimlik yapılarının değişim sürecine dair bir his edinmek rüyaların klinik kullanımında oldukça faydalıdır. Rüya yorumuyla klinik olarak iyi bir şekilde çalışabilmek için rüyalarla ilgili daha teorik ve derin konuların anlaşılması gerekmez. Bu konular öncelikle şunlardır: 1) ‘Bilmenin’ doğasına dair epistemolojik sorular, 2) varoluşun kapsayıcı gizemiyle ilişkili olarak ‘bilenin’ doğasına dair dini sorular ve 3) mitlerde, masallarda ve folklorda yansımaları bulan uygulama yapılarının (arketipsel motiflerin) bulunduğu **ara bölge**.¹³ Bu sonuncusu, sadece arketipsel sembolizme yoğunlaşan bir çalışma için zengin bir alan teşkil eder fakat klinik durumları yorumlarken dikkatle kullanılmalıdır zira bir birey herhangi bir mittten çok daha karmaşıktır.

13 Şu alıntı yukarıdaki cümleye açıklık getirebilir: “Sadece burada yani karşıtların çatışma içerisinde olduğu dünya üzerindeki bu yaşamda, bilinç düzeyini yükseltmek mümkündür. Bireyin metafizik görevi budur ancak o, bu görevi ‘mitolojikleştirme’ olmadan gerçekleştiremez. Mit, bilinçdışı kavrayış ile bilinçli idrak arasındaki doğal ve vazgeçilmez **ara kademedir**.” (Jung, C. G., *Memories, Dreams, Reflections*, London, Fontana Press, 1995, s.343) -ç.n.

3. Bölüm

Rüyalara Jungiye Yaklaşım

.

Jungiye yaklaşımda rüya yorumunun üç ana basamağı mevcuttur:

- 1) Rüyanın detaylarının eksiksiz ve net bir şekilde anlaşılması;

- 2) Kişisel, kültürel ve arketipsel olmak üzere üç düzeyden biri veya fazlasında çağrışımların ve amplifikasyonların aşamalı olarak derlenmesi;

- 3) Amplifikasyonla zenginleştirilen rüyanın, rüya sahibinin yaşam durumu ve bireyleşme süreci bağlamına yerleştirilmesi.

Daha önce işaret edildiği gibi rüyalar, rüyada sembolize edilen komplekslerin anlaşılmasını sağlayan yorum dışı pek çok yöntemle ele alınırlar (çeşitli rüya motiflerinin gestalt canlandırmaları gibi) fakat bunların, rüya sahibinin yaşamı bağlamında değerlendirilmesi gereken rüyanın anlamına ışık tutacakları kesin değildir.

İndirgemecilik tehlikesini mümkün olduğunca azaltmak için hatırlanan rüyanın kesin ayrıntılarının net bir şekilde anlaşılması

şarttır. Bir analizan yalnızca “Rüyamda işimi gördüm» dediğinde, rüya hakikaten de her günkü işiyle alakalı bir durumla mı ilgili yoksa aslında günlük olayları intrapsişik süreçleri sembolize etmek için mi kullanmış bilemeyiz. “Rüyamda işimi gördüm” demek, Hamlet’in ‘aile ilişkilerini’ ele aldığını söylemek gibidir. Analist, rüya imgelerinin birbirleriyle içsel ilişkisine (özellikle de bir dizi rüya üzerinden) çok dikkat etmediğinde kendi teorisini hastanın malzemesine yansıtma tehlikesiyle karşı karşıya kalır. Analist, kişilerarası ilişkilerin birincil öneme sahip olduğuna inanıyorsa, rüya figürlerini dış dünyadaki kişilerle ilişkili ‘görmek’ çok kolay hale gelir. Benzer şekilde, aktarım-karşı aktarım ilişkisine¹ yapılan aşırı vurgu, rüyanın gereğinden fazla analitik durum açısından yorumlanmasına yol açabilir. Jungçuların özellikle eğilimli oldukları bir indirgemecilik biçimi vardır ki bunu *arketipsel indirgemecilik* olarak adlandırabiliriz. Tüm kompleksler arketipsel bir çekirdek üzerine inşa edildiğinden bir rüya motifini arketipsel bir anlama doğru aşırı amplifike etmek *her zaman* olasıdır. Bu olasılığa, rüya sahibinin bireyleşme sürecinin kendi yaşamında yarattığı gerilimlerin yerine (çoğu zaman büyüleyici olan) arketipsel amplifikasyonları öne çıkarma tehlikesi eşlik eder.

Bir rüyayı tam manasıyla aydınlatmak için sorulması gereken sorular, sıradan bir konuşmada veya iyi kaydedilen bir tıbbi geçmişte herhangi bir durumu aydınlatmak için sorulması gereken sorulara benzer. Örneğin hasta doktora bir ağrıdan bahsettiğinde açıklığa kavuşturulması gereken birçok ayrıntı vardır: Ağrı sürekli mi yoksa aralıklı mı? Aralıklı ise tekrarlama sıklığı ne? Keskin bir

1 Analist ve hasta ilişkisinin, her iki tarafın bilinçdışı dinamiklerinden kaynaklanan çarpıtılması (Yukarıdaki cümlede parantez içinde verilen bu açıklamayı okumayı kolaylaştırmak için dipnota taşıdım. -ç.n.)

ağrı mı, hafif bir ağrı mı? Bir yer mi ağrıyor birkaç yer birden mi? Birkaç yer ağrıyorsa, bir yerde başlayıp diğer taraflara mı yayılıyor? Ağrıyı arttıran ne? Azaltan ne? Hastayı uyandıran bir ağrı mı?...

Diyelim ki analizan rüyasında bir kaplumbağa gördüğünü bildirdi. Kaplumbağanın boyutu nedir? Ya rengi? Hareketsiz ve beklemede mi yoksa aktif mi? Olağandışı özellikleri var mı? Kendim de rüyalarımda hem elli metre çapında olan hem de sadece birkaç santim büyüklüğünde kaplumbağalar görmüştüm. Küçük olanı bir metre yukarı uzanıp büyük bir rostoyu bir kerede yutmayı başarmıştı! Bir kaplumbağa sadece bir kaplumbağa değildir!

İmgelerin Amplifikasyonu

Bir rüya imgesinin amplifikasyonu, bir kompleksin üç katmanını 'soymaya' benzer. İlk olarak kişisel çağrışımları buluruz: İmge hastanın hayatında nerde ortaya çıkmıştır? Kişi o imge hakkında ne düşünür, ne hisseder... Bu çağrışımlar, arketipsel çekirdek etrafında gelişen kompleksin tabiatını ortaya koyar. Örneğin, rüya sahibi tanıdığı bir kişiyi rüyasında gördüğünde bu imge nesnel olarak mı alınmalıdır (yani dış dünyadaki gerçek kişiye atıfta bulunduğu mu düşünülmelidir) yoksa öznel olarak mı görülmelidir (yani rüya sahibinin kendi psişesinin bir parçasını kişileştirdiği mi düşünülmelidir) soruları gündeme gelir. Uygulamada, tanıdığımız kişilerin, yerlerin veya olayların nesnel bir anlam taşıma ihtimali yüksektir ancak güçlü bir duygusal nüansla beraberlerse rüyayı gören kişinin intrapsişik gerçekliğine de atıfta bulunuyor olabilirler. İki olasılığı da hatırdta tutmak her zaman için akıllıca bir yaklaşım olsa da Jungiye bakış açısına göre klinik rüya ça-

lışmasında genellikle rüya imgelerinin intrapsişik önemine vurgu yapılır.

Kompleksin 'orta katmanı' ise daha kültürel veya kişilerarası imgeler içerir (örneğin dur anlamına gelen kırmızı trafik ışıkları; gelinlik rengi olarak beyaz; Amerika Birleşik Devletleri'nin yönetim merkezini temsil eden Başkan vb.) Rüya sahibi çoğunlukla kültürel amplifikasyonların bilinçli olarak farkındadır fakat kendiliğinden onlardan bahsetmeyebilir. Analist olası bir kültürel amplifikasyon önerdiğinde rüya sahibi onay verirse bu amplifikasyon güvenli bir şekilde rüya imgesinin ardında yatan kompleksin potansiyel bir parçası olarak değerlendirilebilir demektir.

Üçüncü katman, genel rüya yorumu alanına Jungiyen bir katkı olan arketipsel amplifikasyon seviyesidir. Arketipleri görmek mümkün değildir; onlar deneyimi belirli şekillerde yapılandırma eğilimleridir. Bir arketipin yapılandığı herhangi bir imge, o arketipe ait bir imge haline gelir (fakat her zaman için arketipin toplam potansiyelinin çok küçük bir kısmını ifade eder). Rüyalarındaki arketipsel imgeler çoğunlukla fark edilmez çünkü 1) analist belirli bir motifin mitolojik veya arketipsel önemini farkında olmayabilir, 2) tekrarlanan herhangi bir insan deneyimi arketipsel olabileceği için birçok arketipsel unsur dikkat çekmeyecek kadar sıradandır. Arketipsel imgeler, uzun bir süre boyunca çok sayıda insan açısından yeterince anlamlı oldukları için büyük bir sembolik sistemin kabul edilmiş parçaları haline gelmiş olan imgelerdir ve genellikle halk masalları, peri masalları, yaşayan veya arkaik mitolojik temalar ya da dini sistemlerde tasvir edilirler. Bu nedenle arketipsel bir imge birçok kişinin psişesinin 'filtresinden geçmiştir' veya süzölmüştür.

Bence klinik ortamda genel anlamda iyi bir yorum yapabilmek için rüyayı arketipsel seviyede yorumlamak gerekli değildir. Bununla birlikte, arketipsel bir yorumun kişisel düzeydeki bir yorumdan çok daha anlamlı olduğu durumlar vardır. Rüya sahibinin bilinçli olarak tanımadığı arketipsel imgelere dair bir farkındalık kişinin derin doğasına önemli bir teorik pencere açabilir ve günlük kişisel dramalarımızı sağlıklı bir bakış açısından görmemizi sağlayabilir.

Rüyanın Bağlamı

Rüya, rüya sahibinin mevcut yaşamının bağlamında okunmalıdır. Jung, rüyaların çoğunlukla egonun bilinçli görüşünü telafi ettiğini ve baskın ego-kimliğinin tutumuna karşıt bir unsur (genellikle daha kapsayıcı bir bakış açısı) sunduğunu düşünüyordu. Egonun gerçeklik anlayışı her zaman sınırlıdır, rüyanın eğilimi ise egoyu genişletme yönündedir (gerçi bu genişleme sonunda geçici olarak daraltılmış veya odaklanmış bir farkındalığı gerekli kılabilir). Rüyayı, rüya sahibinin hayatı bağlamına yerleştirmek, onu gelecekte yapılması gerekenlere dair bir ipucu olarak okuma kolaylığı sağlamaz. Aynı şekilde, bir rüyayı kişinin mevcut bilinçli konumunun teyidi olarak görmek, çoğu durumda rüyaların içerdiği telafi edici bilgiyi açığa çıkaramayacak kadar kolaycı bir tavidir. Genel bir kural olarak, rüyanın ne söylediğini zaten biliyorsanız anlamını ıskalamışsınız demektir.

Rüya yorumu psikoterapinin rutin bir parçası olduğunda, bir dizi rüyada da bağlam genişler ve böylece son görülen rüyadaki bir imge, geçmiş rüyalardaki benzer bir imgeyle ilişkilendirilebilir. Birbiriyle ilişkili ama farklı olan imgeler, çoğunlukla aynı komp-

leksin altta yatan anlama dair ek ipuçları veren farklı görünümeleri olarak kabul edilebilir.

Rüya yorumunun başka kuralları da vardır ancak özünü yukarıda açıklanan üç temel madde oluşturur. Kitabın daha sonraki bölümlerinde terapistin kendi deneyiminin yanı sıra belirli rüya örneklerini incelediğimizde, bu ilkelerin gerçek uygulamada nasıl kullanıldığını anlamak kolaylaşacaktır. Bazı rüyalar klasik dramatik yapıya kolayca uyar: Bir durum, karmaşa (veya sorun-ç.n.), doruk noktası ve sonuç. Bu tür rüyalarda bir sahne ile diğeri arasındaki beklenmedik bağlantıların izini sürmek genellikle mümkündür öyle ki bir sonraki olayın bir şekilde bir önceki sahnedeki rüya egosunun eylemi 'sayesinde' gerçekleştiği görülebilir.

Rüya egosunun faaliyetini (veya faaliyetinin olmayışını) gözlemlemek özellikle önemlidir zira bu durum uyanık yaşamla çok yakın bir paralellik gösterir. Genel olarak, rüya egosunun katılımının olmadığı (veya rüya egosunun dışarıda pasif bir gözlemci olarak kaldığı) rüya faaliyeti, rüyayı görenin uyanık hayatında da 'dışarıda' (yani bilinçdışında) olma eğilimindedir. Diğer kurallar aşağıdaki bölümlerde tartışılacaktır.

4. Bölüm

Teşhis Aracı Olarak Rüyalar

.....

Analizin İlk Rüyaları

Olası bir analizan ile ilk görüşmede, rüyalar hem teşhis hem de analizin seyri açısından bilgi verebilir. Rüya yorumu, kapsamlı bir klinik görüşmenin ve ruhsal durum muayenesinin yerini hiçbir zaman tutamaz fakat rüyalar diğer klinik materyallerle doğru bir şekilde bir araya getirilebilirse çok yardımcı olabilir.

Yakın tarihte görülen veya önemli ve manidar olan rüyalar hakkında bir tahkikat, düşünce akışı; soyutlama yeteneği; zaman, yer ve duruma göre oryantasyon; yakın ve uzak bellek; gerçek ve varsayımsal durumlarda muhakeme; duygusal tepkinin düzeyi, uyumu ve türü ve ruhsal sağlığın yorum vasıtasıyla açığa çıkan ihtiyari fakat ilginç yönleri gibi hastanın zihinsel işleyişinin gözlemlenmesini mümkün kılan sorular sorulduğunda ilk görüşmeyle doğal bir şekilde uyuşur. Popüler kültürde rüya yorumu psikanalitik pratiğin (yalnızca Freudcu psikanalizin değil, genel anlamda *psikanalizin*) doğal bir parçası olarak görüldüğü için yeni hastalar rüyaları hak-

kında soru sorulmasından çoğunlukla memnun olurlar. Aslında halk genellikle rüyaların anlamıyla son derece ilgilenir ancak çoğu derinlik psikoloğu bu ilgiye yanıt vermeyecek kadar hazırlıksızdır.

Son rüyalar, özellikle de ilk randevu alındıktan sonra ama fiilen gerçekleşmeden önce görülen rüyalar, hastanın o dönemdeki bilinçdışı davranış biçimleriyle ilgili bazı yönleri açığa çıkarabilir. Analizin erken safhalarında görülen rüyalar kimi zaman mevcut sorunun uzun vadedeki sonucuna işaret eder. Örneğin, uzun süredir travesti olan bir adam, analizin başlarında kadın kıyafetleri giydiği bir rüya görmüş, rüyada bir otelin otoparkında yürürken giysiler üzerinden kaymaya başladığında paniğe kapılmamıştı. Bu, (eşcinsellik unsurları içermeyen) travestiliğin¹ psikoterapötik sürecinin nispeten kısa bir sürede (kriz dönemleri ve zorluklar yaşansa da) başarılı bir şekilde tamamlandığının habercisiydi.²

Cinsel kimlik sorunları olan başka bir adam, analizin başlarında kaygısının nihayetinde çözüme kavuşacağını gösteren iki rüya gör-

1 Karşı cinsin kıyafetlerini giymek anlamındaki travestilik çoğunlukla psikolojik olarak kendini karşıt cinsle ait hissetmek anlamındaki transseksüellik ile karıştırılır. -ç.n.

2 Bu ve benzeri konular ile ilgili Jungiye'nin çalışmaları artık günümüzdeki cinsiyet rollerinin akışkan yapısını daha çok göz önünde bulunduruyor. Aynı minvalde, Jung'un anima ve animus kavramları da erkeklerin hissetme, kadınların düşünme işlevlerinde zayıf olduğuna dair örtülü varsayım konusunda eleştiriliyor ve kimi analistler bu kavramları kullanmaktan kaçınıyorlar. Jung'un formülasyonunun, cinsiyet rollerinin çok daha kesin çizgilerle belirlendiği bir dönemin önyargılarını yansıttığı söyleniyor. Dolayısıyla, Greg Bogart'ın vurguladığı gibi, bu kavramların katı bir şekilde cinsiyet klişelerine dayanmadığını, cinsiyet veya cinsel yönelime bağlı olmadan erkek ve kadında faaliyet halinde olan arketipler olduklarını hatırlamak önemli olabilir. (Bogart, G, *Dreamwork and Self-Healing*, London, Karnac, 2009, s.171) -ç.n.

müştü. Bu adam hem eşcinsel hem biseksüel olduğu halde yalnızca heteroseksüel olmayı tercih etmişti. Eşcinsel tarafı da kaygısı ve zayıf öz saygısı gibi ödipal sorunlarla açık bir şekilde ilişkili görünüyordu. Daha psikodinamik bir dille ifade edecek olursak, babanın duygusal yokluğu olarak hissettiği şeyi telafi etmek için bir erkekle ilişki arayışındaydı. İlk iki rüyası, bilinçdışının sorunu başarılı bir sonuca ulaştırmaya hazır olduğunu gösteriyordu:

Rüya 1:

Bir seks yuvası veya mağaradaydım; bayağı, nahoş bir yer. Başka birisinin içkisini bir ritüel edasıyla içip bitiriyorum. Sahne değişiyor ve ben çok dallı uzun bir ağacın üzerindeyim. Ağaçtan inmiyorum. Etrafta başka insanlar var ve bir radyo çalışıyor. Sonunda kimsenin beni yere indiremeyeceğini ve atlamam gerektiğini anlıyorum. Yine de yardım istediğimi söyleyerek sesleniyorum ve iki adam gelip bir köprüyle asılı olduğum dalın arasına bir kalas koyuyor.

Rüya 2 (iki gece sonra):

Honolulu'da bir binada bir adamla beraberdim. Bodruma inip oryantal bir hamama girdik ve farklı havuzlarda yüzdük. Sonra Disneyworld'deki aletlere benzeyen kemerli sandalyelere oturduk. O kemeri nasıl takacağını biliyordu ama ben talimatları okumamıştım. Buna rağmen turu tamamlamayı başardım. Alet hareket ederken sandalyeler suya girip çıkıyordu.

Bu erken dönem rüyalarının her ikisinde de ciddi bir kaza olmadan fakat biraz gerginlik ve endişe ile güvenli bir şekilde yere inme (Rüya 1) veya yolculuğun sonuna erişme (Rüya 2) motifi görülebilir. İlk rüyada yardım ancak rüya egosu sorumluluğu kabul ettikten ve gerekirse aşağı atlamaya karar verdikten sonra gelmiştir. İkincisinde, rüya sahibi arkadaşı kadar başarılı değildir ama yine de yolculuğu sağ salim tamamlayabilmiştir. Her iki rüya da onun

eril kimliğini pekiştirmesi açısından ‘iyi’ bir sonuca işaret ediyordu. Birkaç hafta içinde bir kadınla tatmin edici bir ilişkiye başladı ve eşcinsel ilişki ve düşünceleri azaldı. Bununla eş zamanlı olarak kendi konumunu anne babasından daha bağımsız bir şekilde ifade edebileceğini hissetmeye başladı.

Bu iki rüya burada sadece prognoza yönelik³ imaları açısından sunulmuştur ancak onlara pek çok farklı şekillerde de bakılabileceği açıktır. Örneğin, ‘bir ağaç üzerinde’ olmak⁴ halk arasında zor durumda olmak anlamına gelebilir ve bazen bir ağaçta gerçekleştiği hayal edilen şamanik inisiyasyon ritüellerini hatırlatır. Arketipsel düzeyde ise bireysel psişede merkezleme⁵ sürecinin sık görülen bir sembolü olan dünya ağacı veya *axis mundi*⁶ temasına işaret eder.

Bir Rüya Serisi İçinde Birbiriyle İlişkili Olan Rüyalar

Nevrotik bir örüntünün çözülme sürecinde kaydedilen ilerleme, çoğunlukla aylar hatta yıllar süren bir tedavi boyunca görülen rüyalarda izlenebilir. Erken aile yaşamı belirgin bir şekilde sorunlu olan bir kadın bu tür değişimler göstermişti. Çocukluğunda alkolik bir babanın başlıca duygusal destek kaynağı olmuştu. Babasıyla ilgilenmediği zaman kendini suçlu hissediyordu. Annesi kızının ‘yüksek’ başarı standartlarına uymasını bekleyen ama ona neredeyse hiç duygusal destek sunmayan başarılı, profesyonel bir

3 Sorunun seyriyle ilgili. -ç.n.

4 ‘Up a tree’ (İng.) Çetrefilli bir durumda, bir çıkmazda olmak anlamına gelen bir deyim.

5 Veya merkezlenme. -ç.n.

6 (Lat.) Dünya eksen

kadıncı. Evliliğindeki sorunlar nedeniyle psikoterapiye başladıktan sonra boşanmaya karar vermiş ancak daha sonra eski terapistiy-le cinsel ilişki yaşayıp ardından onunla evlenmişti. Burada da ilk evliliğindeki cinsel heveslilik yeniden baş gösterdi. Cinsel ilişki doğrultusundaki her teşebbüs onu çok öfkeliendiriyordu. Daha sonra Jungiyen tedaviye başladı. Hem grup psikoterapisinde hem de bireysel analizde yardımsever ve entelektüel açıdan kavrayışlı ve bilgiliydi fakat (her zaman duygusal faktörlerle ilgili olan) ve ısrarlı bir şekilde tekrarlayan psikosomatik sorunlar defalarca hastaneye yatmasını gerektirmişti.

Grup terapisinin ilk dönemlerindeki bir seansta son derece ifşacı bir olay gerçekleşti: Her zamanki gibi (babasıyla ilişkisindeki benzer şekilde) yardımsever ve anlayışlı davranıyordu ancak grubun erkek bir üyesi onun yardımını reddettiğinde (depresyonla ilgili) gizli öfkesini ilk defa gösterdiği anı bir öfke patlaması yaşadı. Aynı dönemlerde şu rüyayı gördü:

Memelerine yapışmış iki yetişkin yavrusuyla bir köpek sokakta zorla yavaş yavaş yürüyor. Yavrulardan biri düşüyor ve ona bir araba çarpıyor. Yavru bomba gibi patlıyor.

Bu çarpıcı patlayan köpek yavrusu imgesi kadının bağımlılıkla ilgili sorununun ve bununla ilişkili bilinçdışı öfkenin sembolü haline geldi. Uyanıklık hayatındaki pek çok durumun başkalarına bakmaktan yıpranmış kişiyle (fedakâr anne köpek) ya da bağımlılığının yarattığı patlayıcı öfkeyle (patlayan köpek yavrusu) bilinçdışı özdeşleşmesiyle ilgili olması muhtemeldi çünkü erken çocukluk döneminin tam olarak karşılanmayan ihtiyaçları onun yetişkin bir insan olarak olgunluğa ve bağımsızlığa erişmesini engellemişti.

İkinci boşanmasından sonra analize devam etti ancak bir süre erkeklerle her türlü kişisel ilişkiden kaçındı. Bu süre zarfında şu rüyayı gördü:

Piramittekilere benzeyen bir Mısır odasındayım. Yükseltilmiş bir alan, bir sunak veya bir tabutta Mısırlı bir prenses doğum sancıları çekiyor; bir çocuk doğurmak üzere. Yükseltilmiş alanın dibinde, ne zaman kaçmaya çalışsam beni aynı pozisyonda tutan [bir baba figürünün] tecavüzüne uğruyorum. Kadın doğum yap-sın da kocası gelip tecavüzü görsün ve beni kurtarsın diye umut ediyorum.

Bu rüyadan açıkça anlaşılabilceği gibi psikolojisinde baba kompleksi, annesiyle arasındaki çatışmadan çok daha aktifti. Aynı zamanda rüya, yeni bir yaşam (gerçekleşmekte olan doğum) ihtimalini de gösteriyordu. Bu egonun başlattığı bir değişim değildi fakat babayla enest olarak sembolize edilen bilinçdışı örüntüden kurtulmasına yol açabilecek bir değişikliğe işaret ediyordu.

Manidar bir şekilde, bu rüyadan kısa bir süre sonra, karısı rüyada Mısır prensesi olarak beliren adamla cinsel ilişki yaşamaya başladı. Bu, rüya sahibinin kendi içsel kurtarıcısını dışarıdaki gerçek bir erkeğe yansıttığını açıkça gösteriyordu. Kısa bir mutluluk döneminde sonra ilişkileri sona erdi ve sadece dışarıdaki üçlü durumla ilgili olmadığını kendisinin de bildiği ciddi bir depresyona girdi. Bir süre sonra şu rüyayı gördü:

Anneme bir hediye veriyordum ve o gerçek hayatta her zaman yaptığı şekilde tepki verdi; verdiği hiçbir şeyi beğenmezdi. *Asla* memnun edemezdim onu. Sonra *neden* memnun olmadığını anladım -- ölmüştü! Orada ilk evliliğimde, çocuklarım küçükken izlediğim televizyon dizisindeki bir doktor vardı. Bu adam hikâyede iyi ve yardımsever bir doktordu.

Bu rüya, anne kompleksinin ‘ölümü’ ile ilgili yeni bir farkındalığa işaret ediyor gibi görünse de klinik depresyonunda hızlı bir değişikliğe yol açmadı. Kafasını hâlâ meşgul eden o adamdan uzaklaşmak için başka bir şehre taşınma fikriyle mücadele ediyordu. Bu sırada nevrozunda bir dönüm noktasına işaret ettiği belli olan bir rüya gördü. Rüyadan bir gün önce çok ciddi bir depresyonun yanı sıra psikosomatik sorunlar yaşıyordu. Rüyanın ertesi sabahı kendisini ‘hipomanik’ ve mutlu olarak tanımladı. (En önemlisi de) genellikle onu rahatsız eden psikosomatik rahatsızlık geçmişti. İşte rüya:

[Önceki rüyada ve gerçekte ölmüş olan] annemle bir odadayım. Bir adama benimle cinsel ilişkiye girmesi için yalvarıyorum. Pek istemiyor ama kabul ediyor çünkü dediği gibi “Bu son defa”. Sahne değişiyor ve içinde ölü bir bebek ya da ölü bir köpek olan bir kan gölü görüyorum. Korkunç bir manzara ama bu sorun değil çünkü zaten ölecekti.

Adamdan cinsel ilişki talep etmesi, daha evvel yalnızca tecavüz olarak deneyimlediği bir şeyin ardında yatan arzuyu gösteriyordu. ‘Bebek ya da köpeğe’ ilişkin çağrışımı önceki patlayan köpek yavrusu rüyasıyla ilgiliydi. Nevrotik sorunlarının altında yatan baba kompleksinin çözülmekte olduğu hissi rüyadaki adamın sözlerine de yansımıştı: “Bu son defa.” Zor psikosomatik semptomların aniden ortadan kaybolması rüyanın gerçek bir değişime işaret ettiği yönündeki yorumu destekliyordu. Bu, komplekslerin örüntüsündeki, yani kadının iki temel nevrotik kimliğinin (bakıcı kişi veya bu rüyadaki gibi kendini başkalarına bağımlı hisseden kişi) şeması gibi görünen nesne-ilişkisi örüntüsündeki bir değişimdi. Annesinin rüyadaki mevcudiyeti, anne kompleksinin etkili olduğunu düşündürse de bu sorun ne bu rüyanın ne de Mısır prensesi rüyasının odağında değildi. ‘Bebeğin ya da köpeğin’ ölümünün, bağımlılık

sorununu temsil eden patlayan köpek rüyasındaki gibi ‘son defa’ olduğuna dair bir his söz konusuydu.

Rüyada gördüğünün bir bebek mi (ki öyleyse bu gerçek bazı insani olasılıkların ölümünü gösteriyor olabilirdi) yoksa bir köpek mi (ki bu daha sonra insan biçiminde yeniden ortaya çıkabilecek olan hayvansal bir içgüdüye işaret edebilirdi) olduğuna dair belirsizlik ertesi gece görülen rüyada çözüme kavuştu:

Bütün gece rüyamda iki şey gördüm; sanki gece boyunca farkındalığıma girip çıkıyorlardı. Biri, her tarafında bacakları olan ölü ve yassı bir ‘hamamböceği’ idi. [Gördüğü şeye dair çizimi, bir çocuğun çizgiler halinde ışık yayan yuvarlak güneş çizimini andırıyordu.] ‘Hamamböceğinin’ yanında, küçük bir battaniyeye özenle sarılmış ölü bir fare vardı. Farenin bir insanınkine benzeyen büyük, mavi gözleri ve delici bakışları vardı.

Hamamböceğine dair çağrışımı onun dünyadaki en iğrenç şeylerden biri olduğuydu: “Kocaman bir Houston hamamböceği”. Yaptığı çizimde ‘gereğinden fazla bacak’ olduğunu fark etti. Hamamböceğinin şekli ona gençken (babasıyla gergin etkileşiminin en yoğun olduğu dönemde) çok sevdiği bir ‘örgü köpeği’ anımsattı. Yatağının üzerinde ipten ‘saçları’ hamamböceğinin bacakları gibi radyal bir şekilde yayılan bir örgü köpek olduğunu hatırladı. Bu çağrışımlar, rüyadaki diğer imgelerle birlikte, bir önceki rüyada gördüğünün ölü bir bebekten ziyade ölü bir köpek olduğunu akla getiriyordu. Buradaki mantık şudur: Eğer psişesi her iki rüyada da aynı kompleks konstelasyonuyla ilgileniyorsa, bir rüyada ölü olarak gösterilen şey başka bir rüyada da ölü olarak gösterilebilir; imgelemdeki değişiklik, farklı imgelerle temsil edilen aynı kompleksin bir nüansını ifade ediyor olabilir. İkinci rüyadaki ‘ölü’ unsurların (farenin insan gibi bakan gözlerine rağmen) insan olmadıkları açık

ve nettir ve bu nedenle önceki rüyanın, ölü bir bebekle sembolize edilebilecek olan bir insan potansiyelinin ölümünden ziyade bir köpeğin ölümünü göstermesi muhtemeldir.

Bu rüya serisi klinik rüya yorumundaki bazı önemli noktaları resmeder. Öncelikle, birbiriyle ilgili olan rüya imgelerinin sıralaması, hem prognostik bir iyileşme duygusunu⁷ hem de aksi takdirde daha belirsiz olabilecek imgelerin anlaşılmasını mümkün kılar. İkincisi, bir rüya serisinde imgeler birbirine benzeyebilir ancak aynı değildir ('köpek', 'bebek veya köpek', yassı 'hamamböceği' ve 'ölü fare'). Bu ise farklı imgelerin aynı belirleyici kompleksi temsil edebileceğini gösterir. (Aslında insan gözlü ölü fare, rüya egosunun 'insan gözlü büyük bir balık' pişirdiği daha önceki bir rüyayla da ilişkilendirilebilir ki bu imge aşai rabbaniyi⁸ çağrıştırdığı için kendini başkaları uğruna feda etmeyi ima eder.)

Üçüncü olarak, rüyaların tabiatındaki veya gidişatındaki değişim rüya egosunun faaliyetindeki bir artışla örtüşür. (Rüya yorumunun herhangi bir 'kuralı' için de olduğu gibi) değişmez olmamakla birlikte görünen o ki rüyada konstele olan yapıların çözülmesi çoğunlukla rüya egosunun bir eyleminin ardından gerçekleşir ki

7 Gelişme seyrinin iyileşme yönünde olduğuna dair bir duyguyu. -ç.n.

8 Hz. İsa'nın kendini insanlık için kurban edişinin temsil edildiği ayin. Balık sembolü ise İsa arketipini vurgular. Benliğin veya Tanrı-imagosunun doğuşunu, sembolize edilme biçimlerini ve zaman içinde gelişimini incelediği Aion'da Jung, Hz. İsa'nın ortaya çıktığı dönemle eşzamanlı olarak kendisinin, öğrencilerinin ve öğretilerinin etrafında pek çok balık sembolünün belirdiğinden ve Hz. İsa'nın balıkla sembolize edilen Tanrı-imgesinin dönüşüm geçirdiği bir noktada ortaya çıktığından bahseder -ki **eşzamanlı olaylar bir arketipin bilince yaklaştığının göstergesidir.** (Jung, C. G., CW 9/2, *Aion: Researches into the Phenomenology of the Self*, London, Routledge, 1981) -ç.n.

bu, rüyadaki ‘eylem’ fiziksel bir faaliyet değil de yalnızca bir tavır değişikliği olduğunda bile doğrudur.

Dördüncüsü, burada bahsedilen rüya serisi, rüya egosunun rüyalarda resmedilen nevrotik kompleks yapısına nasıl giderek daha fazla müdahil olabileceğini gösterir: Patlayan köpek yavrusu rüyasında rüya egosu sadece pasif bir gözlemcidir; Mısır prensesi rüyasında, rüya egosu hareket etmek ister ama edemez; bir erkeğe kendisiyle cinsel ilişkiye girmesi için yalvardığı rüyada rüya egosu nihayet aktif hale gelir. Adamın “bu son kez” demesine ve hamam böceği ile farenin ölümüne ‘neden olan’ şey rüya egosunun bu aktifleşmesi olabilir mi? (Burada amacımız yalnızca henüz kesin bir yanıtı olmayan rüyalardaki neden-sonuç ilişkisini gündeme getirmektir.)

Bu kadının rüya serisi (ki burada sunulan rüyalar bu seriden sezgisel olarak seçilmiştir) cinselleştirilmiş tahakküm-itaat dinamiği olarak devam eden bir kompleks yapısının temsili olarak anlaşılabilir. Rüya egosu (ve uyanık ego) farklı zamanlarda bu örüntünün ya bir kutbuyla ya da öteki kutbuyla özdeşleşiyordu. Kadın temel anlamda bir klinik iyileşme sürecine girdiğinde ise rüya serisi, bu kutuplar arasında yaşanan yeni bir salınım yerine, altta yatan kompleksin psikolojik gücünün azaldığına işaret eden örüntünün ‘ölümü’ ile sona erdi.

Ayırıcı Tanı

İlk rüyalar, kaygısal nevroz veya depresif nevroz gibi çeşitli teşhisleri ayırt etmemize yardımcı olabilir. Rüyalar aynı zamanda, hepsi birbiriyle örtüşen semptomlarla kendini gösterebilecek olan nevroz, psikoz ve karaktere dayalı olan ya da organik sorunlar ara-

sında ayırım yapmakta da faydalı olabilir. Teşhis terimleri, çeşitli tanı sistemlerinde (Amerikan Psikiyatri Birliği Tanı ve İstatistik El Kitabı II veya III gibi) farklı şekilde ifade edilebilir fakat temel klinik sendromlar nispeten sabit kalır. Temel nevrotik örüntüler, farklı dissosiyasyon derecelerindeki kaygı ve depresyon karışımları olarak ortaya çıkar.

Depresyon

Tamamen psikojenik⁹ olandan organik olana dek uzanan pek çok depresyon teorisi mevcuttur fakat psikojenik depresyonun bilinçte yeterince ifade edilmeyen öfke ile bir şekilde ilişkili olduğu genel anlamda doğrudur. Öfke tipik olarak şimdi veya geçmişte çevremizde bulunan bir kişiye karşı ortaya çıkar; ikincil olarak ise ego-imgesinin kendisine döner ki bu durumda depresyona neden olur. Bu klasik psikolojik dinamik genellikle rüyalarda müstesna bir berraklıkta görülebilir ve bir teşhis göstergesi olarak faydalı olabilir.

Uyanık egonun depresyon olarak yaşadığı şeyin rüyada, başka bir figürün rüya egosuna saldırısı olarak resmedilmesi muhtemeldir. Bir önceki bölümde rüyaları tartışılan kadının ölü 'köpek ya da bebek' rüyasında, kadın kendisi cinsel atağa geçtiğinde depresyon azalmaya başlamıştı ama Mısır prensesi rüyasında (hâlâ depresyondayken) saldırgan ve babayı andıran bir figür tarafından sınıksız tutularak hiç istemediği bir cinsel kucaklaşmaya zorlanmıştı.

Kocasının başka bir kadınla ilişkisiyle tetiklenen öfke ve depresyonu bilinçli olarak yaşayan diğer bir kadın ise rüyalarında çeşitli böcek ve sürüngenlerin saldırısına maruz kalıyordu fakat dışarıdaki duruma karşı daha kesin ve kendine güvenli ve bir tutum sergile-

9 Psikolojik veya psikiyatrik bir nedeni olan. -ç.n.

dikçe depresyonunda azalma başlamıştı. Bu değişimi, rüyalarında gerçekleşen değişimler vasıtasıyla takip etmek mümkündür. İlk rüyalarından birinde geceleyin çölde yalnızdı. Etrafı kaktüs ve akreplerle çevriliydi; hareket etmekten korkuyordu. Birkaç hafta sonraki bir rüyada bir üniversite kampüsünün (öğrenilecek bir şey?) kaldırımında yürüyordu. Etrafta pek çok zehirli yılan vardı ancak kaldırımında değillerdi ayrıca bu sefer başka insanlar da vardı ve gece değil gündüzdü. Önceki rüyalarda görülen insan-dışı saldırgan unsurları, kadının gerçek duygularını ortaya koyma ihtiyacına işaret eden kendi ifade edilmemiş saldırganlığı olarak anlamak mümkündür. Gerçek duygularını ifade ettikçe rüyalarındaki imgeler daha az tehditkâr hale gelmeye başladı.

Kaygı

Pek çok hastada görülen bazı klasik kaygı rüyaları vardır. Başlıca üç tür dikkate değer: 1) Bir sınava hazırlıksız olma rüyaları. 2) Tehditkâr bir kişi veya yaratık tarafından takip edilme veya kovalanma rüyaları. 3) Rüya egosunun fiziksel tehlikeyle karşı karşıya kaldığı rüyalar. Örneğin düşme rüyaları veya depremler, gelgit dalgaları, orman yangınları gibi rüya egosuna yönelik bilinçli bir kötü niyetin olmadığı rüyalar. Kaygı elbette rüyalarda pek çok başka biçimlere de bürünebilir fakat burada bahsettiklerimiz özellikle tekrarlayan türdendir.

Sınav rüyaları karakteristik bir biçime sahiptir. Rüya-egosu bir sınav olduğunu fark eder. Bu genellikle bir kolej veya lise bitirme sınavıdır ve rüyayı gören kişi sınav için çalışmayı veya kursa gitmeyi unuttuğu için bir şekilde hazırlıksızdır veya sınavın nerede yapılacağını bilmez. Rüya egosunun sınava geç kaldığı da olabilir. Bu tür rüyalar, daha ilkel olan kovalanma ve düşme rüyalarına kıyasla

daha belirgin bir şekilde yapılanmıştır (ve benim deneyimime göre daha sık görülür). Sınav kolektif standartlara göre değerlendirmeyi temsil ettiği için persona kaygısına (başkalarının gözünde nasıl görüldüğümüze dair kaygıya) veya sosyal bir role uygun olmama korkusuna işaret eder: “İyi bir müzisyen mi?” “İşini gerçekten iyi yapabilir mi?” vb.

Kovalanma rüyaları daha ilkel bir kaygıya işaret eder fakat yine de düşme rüyaları, deprem veya dünyanın sonu gibi doğal felaket rüyalarından daha belirgin bir şekilde yapılanmışlardır. Rüya egosunu neyin kovaladığına dikkat etmek önemlidir. Kovalayan bir kişi midir (erkek midir kadın mıdır)? Hayvan mı, canavar mı yoksa ‘uzay adamı’ mıdır?” Rüya egosu tek bir ‘şey’ tarafından mı kovalanır yoksa kolektif bir grup, örneğin bir çete tarafından mı?

Bazen kovalayan kişi veya şeyde son derece ifşa edici değişiklikler meydana gelir. Örneğin ilk başta korkutucu görünebilir ancak yaklaştıkça rüya egosunun hissettiği korkuyu haklı çıkaracak hiçbir saldırganlık belirtisi göstermez. Bir adam rüyasında karanlığın içinden büyük bir canavarın bir sokak lambasının altındaki ışık havuzunda duran rüya egosuna doğru geldiğini görmüştü. Işığa eriştiği zaman bu ‘canavarın’ bir fareden başka bir şey olmadığı açığa çıkmıştı. Karanlıktayken bir canavardı belki ama rüya egosunu çevreleyen bilincin ‘ışığına’ yaklaştıkça değişmişti. Ego (rüya veya uyanıklık hali egosu) ile bağlantılı kompleksler, egoya bağlı olmayan ve dolayısıyla bilinçdışı olan¹⁰ komplekslerle aynı şekilde davranmaz.

10 **Ego-Bilinç İlişkisi:** Psişik bir içerik ego ile ilişkili değilse bilinçli (bilincimizde) değildir. *Aion*’dan özetle: Bilinçli her içerik ego ile ilişkilidir. Bir şeyin bilinç dahilinde olduğunu o şeyin ego ile ilişkisi sayesinde anlarız. Ego olmadan bilinç olmaz. (Jung, C. G., CW 9/2, *Aion: Re-*

Bir kadın rüyasında banyosundaki musluğu açtığı anda içinden kızgın bir timsah çıktığını görmüştü. Bu timsah evin her tarafında kadını kovalamış ancak o ön kapıyı açıp bir süpürgeyle timsahı dışarı çıkardığı zaman güneş ışığında (bilinçte) sıcakkanlı bir köpek yavrusuna dönüşmüştü. Başka bir kadın da rüyasında panjuru açtığı anda pencereyi tamamen kaplayan büyük bir örümcek bulan rüya egosunun dehşet içinde kaldığını görmüştü. Ne var ki örümcek yavaşça yürüyerek ön bahçeye (diğer bir bilinç sembolü) gitmiş ve o da burada sıcakkanlı ve oyunbaz bir köpek yavrusuna dönüşmüştü.

Rüyalardaki **korkutucu imgelerin dönüşümü** ekseriyâ masallarda gerçekleşen dönüşümlere benzer. Kurbaga prene dönüşür, canavar yakışıklı bir genç adama vb. Özellikle de bir hayvan veya bir şeyin bir kişi haline geldiği bu tür dönüşümler sanki bilinçdışı içeriklerin bilinçli hale gelme ve egonun yaşamına katılma ‘arzusu-nu’ resmediyor gibidir. Bu ise rüyalarda, onların ilkel doğalarının dönüşümü ve insan âlemine doğru bir hareket şeklinde zuhur eder.

Rüya egosunu kovalayan o korkutucu bilinmeyen ‘şey’ rüya ona tehditkâr görünse de egonun içinde olduğu bireyleşme süreci açısından bir tehdit teşkil etmeyebilir. Kovalayan ‘şeyin’ rüya egosuna gerçekten zarar vermeye çalıştığını gösteren herhangi bir şeyin olup olmadığını anlamak için rüyayı dikkatle gözden geçirin. Bu ‘şey’ sadece rüya sahibinin ego ile temas kurmaya çalışan bilinçdışı bir yönünü temsil ediyor ve sadece rüya egosunun bu temasa direnmesi durumunda saldırganlaşıp korkutucu hale geliyor olabilir. **Bireyleşmenin bir sonraki aşaması açısından potansiyel bir değer taşıyan gölge içeriklerinin ve özelliklerinin baskın ego**

imgesine neredeyse her zaman bir tehdit olarak görüldüğünü hatırlınızdan çıkarmayın.

Örneğin, ciddi bir negatif anne kompleksiyle uzun yıllar çalışan bir kadın rüyasında şunları görmüştü:

Kendi yatağında uyuyordum ama sanki 1920 veya 1930'larda inşa edilmiş eski bir evdeydim. Ön kapının yüksek sesle çalındığını duydum ve çok korktum çünkü kocam şehir dışındaydı ve ben çocuklarla yalnızdım. Kim olduğunu görmek için yataktan kalkmam gerektiğini anladım. Arka verandada bir el feneri gördüm ve çok korktum. Alarm sisteminin 'panik düğmesine' bastım ve alarm çaldı ama hat kesikti. Kesilmiş miydi? Kapı tekrar yüksek sesle çalındığında kim olduğunu anlamak için bakmam gerektiğini anladım. Korkmuştum ama kapıdakinin polis olduğunu gördüm. Bana kocamın bindiği uçağın düştüğünü söylemeye gelmişlerdi. Büyük ihtimalle kurtulan olmamıştı. Onu ne kadar sevdiğimi ve güvenliği için ne kadar endişelendiğimi anladım.

'Evine' girmeye çalışan şey korkutucuydu ve onun kendisine zarar vermek istediğini de hissetmişti fakat aksine bu şey, kendisiyle rüyada fiilen yüzleşildiğinde, kocasına karşı telafi edici bir sevgi ve ilgi duygusunu gündeme getirmişti (ki bu, kocasına karşı ne kadar derin hisler beslediğinin farkında olmadığını gösteriyordu). Uyandığında onun yatakta yanında uyuduğunu fark etti ama rüyanın etkisi o kadar yoğundu ki orada olmadığından korktuğu için birkaç dakika ona dokunamadı. Rüyanın tesiri saatlerce devam etti ve anlamının kalıcı etkisi nevrotik kaygılarının ortasında kıymetini yeterince bilemediği kocasına hissettiği sevginin gerçek boyutunu derin bir şekilde fark etmesine sebep oldu.

Fiziki Tehlike: Rüya egosunun karşılaştığı fiziki bir tehlike elbette ki uyanık ego açısından (böyle bir rüyayla ilişkili duygunun

uyku sırasında kalp damar sistemini zorlaması dışında) tehlikeli değildir.

Rüya egosunun karşı karşıya kaldığı fiziki bir tehlikeyle alakalı olan en yaygın kaygı rüyası düşme rüyasıdır. Böyle bir rüyada ‘yere çakılmanın’ gerçek fiziksel ölüme yol açacağı şeklindeki halk inancının hiçbir temeli yok gibi görünüyor. Düşme rüyaları nadiren yere çakılmayla son bulur. Rüya devam ederse gidişatta veya rüya egosunun durumunda bir değişiklik meydana gelir. Rüya egosu hiç zarar görmediğini veya bir metre bile etmeyen alçak bir yerden düştüğünü ya da kendi ‘ölü’ bedenini incelediğini fark eder vb.

Bu tür rüyalarda görülen en yaygın son, rüya egosunun düşüş esnasında uyanık ego-kimliğine geçiş yapmasıdır.¹¹ Rüya egosunun uyanıklık hali egosuna bu geçişi, rüyalarda sık rastlanan bir lysis¹² veya sonlanımdır. Böyle uyanmalar rüyada gerçekleşen eylem açısından vakitsiz gibi görünür ve kaygıdan kurtulmaya çalışmak

11 Yani uyanmasıdır. -ç.n.

12 **Rüyaların Yapısı:** Jungiyen yaklaşımda rüyaların genel yapısı, klasik Yunan tiyatrosunun temel dramatik unsurlarının gelişim sıralamasına benzer: ‘Serilim veya serim’ (rüyanın temasının gerçekleştiği ortam ve karakterler), ‘peripetia’ (temanın değişik yönlerde ilerleyişi), ‘kriz’ (sorun, buhran) ve ‘lysis’ (çözüme kavuşarak neticelenme veya felaket duygusu uyandıran son). Jung bu kategorileri kullanmanın faydasına ilk defa ‘Toplu Eserler’in 8. Cildinde (par. 561-5) değinmiştir. Bununla birlikte, her ne kadar bilinçdışı unsurlar barındırsa da drama pek çok kültürde bilinçli bir şekilde kurgulanan ve yapılandırılan bir sanat biçimiyken rüya tamamıyla bilinçdışının ve bireydeki rasyonel olmayan süreçlerin ürünüdür. Fakat bizler rüyaları dramatik yapılarıyla hatırlamaya meyilliyizdir ki bu durum psişemizin mitopoetik katmanının dramatize edici işlevine işaret eder. (Whitmont E. C., Brinton Perera C., *Dreams: A Portal to the Source*, London, Routledge, 2007, s.69-70, 188) -ç.n.

olarak değerlendirilebilir fakat bazen sembolik bir anlam da taşır: “Buna uyan!” İşte böyle bir ‘uyanma’ duygusu, polisten kocasının ölmüş olabileceği haberini alan kadının rüyasındaki amaçlardan biri de olabilir ki kadın, bu rüyadan eşi için hissettiği olumlu duyguların çok daha farkında olarak uyanmıştı.¹³

Rüya egosunun başına gelebilecek fiziki tehlikenin mevcudiyetini fark etmek yetmez; bu tehlikenin rüya içinde bağlama göre değişen anlamını değerlendirmek önemlidir. Bir adam rüyasında kendisine fırlatılan bir mızrağın onu ıskaladığını, sonra mızrağı alıp onu fırlatan ‘Moğol atlısına’ geri verdiğini görmüştü. Amacı saldırganı yatıştırmaktı ama yaptığı şey sadece atlının öfkesini alevlendirmeye yaramıştı. Bu rüya oldukça sık görülen bir motife işaret eder: Rüya egosu kendi hakkını daha aktif bir şekilde savunmaya teşvik edilir. ‘Saldıran’ figürün rüya egosundan daha agresif bir tepki istediğini düşünebiliriz. Aynı motifi, sinsi ve öfkeli bir kadının rüya egosuna bir mızrak fırlattığı rüyada da görmek mümkündür. Burada rüya egosu, mızrağı fırlatan sinsi kadının ona aslında kendisine karşı çıksın diye bir silah verdiğini anlar ve öyle yapar. Böylece de pek çok ‘ölü’ hayvanı tekrar yaşama dönmek üzere serbest bırakmış olur.

Dolayısıyla rüya-egosuna karşı saldırganlık daha derin bir amaç, yani bireyleşme sürecine hizmet ediyor olabilir. Bireyleşme süreci yaşamın tamamı boyunca gerçekleşen kişisel gelişimin örüntüsüyle

13 Düşme rüyalarıyla ilgili olmasa da E. A. Bennet’in, 1946 – 1961 yılları arasında Jung ile sohbetlerinin yer aldığı bir kitapta rüya hikâyesi sonlanmadan veya rüya kendi zirvesine erişmeden uyanmayla ilgili sorduğu bir soruya cevap olarak Jung, bu şekilde uyananların kendilerindeki bir şeyden korktuklarını; bilinçdışlarındaki bir şeyin, kabul ettikleri bakış açısıyla çeliştiğini söylemiştir. (*Meetings With Jung: Conversations Recorded During the Years 1946 – 1961*, Zurich, Daimon, 1985, s.92). -ç.n.

ilgilidir ve hayatın herhangi bir aşamasındaki ego imgesini bu belirleyici ve daimi sürecin ışığında değerlendirir. Rüyadaki eylem rüya egosuna karşıt gibi görünse de rüyaların derinden ilişkili olduğu bireyleşme süreci nedeniyle bu eylemin gerçek amacı egoyu Benlikle ilişkisinde daha kapsamlı kılmak veya dönüştürmektir.

Deprem gibi ciddi doğal afetlerle ilgili rüyalar, rüya egosunun kendisine yöneltilen bir şiddetten ziyade arka planda egonun durumunda gerçekleşen bir değişime işaret eder. Nesnel düzeyde bu tür rüyaların yakın zamanda kolektif durumda gerçekleşecek bir değişikliği temsil etmesi teorik olarak mümkündür ki Jung da Birinci Dünya Savaşı'nın habercisi gibi görünen rüyalara rastlamıştır. Bununla birlikte, kendisinin de John Freeman ile yaptığı *BBC* röportajında belirttiği gibi, günümüzde herkes dünyadaki doğal veya insan ürünü olabilecek felaketlerin gayet bilincinde olduğu için böyle bir olasılık söz konusu değildir; bu tür imgelerin kolektif bir barış ve ilerleme beklentisini telafi etmedikleri açık ve nettir.¹⁴

Daha ziyade, felaket rüyaları, bilinçteki hakim ego imgesinin arka planında yer alan üstü örtülü ve potansiyel açıdan ani ve muhtemelen de şiddetli bir değişikliğe işaret eder. Bu rüyalar, ego imgesinin yapısında büyük bir değişimin gerçekleşebilme potansiyelini gösterir. Bu tür değişimler terapötik olarak kapsanabilirlerse dönüştürücü olabilirler; kapsanamadan gerçekleştiklerinde ise ciddi bir klinik depresyon, anksiyete ve hatta psikoz seyrinin habercisi olabilirler.

Psikoz

Şizofreni veya başka bir psikotik sürece dair teşhis konusunda düşünürken rüyalar, hem teşhiste hem de hastalığın seyrini takip

14 *Face to Face*, BBC Production, 1961.

etmede faydalı olabilir. Bazen, ilacı arttırmanın veya zor durumdaki egoyu hastaneye yatırmak gibi farklı yollarla desteklemenin zamanlamasıyla ilgili olarak da rüyaların faydası olabilir. Rüyaları bu şekilde okuma becerisini aktarmak kolay değildir çünkü her zaman ve koşulda mevcut olan net bir gösterge bulunmaz. Var olan ipuçları da genellikle rüyayı gören kişinin bağlamında geçerli ve o kişinin gördüğü rüya serisi dahilinde anlamlıdır; başkalarına uyacak şekilde kolayca genellenemez. Böyle bir gösterge genellikle, rüya egosunun kendisi için tehlike arz eden bir rüya motifi değildir; rüyada tuhaf denebilecek bir imgenin ortaya çıkmasıdır yalnızca. Örneğin, derisi olmadan dolaşan bir hayvan veya dünyayı havaya uçurmakla tehdit eden bir deli, klinik durumda potansiyel bir kötüye gidişe işaret edebilir. Bu tür imgeler her zaman egonun gücüyle dengelenmelidir. Psikoz, bilinçdışı süreçlerin baskısı egoyu alt ettiği zaman ortaya çıkar. Bu, aşırı stres veya psikedelik ilaçların etkisi gibi fiziksel faktörler nedeniyle bilinçdışı baskının ani bir artışıyla veya egonun her zamanki olağan gücünün azalmasıyla gerçekleşebilir.

Egonun istikrarını ve psikotik baskıyı değerlendirmek için rüya imgelerinin kullanımına ilişkin araştırma yapmaya ihtiyacımız var gibi görünüyor. Bu tür çalışmalar, iyi tanımlanmış bir nüfus kesiminde uzun bir gözlem süresi boyunca dikkatli karşılaştırmalar yapmayı gerektirir. Böyle bir çalışma kolay veya ucuz olmayacaktır ancak antipsikotik ilaçların psikolojik etkisine ilişkin klinik anlayışımıza katkıda bulunabilir. Aynı zamanda, kişilik istikrarı ile ilgili olarak zihin/beyin etkileşimine dair önemli sorulara da bazı cevaplar sağlayabilir.

Fiziksel Sorunlar

Bir aort anevrizması sızıntısından önce görülen iç ‘patlama’ rüyası; safra kesesi hastalığından şüphelenilmeden önce kişinin

rüyasında bu hastalığa yakalanmış figürlerin ortaya çıkması gibi pek çok çarpıcı örneği bulunsa da rüya malzemesine dayanarak organik teşhislerde bulunmak hiç kolay bir mesele değildir. Geri dönüp bakıldığında, rüyaların organik bir soruna işaret etmiş olabileceğini görmek kolaydır ancak dikkate alınması gereken çok sayıda faktör olduğu için bunu prognostik olarak başarmak zordur. Rüya normalde uyanıklık hali egosunun bilinçli konumunu telafi ederler. Bunu, amaç ve kaygıları uyanık egonunkilerle uyuşmaya-bilecek bireyleşme sürecinin hizmetinde yaparlar. Zira **bireyleşme, herhangi bir ego yapılanmasının mükemmelleştirilmesinden ziyade kişiliğin potansiyel bütünlüğüne hizmet eder.** Fiziksel hastalık bilinçli ego açısından çok büyük bir endişe sebebi olabilir ama rüyaların kaynağı olan Benlik için aynı önemi taşımaz.

Rüyalar kişilik ile beden arasında bir ayrım yapıyormuş gibi görünür;¹⁵ rüya egosu bedenden ziyade kişilikle ilişkili gibidir. Bir rüyada gerçek bir fiziksel sorunun belirtilerinden bahsedildiğinde bunlar genellikle rüyadaki ego-imgesinin bir hastalığı olarak görünmez. Daha ziyade rüya egosundan farklı figürlerle, bir hayvan¹⁶ veya rüyayı görenin annesi (ki fiziksel bedenin kaynağıdır) gibi

15 **Akıl ve Beden:** Rüya egosunun bu 'üslubunun' işlevsel (ve belki de amaçlı) olduğunu düşünebilir miyiz? Nihayetinde, beden ve zihin konusunda Jung şunları söylemiştir: "Akıl ve beden, muhtemelen karşıt çiftlerdir. Bu nedenle, gerçek tabiatı ne dışsal, maddi tezahür vasıtasıyla ne de içsel, doğrudan algı vasıtasıyla bilinemeyecek tek bir varlığın ifadesidir... Canlı varlık, dışsal olarak maddi bir beden, içsel olaraksa bedende gerçekleşen bir dizi yaşamsal faaliyetin imgeleri olarak zuhur eder. Bu ikisi aynı madalyonun iki yüzüdür." (CW 8 - *The Structure and the Dynamics of the Psyche*, New York, Routledge, 1960, par.619) -ç.n.

16 Bedene hayvan (veya bitki) imgesi olarak atıfta bulunulan rüyalarda, rüya sahibinin bu hayvan veya bitkiyle ilişkilendirdiği... belirli özellik, dürtü veya örüntüler, rüya imgesinin gönderme yaptığı beden veya duygulanım işlevinin spesifik anlamına işaret edecektir. (Whitmont,

organik bedeni veya organik yaşamın diğer biçimlerini temsil eden bir imgeyle gösterilmeleri muhtemeldir.¹⁷

Ölüm Rüyaları

Rüyada ölüm motifi organik hastalığın temsili sorunuyla yakından ilgilidir. Rüyada ölebileceğimizi hatta öldüğümüzü görmek ender bir hadise değildir. Hastalar, yaklaşan ölümün belirtisi olmasından korktukları için bu tür rüyaları kaygı ile hatırlayabilirler. Ancak ölüm rüyaları esasen ego imgesinin dönüşümünü gösteren rüyalarıdır. **Bilinçli ego belirli bir ego-imgesi ile özdeşleştiği sürece o imgenin devamlılığını tehdit eden her şey fiziksel ölüm tehdidi gibi hissedilecektir.** Zira ego, beden imgesi ile de sıkı sıkıya özdeşleşmiştir –halbuki sık rastlanan ‘kendini seyretme’¹⁸ motifi, rüya egosunun beden imgesinden ayrışabilirliğinin açık bir göstergesidir.

Rüyadaki ölüm, uyanık ve sıradan yaşantımız bağlamında gerçekleşen ölümden oldukça farklı bir anlama sahiptir. **Rüya imgeleri, komplekslerin veya arketiplerin temsilleridir.** Pek çok imge aynı kompleks veya arketip ile ilişkilendirilebilir. Bu tür imgeler ‘ölmez’. Bir imge diğerine dönüşür ve bu dönüşüm genellikle bir

E.C. & Perera, S. B., *Dreams: A Portal to the Source*, East Sussex, Routledge, 211, s.137) -ç.n.

17 Whitmont ve Perera, rüyalarda bedene, bedensel işlevlere, bedensel ihtiyaçlara veya patolojiye yapılan göndermelerin, ev veya kulübe gibi üçboyutlu, sağlam yapılar veya otomobil, tekne gibi araç imgeleri olarak da belirebileceğini söyler. Bunların tümünün ortak paydası, içlerinde yaşanabilir veya oturulabilir olmaları, yaşamı barındırabilmeleridir. Bu barındırma vasıflarıyla, insan faaliyetinin ifade vasıtaları olarak da işlev görebilirler. (a.g.e.) -ç.n.

18 Ya da rüyada kendini seyretme motifi. -ç.n.

rüya serisinde izlenebilir. Daha önce incelenen rüya sekansı ('patlayan köpek yavrusu', 'köpek veya bebek' ve 'insan gözlü fare') bir rüya imgesinin zaman içerisindeki aşamalı dönüşümünü gösterir.

Organik ölüme yaklaşan kişiler, yolculuk veya evlilik rüyaları gibi bazı önemli değişimleri öngören diğer rüyalardan pek de farklı olmayan rüyalar görürler. Bu tür rüyalar, uyanık egoyu fiziksel bedenine yaklaşan ölümü yerine bilinçli kaygılara ve sorumluluklara odaklanmaya teşvik edebilir. Ölmekte olan kişilerin rüyalarıyla ilgili kesin bir açıklama yapmamıza yetecek gözlem ve araştırma mevcut değildir.¹⁹ Ancak öyle görünüyor ki rüyalar bedenine ölümünden ziyade bireyleşme süreciyle ilgilenirler²⁰ ve dolayısıyla ömrün yaklaşan sonuna da hayattaki diğer büyük değişikliklere yaklaştıkları gibi

19 1948'de C. G. Jung, analitik psikolojinin gelişimine dair genel bir taslak hazırladı. Daha derinlemesine araştırılacak konular listesine ölüm rüyalarını yani kazalar, hastalıklar ve ölümden önce, ayrıca ağır hastalık sırasında ve narkoz altında görülen rüyaları derleme ve değerlendirme görevini ekledi. Ölüm öncesi ve sonrası psişik fenomenlerin araştırılması da bu kategoriye girer. E. Kennedy-Xipolitas'a göre, Marie-Louise von Franz *On Dreams and Death: A Jungian Interpretation* eseriyle çok zor görünen bu görevi benzersiz bir şekilde yerine getirmiştir. (Chicago, Open Court, 1998, s.vii) -ç.n.

20 Rüyaların işlevlerinden biri hayatta yaklaşan bir aşamaya veya eşiğe hazırlıktır. Ölüm, bilinçdışının bizi hazırlamak istediği böyle bir eştir. Ölümlü olduğumuzu kabul etmemiz, sonumuza dair bilgilenmemiz bilinçdışımız için çok önemlidir. Çünkü biz ölümden olgunlaşırız. Ego bilinci 'doğru' bir tutum içindeyse kişi ölümden ruh-tözünün yani Benliğin doğumunu yaşama şansına sahip olur. Benlik için önemli olan 'büyük iş' yani içsel bütünlüğün tamamlanmasıdır. Bu, bir görevi veya hayatının görevini tamamladığını hisseden insanların neden ölümden korkmadıklarını da açıklayabilir. (Marie-Louise von Franz'ın *On Dreams and Death: A Jungian Interpretation* adlı kitabına E. Kennedy-Xipolitas'ın önsözünden, Chicago, Open Court, 1998, s.vii) -ç.n.

yaklaşırlar. Bu, bireysel kişiliğin fiziksel ölümden sonra da devam ettiğini mi gösterir? Benliğin fiziksel ölümle, yaşam süresince egoda meydana gelen önemli değişikliklerden biraz daha fazla ilgilendiği anlamına mı gelir? Bunlar genel olarak bilimi, özelde ise parapsikolojiyi ve derinlik psikolojisini ilgilendiren ciddi sorulardır.

Hatırlanması Gereken İlkeler

1. Aynı kompleksler birçok farklı imge ile kişileştirilebilir.
2. Bir dizi rüyayı takip ederek ve aralarında ilgili ama değişen bir yapı arayarak sezgisel olarak şunları fark etmek mümkündür:
 - a) bir kompleksin aynı kimlik örüntüsündeki diğer komplekslere kıyasla değişen nüansları ve
 - b) kimlik örüntüsündeki (örneğin bir tahakküm-itaat örüntüsü) prognostik iyileşme (veya kötüye gitme)
3. Analizin erken safhalarındaki rüyalar, ilk klinik değerlendirmede dikkate alınması gereken hem tanısal hem de prognostik bir unsuru gösterebilir.

5. Bölüm

Teknikle İlgili Konular

.

Teknikle ilgili temel bir gerçek vardır: Yanlış kişinin elinde doğru teknik işe yaramaz ama doğru kişinin elinde yanlış teknik *işe yarar*. Rüya analizinin psikoterapide başarılı bir şekilde kullanılması sadece bir teknik uzmanlık meselesi değildir. *Hiçbir* teknik tam manasıyla yeterli değildir zira analist/analizan ikilisindeki denge çok daha önemlidir. Tüm rüya çalışmaları veya diğer terapiler bu ilişki içinde vuku bulmak zorundadır. Terapötik ilişki, dönüştürücü sürecin içinde gerçekleştiği *temenos* yani kutsal sınır, simyevi *vas* veya kraterdir.

Aktarım ve Karşı Aktarım

Analiz tamamen rasyonel olamayacak bir süreçtir. Dolayısıyla bazı açılardan müzik, resim veya şiir gibi diğer beceri gerektiren icralara benzer. Bu tür üretimleri yöneten kurallar tam anlamıyla spesifik değildir; daha ziyade uyulması gereken ilkeleri özlü bir şekilde hatırlatmaya hizmet ederler.

Belki de analistin veya terapistin başlıca sorumluluğu, psişenin dönüşümünün meydana gelebileceği dönüştürücü alanı devamlı kılabilmesidir. Şaşırtıcı bir şekilde, dönüşüm ya analizanda (ki niyet edilen budur) ya da analistte –veya her ikisinde birden gerçekleşebilir! Etkilerin sadece bir yönde aktığı kişilerarası bir durum oluşturmak imkânsızdır. Freud’un ilk dönemlerdeki görüşü, analistin tamamen nesnel olabileceği, analizanın kendi psikolojisini üzerine yansıtarak psikanalizin iyileştirici sınırları dahilinde nevrotik sürecini yeniden yaşayacağı fiili bir ‘boş ekran’ işlevi görebileceği yönündeydi. Ancak çok geçmeden analistin hastanın aktarım çarpıtmalarına maruz kalmasına ek olarak hastanın da analistin ‘karşı aktarım’ olarak adlandırılan çarpıtmalarına tabi olduğu anlaşıldı.

Jung’un bu konudaki kendi görüşleri, bu ‘alan’ niteliğini açık bir şekilde dikkate alır. *The Psychology of the Transference*¹ adlı kitabında analist ve analizanın birlikte, tamamen bilinçli olması mümkün olmayan ve her iki taraf için de dönüştürücü olma ihtimali taşıyan bir sürece dahil olduklarını gösterir.² Dahası, aktarım ve karşı aktarımı herhangi bir ilişkide otomatik olarak gerçekleşen yansıtmanın belirli biçimleri olarak değerlendirir.

Buna rağmen analitik durum, dönüştürücü alanı hasta için en üst düzeye çıkarmak, analistin yıkıcı karşı aktarımını ise en aza indirmek üzere tasarlanmıştır. Hastayla ilgili materyal, hem geçmiş açısından hem de güncel rüyaların ışığında derinlemesine tartışılırken analistin o klasik boş ekran olması mümkün olmasa da yaptığı

1 Aktarımın Psikolojisi. -ç.n.

2 “The Psychology of the Transference” *The Practice of Psychotherapy*, CW 16. Jung’un aktarım ve karşı aktarım hakkındaki düşünceleri için önemli diğer bir kaynak da *The Tavistock Lectures*, özellikle de 5. derstir. *The Symbolic Life*, CW 20.

kişisel yorumların miktarı nispeten azdır. Ayrıca eğitilmiş bir analist uzun bir kişisel analiz sürecinden geçtiği için kendi komplekslerini analizana yansıtma olasılığının muhtemelen çok daha farkındadır.

Rüyalar analitik ilişkinin dönüştürücü alanına nasıl girer? Çoğunlukla, analizan gördüğü rüyayı analiste getirir ve birlikte o rüyanın hastanın hayatındaki anlamını bulmaya çalışırlar. Dolayısıyla analist ve analizan, analizanın bilinçdışı materyalini keşfederek bu materyali devam eden bireyleşme süreciyle ilişkilendirme konusunda yol arkadaşı sayılırlar. Fakat rüyalarla çalışırken bu genel örutünün özellikle vurgulandığı zamanlar olur. Bu, aşağıda bahsedilen durumlarda düzenli olarak gerçekleşir:

- 1) Analizan, analisti rüyasındaki bir figürle özdeşleştirir.
- 2) Analist, analizanın rüyasında kendisi olarak belirir.
- 3) Analizan, analistin rüyasında belirir.
- 4) Ya analist ya da analizan diğeriyle ilgili cinsel rüyalar görür.

Elbette başka olasılıklar da mevcuttur ancak bu dördü, rüyaları dönüştürücü analiz alanıyla ilişkilendirmenin tekniğine dair temel soruları gündeme getirir. Bunları sırasıyla daha derin bir şekilde inceleyelim.

1) *Analizan, analisti rüyasındaki bir figürle özdeşleştirir.* Rüyasında gördüğü kişi açık bir şekilde analist *olmadığı* halde analizan, analisti rüyada gördüğü figürle özdeşleştirir. Jungiyen teoride, rüyalardaki eylem ve kişiler (Freud'un yaklaşımında olduğu gibi) gerçeğin kılık değiştirmiş hali olarak değerlendirilmediği için rüyadaki bir figürün 'hakikaten de' kişinin gerçek hayattan tanıdığı biri olup olmadığını söylemek bir yorum meselesidir. Birazdan göreceğimiz gibi, rüyada görülen gerçekten de analist olsa bile, rüyanın nesnel bir dil mi öznel bir dil mi kullandığına dikkat edil-

melidir. Rüya figürlerini analiste atıf olarak yorumlamakta aşırıya kaçmak, özellikle de rüyalar erotik bir karakter sergilediğinde, aktarımı gereksiz ve tehlikeli bir boyuta yükseltebilir. Genellikle en iyisi, ‘rüyanın amacı analistin kendisini göstermek olsaydı bunu açık ve net bir şekilde yapardı’ şeklinde bir yaklaşımı temel almaktır. Diğer figürler hastada konstele olan komplekslerin yapısını açığa çıkaracaktır ve bu figürlerin aktarıma etkide bulunmaları *ihtimali* de vardır ancak bu böyle olmak zorunda değildir. Rüya imgelerinin gerçek kişilerle aşırı özdeşleştirilmesi *kişilerarası indirgemeciliğe* yol açar; anlamın kişilerarası boyutuna yapılan lüzumsuz bir baskıyla terapötik durumun aktarım tarafını aşırı bir şekilde vurgulamış olur.

2) *Analist, hastanın rüyasında kendisi olarak belirir.* Bu gibi durumlarda rüyanın gerçek hayattaki analisti ilgilendiren nesnel durumdan bahsetmesi daha olasıdır ancak kesin değildir; analist, hastanın kendi psişesinin bir parçasını (‘içsel analisti’) temsil eden ve hastanın onunla etkileşiminden kaynaklanan sembolik bir işlev görebilir ki bu, çoğunlukla nevrozun yapısında önemli değişiklikler meydana geldikten sonra gerçekleşen bir temsil biçimidir. Bu tür rüyalarda analistin, karşı aktarım tepkileri de dahil olmak üzere, hastayla ilişkisini nesnel olarak değerlendirme sorumluluğu vardır çünkü hastanın rüyası analistin bilinçdışı bir yönüne gönderme yapıyor olabilir.

3) *Hasta, analistin rüyasında belirir.* Bu durum analistin, karşı aktarımdan kaynaklanan ve terapötik süreci engelleyebilecek çarpıtmalara dair bir olasılığı ciddi olarak göz önünde bulundurmasını gerektirir. Rüyadaki analizanın, analistin kişisel yaşamında veya analitik ortamda konstele olan bir kompleksini kişileştiriyor olması mümkündür. Böyle bir rüya, en azından, analistin hastaya bakış açısını değiştirme ihtiyacına işaret eder. Jung, bir kadın

hastasını, bilinçli olarak değerlendirdiğinden çok daha önemli bir kişi olarak gördüğü bir rüyadan bahseder ki bu rüya, kadına bilinç düzeyinde atfettiği düşük değeri basit bir şekilde düzeltiveren veya telafi eden bir rüyadır.³

Böyle bir rüyayı analizanla tartışmak gerekir mi? Kendi deneyimlerime göre bu sorunun cevabı genellikle ‘hayır’dır ancak (tüm kurallar için olduğu gibi) bu değişmez bir kural değildir. Bir rüyada bir kişiyi görüp uyanık hayatımızdaki aynı kişiye bu rüyadan bahsettiğimizde, o kişinin rüyayı, bizim bilinçli olarak ifade ettiğimizden ‘daha derin’ veya ‘daha doğru’ bulma tehlikesi söz konusudur. Bu, rüyayı gören kişinin tam olarak anlayamadığı bilinçdışı bir ürünü, rüyayı anlattığı kişiye bir projeksiyon perdesi olarak sunmasına benzer.⁴ Hasta, analistle aynı eğitime veya deneyime sahip olmadığı için analiste bakış açısında bilinçdışı çarpıtmalar meydana gelebilir ve bu da aktarım-karşı aktarım dinamiğinde yaşanabilecek sorunları daha da artırır. İstisnalara rağmen aynı kural genellikle bir arkadaşımızı gördüğümüz rüyayı o arkadaşımızla paylaşmak açısından da geçerlidir.

Analist hastayla ilgili rüyasını olabildiğince anlamalı ve araların-da olup bitenlere dair artan bir farkındalıkla hastasıyla ilişki kurmalıdır. Böylece analistin egosu, rüyanın ve anlamının sorumluluğunu üstlenmiş olur. Bu, anlaşılması özellikle zor bir rüya olduğunda analistin bir meslektaşından süpervizyon alması gerekir.

4) *Analist ya da analizanın diğeri hakkında gördüğü cinsel rüyalar.* Aktarım-karşı aktarımın cinselleştirilmesi (nadiren de olsa) hayata geçirildiğinde gereksiz komplikasyonlara yol açabileceğinden

3 A.g.e. par. 334-336

4 Yani rüyayı anlattığı kişi rüyaya kendi yansıtmasını yapabilir. -ç.n.

bu durumu uygun bir analitik teknikle ele almak çok önemlidir. Her iki tarafta da cinsel rüyaların ortaya çıkması şaşırtıcı olmamalıdır zira, özellikle de duygusal derinlik söz konusuysa, herhangi bir ilişkide cinsel hisler gayet doğaldır. Jung *Tavistock Lectures*'ta,⁵ hastanın analistle ilgili cinsel rüyalarının, aralarındaki duygusal uçurumu kapatma girişimi olduğundan bahseder.⁶ Aynı şey genel anlamdaki cinsel çekim açısından da doğrudur ve ilişkinin bilinmeyen bir arenasında potansiyel bir değerin; henüz bilinçli olmamasına, açıkça belirtilememesine rağmen cinsel çekim aracılığıyla mevcudiyeti hissettirilen bir değerin var olduğunu gösterir. Cinsel rüyalar, tıpkı Jung'un aktarıma dair makalesini resmetmek için kullandığı simyevi çizimlerde olduğu gibi, (analizanın, analistin veya her ikisinin) bilinçdışında dönüştürücü bir sürecin başlamış olduğunu gösterebilir. (Uyanıklık hali egosu bu tür rüyaları birebir anlamlarıyla yorumlama eğilimindedir ancak bilinçdışı, genellikle, fiziksel olmayan birleşme ve dönüşüm süreçlerini sembolize etmek için cinsel imgeler kullanır.)

Örnek olarak, bir analist rüyasında çekici bir kadın hastayla cinsel ilişkiye girdiğini görmüştü. Bu, kadın da benzer bir rüya gördüğünü bildirmeden üç gün önceydi. Taraflardan herhangi biri diğerine karşı bilincinde olduğu bir cinsel ilgi hissetmediği gibi baştan çıkarıcı veya flört niteliği taşıyan bir konuşma veya hareket de söz konusu değildi. Bu tema, analizanın da analistin de sonraki rüyalarında tekrarlanmadı. Paralel cinsel rüyalar, daha dönüştürücü bir atmosferin hakim olduğu ve analizanın kendi hayatındaki tekrarlayan, kompulsif cinsel ilişkileri ilgilendiren nevrotik örüntülere

5 'Tavistock Konferansları' -ç.n

6 A.g.e. par. 331

dair taze bir bakış açısı kazandığı yeni bir analiz aşamasına işaret ediyordu.

Analizde İlaç

Analist aynı zamanda bir doktor ise, rüyalar analitik süreci kolaylaştıracak ek bir tedavi olarak psikotropik ilaçların ne zaman başlatılacağını veya sonlandırılacağını gösterebilir. Doktor olmayan analistler de elbette benzer sorularla karşı karşıya kalacaklardır ve ilaç kullanımı konusunda konsültasyon almaları gerekebilir. Analitik çalışma sırasında herhangi bir ilacın kullanılmasına itiraz edenler de vardır ama bu yöndeki görüş artık eskisi kadar geçerli değildir. Analizin genel amacı egonun kendi psişesinin dönüştürücü ve bireyleştirici süreciyle sorumlu bir ilişkiye girmesine yardımcı olmaktır. İlaç bu amaca engel teşkil edebileceği gibi akıllıca kullanılırsa yardımcı da olabilir. Analitik çalışma yerine ilaç kullanılması bir engeldir. Sağduyulu bir şekilde kullanılırsa, egonun analizde daha etkili bir şekilde çalışmasına katkıda bulunarak dönüştürücü sürecin faydalı bir unsuru olabilir.

Kaygı düzeyi çok yüksek (veya fazlasıyla düşük) olan bir hasta analizde etkili bir şekilde hareket edecek kadar durumunu değerlendiremez. Bir veya daha fazla sakinleştirici ilaç kullanılması işe yarayabilir. Aynı şekilde hasta, analiz de dahil her şeyi değersiz bulacak kadar depresyonda olduğunda da ilaç kullanılması gerekebilir. Herhangi bir ilacı kullanmaktaki amaç, hastanın egosunu, ne kaygının ne de depresyonun içgörüsül bir terapiyi engellediği orta seviyedeki bir duygulanım derecesine getirmektir. Hasta yeterince endişeli veya depresif olmadığında da analiz amaçsızca sürüklenip gidebilir ancak bu haldeki bir egoyu orta seviyeye yönlendirecek bir

ilaç bulunmaz. Böyle durumlarda yeterli duygulanıma sebep olacak bir hareketlenmenin ya bilinçdışı süreçler (çoğunlukla bir rüya) ya da analistin yorumu veya teşviki vasıtasıyla başlatılması gerekir. Bazen analizle eşzamanlı bir grup terapisi, birebir gerçekleştirilen bir analizde eksik olan duygulanım tepkilerini uyandırabilir.

Rüyalar ilacın ne zaman gerekli olduğunu veya güvenli bir şekilde kesilebileceğini gösterebilir ancak dayandığımız tek kriter onlar olmamalıdır. Örneğin (daha önce de bahsettiğimiz) şizofreni sürecindeki genç adamın hastalığının alevlendiği dönemlerde, yeniden hastaneye yatmasını önlemek için, antipsikotik ilaçlarının dozajını arttırmak gerekiyordu. Gerileme evresi başlamadan hemen önce rüyalarında pek çok tekrar eden motif gözlemek mümkündü. Bunlar arasında kontrolden çıkarak geriye doğru yuvarlanan bir araba, derisiz hayvanlar ve cinayet işlemeye ve hatta tüm dünyayı yok etmeye kararlı yıkıcı rüya figürleri vardı. Bu motifler ortaya çıktığında ilaçları arttırarak bir nüksetme dönemini önlemek çoğu zaman mümkün olabiliyordu.

Depresyondaki bir kişi temel anlamda bir iyileşme gerçekleşmeye başladığında bile depresyonda olduğunu söylemeye devam edebilir. Bu muhtemelen ‘hasta’ rolünden vazgeçmenin doğuracağı sorumlulukları üstlenmeye karşı bir savunmadır. Rüya nispeten normalleştiğinde klinik durumda bir kötüleşme olup olmadığına dikkat ederek ilacı azaltmaya başlamak güvenli olabilir. Rüyaların ‘normalliğini’ değerlendirmenin en iyi yolu onları hastanın depresyondan önce gördüğü rüyalarla kıyaslamaktır ancak çok sık görülen bazı motiflerin yokluğu iyileşmeye işaret eder: a) Rüya egosuna saldıran agresif sembollerin olmaması. b) Nevrotik çatışmaların

oluştugu veya yoğunlaştığı geçmiş dönemlere atıfta bulunan sembollerin bulunmaması.⁷

Redüktif⁸ Analiz ve Prospektif⁹ Analiz

Redüktif analiz, Jung'un, Freudcu psikanalizin geleneksel olarak üzerinde önemle durduğu bir fikir için önerdiği, mevcut bir çatışmayı hastanın geçmiş yaşamındaki tahmini kökenlerine indirgemek anlamına gelen bir terimdir. Bu çaba, nevrozun sebebini geçmiş bir olaya ve bu olay karşısında geçmişte takınılan tutuma konumlandırma eğilimindedir. Jung, redüktif analizden hiçbir zaman tamamiyle vazgeçmemiştir. Nevrotik sorunun önemli bir bileşeni geçmiş deneyimlere dayalı komplekslere kadar izlenebiliyorsa ve buna dair açık göstergeler varsa, redüktif analizin (her yaş için) uygun olduğunu düşünmüştü. Jung aslında redüktif analizi göreceli kılmıştı; bu yöntemin her türlü nevrotik acıyı hafifletecek tek yol olmadığını söylemiş, daha ziyade özel bir kullanımı olduğunu

7 İyileşmeyi haber veren ve geçiş dönemlerinde beliren farklı motifler de vardır. Örneğin, iyileşmeyi, psişenin bağlantısız parçalarını (bilinci ve bilinçdışı içerikleri) birleştirmek olarak düşündüğümüzde, psişedeki bağlantı ilkesini anlatan 'aşkın işlevi' de sembolize edebilen 'köprü' veya köprü yerine geçebilecek bir imge böyle bir imgedir. Ego-benlik eksenindeki 'eksen' de bireyleşme sürecinde ego ve benlik arasında soyut bir 'köprü' olarak tahayyül edilebilir. Murray Stein, çocuk ve çocukluk ile ilgili imgelerden de bu şekilde bahseder. Onun bu imgelerin analiz ve iyileşme sürecindeki yerlerine dair makalesinden kısa bir bölümün ve Marie-Louise von Franz'ın *Archetypal Patterns in Fairy Tales* kitabından köprüyle ilgili birkaç paragrafın çevirisini de kitabın ekler bölümünde bulabilirsiniz. -ç.n.

8 (Kabaca ve yargı ifade etmeden) 'indirgemeci' veya daha doğrusu 'indirgeme yöntemini kullanan'. -ç.n.

9 İleriye yönelik. -ç.n.

göstermişti. Redüktif analizin aksine, prospektif analiz teleolojik bir yönelime dayanır; yaşam sürecinin geçmişte karşılaştığı engellere odaklanmak yerine *nereye doğru* doğru ilerlediğini sorar.¹⁰

Analitik pratikte redüktif analizi de prospektif analizi de gerekli kılan durumlar vardır. Rüyalar bunlardan hangisinin ne zaman daha çok vurgulanması gerektiğinin son derece hassas bir göstergesi olabilirler.

Redüktif analizin gerekli olduğuna dair esas işaret, hem karakterleri hem de rüyanın geçtiği ortamı içeren rüya motiflerinin kişisel amplifikasyonu sırasında kendini gösterir. Çok ciddi ve tekrarlayan bir depresyon geçmişi olan ve yaşadığı vakaların hepsi çevresel değişimlerle ilgili psikosomatik faktörler tarafından tetiklenen bir adam vardı. Bu adam depresyondayken genellikle çocukluğunu geçirdiği fakir çiftliği rüyasında görürdü. Durumunun nispeten istikrarlı olduğu diğer zamanlarda ise rüyalarında bu tür motifler nadirdi. Bu motifler onun komplekslerinin üzerine redüktif analiz yoluyla eğilmek gerektiğine işaret ediyordu. Şiddetli ve inatçı bir nevrozla çalışmaya başlayan diğer bir adam da yaklaşık üç yaşındaki bir deneyimiyle ilgili fiksasyonu¹¹ simgeleyen ve çocukken yaşadığı

10 **Teleoloji:** Kendisi de hâlâ öğrenciyken Zofingia Öğrenci Derneğinde verdiği konferanslarda Jung'un ilk defa bahsettiği epistemolojik kavramlardan birisi de teleolojidir. Jung'un en önemli metodolojik yaklaşımlarından biri olarak kabul edilir. Burada esas vurgulanması gereken şudur: "Jung, psikolojik fenomenleri sadece patolojik anlamlarıyla anlayıp değerlendirmemiştir. (Patolojik semptomlar da dahil) her türlü psikolojik faaliyetin teleolojik bir işlevi olduğunu yani kişinin gelişiminin amaç ve hedefine işaret ettiğini kabul etmiştir." (Papadopoulos, R. K., *The Handbook of Jungian Psychology: Theory, Practice and Application*, London, Routledge, 2006, s.19) -ç.n.

11 **Fiksasyon/saplanma:** Bir fikir, bir etkinlik, canlı ya da cansız bir nesneyle takıntılı meşgul olma hali. Psikoanalitik kuramda, saplanma

evin civarında geçen bir dizi rüya görmüştü. Önceleri bu rüyalar da çocukluk evinin yakınında aslında var olmayan bir kasabanın adli sistemine mafyavari tiplerin sızdığını gösteren imgeler belirdi. Ardından evden doğrudan uçakla ayrılma rüyaları geldi (fiziki bir imkânsızlık). En sonunda, yeraltının daha sembolik bir tasviri olarak, gömüldükleri yerden dirilen zombivari tipler ortaya çıktı (ki bu muhtemelen uzun süre gömülü kalmış olduklarını gösteriyordu). Adam, bu rüya serisini takiben nevrotik bağlanmalarındaki regresif özellikle ilgili farklı bir tutum sergilemeye başladı. Bu tutum nevrotik depresyonundaki azalmanın damgasını vurduğu bir iyileşme döneminin belirtisiydi.

Aksine, rüyalarda geçmişle ilgili imgeler yoksa redüktif analize odaklanmak gerekli değildir. Mevcut duygusal durumlara ve bunların nevrotik yönlerine yoğunlaşarak daha hızlı bir iyileşme sağlanabilir. Bu tür çalışmalar, hastanın hayatının duygulanım yüklü herhangi bir yönüne odaklanabilir: Aktarım-karşı aktarım, hastanın o dönemdeki ailesi veya arkadaşlarıyla ilişkiler, çalışma ortamındaki stresler, grup terapisinde gözlemlenen ilişkiler, vb.

Rüyaların değeri, duygulanımla ilgili güncel sorunlar üzerinde çalışırken daha da belirginleşir çünkü *rüyalar haricindeki* tüm bu alanlarda, dış gerçekliği hastanın betimlemelerinden ayırmak ge-

psikoseksüel gelişme evrelerinden birinde oluşan travma sonucu meydana gelir. Gelişim o evreye özgü enerjide takılır; ardışık evrelere özgü arzu ve gereksinimler gelişme gösteremez, ilerleyen evrelerin gereksinimleri karşılanamaz, ilişkili çatışmalar çözümsüz kalır. Kişi, erken evrelere özgü nesnelere (örn., anne ya da baba) bağlı kalır. Örnek: Oral dönemde saplanmanın belirtileri arasında sigara içme, alkolizm, tırnak yeme, parmak emme, ayrıca aşırı konuşma, başkalarını manipüle etme vardır. (Prof. Dr. Sirel Karakaş, *Psikoloji Sözlüğü*. İnternet sayfasında Afşar Medya Yayın tarafından yakında yayınlanacağı belirtiliyor.) -ç.n.

rekir. Örneğin, hastanın patronuyla ilgili belirgin bir duygulanım sorunu varsa, analist bu sorunu her zaman bu kişinin hastanın nevrotik algısınca çarpıtılmış haline değil, gerçekteki haline dayandırmaya özen göstermelidir. Aktarım-karşı aktarım alanındaki duygulanım durumlarını değerlendirirken bile analistin, karşı aktarımının bu soruna katkısını kabul edecek kadar nesnel bir gözle kendisine bakabilmesi zor olabilir. Rüyalar söz konusu olduğundaysa *halihazırda* sembolik olan verilerle sorgulamaya başlayabiliriz. Rüyaları üreten ego olmadığı için, rüyanın nesnel ya da öznel yorumlanmasıyla ilgili sorularla ilgilenmemiz gerektiğinde dahi ego çarpıtmalarını hesaba katmamız gerekmez.

Duygu-Ego¹² ve Rüyalar

Freud'la ilk karşılaşmasından önce başladığı kelime çağrışım deneyi çalışmasında Jung, *kompleks*in ve *duygu-egonun* doğasını açık bir şekilde tanımlamıştır. Kompleks, ortak duygusal bir nüansın bir

-
- 12 **Duygulanım**-Ego olarak da çevrilebilir. 'Affect' kelimesini mümkün olan yerlerde duygulanım olarak çevirmekle birlikte burada, *A Critical Dictionary of Jungian Analysis*'de belirtildiği üzere 'emotion' yani 'duygu' kelimesiyle eş anlamlı kabul ederek çevirdim. Bu kaynağa göre duygulanım "duygu ile eş anlamlıdır; sinirsel ajitasyona veya diğer bariz psikomotor bozukluklara neden olacak kadar yoğun olan hisleri anlatır. Kişinin hisler üzerinde hakimiyeti vardır fakat duygulanım irade dışı devreye girer ve ancak güçlkle bastırılabilir. Duygulanım patlaması, bireyin istilaya uğraması ve egonun geçici olarak ele geçirilmesi demektir. Duygularımız bizim 'başımıza gelir'; duygulanım, adaptasyonumuzun en zayıf olduğu noktada gerçekleşir ve aynı zamanda bu zayıflığın nedenini de ortaya çıkarır. Bu hipotez, Jung'un kelime çağrışım testiyle yaptığı ilk deneylerin merkezinde yer alıyordu. (Samuels, A. ve et al., London, Routledge and Kegan Paul, 1986, s.11) -ç.n.

arada tuttuğu ve merkezi arketipsel olan birbiriyle ilişkili fikir ve imgeler grubudur.¹³ Jung, kompleksin bilinç üzerindeki güçlü etkisinden bahsederken duygu-egoyu, güçlü nüansa sahip bir kompleks ile ilişkisi yüzünden şekil değiştiren ego olarak tanımlamıştır.¹⁴

Kişisel bilinçdışında güçlü bir enerjiyle yüklü olan kompleksin bu enerjisi, egonun normal gerçeklik hissini sürdürme kabiliyetini etkiler ve bir duygu-ego hali ortaya çıkarır. Ego, her zamanki nesnelliğini yitirir, kompleksten kaynaklanan duygulanımın akışını hisseder ve kendi kimliğinin olağan sınırlarını korumakta güçlük çekebilir.

Böyle bir duygu-ego yaratımı pek çok rüyanın da özelliğidir. Zaten rüyaların yapısı genellikle dramatiktir. Bir rüya, (ortam ve rüyadaki karakterler de dahil olmak üzere) bir başlangıç sorunu, bu sorunun gelişimi, (eylemsizlik ve duygusal tepkiler de dahil olmak üzere) rüya egosunun bazı tepkileri ve bir sonuçtan meydana gelir. Rüya egosunun duygusal tepkilerini (veya hiçbir duygusal tepkisinin olmayışını) dikkatle incelemek önemlidir zira bunlar da eylemler kadar rüyanın diğer karakterleriyle temsil edilen ve aktifleşen¹⁵ komplekslere rüya egosunun gösterdiği tepkilerin bir bölümüdür.

Rüya egosu, rüyada son derece dramatik bir durumun içinde olduğu halde uyanıkken gerçekleştiğinde bu duruma uygun olacak duygusal tepkiyi göstermiyorsa görülen rüya, bu spesifik ego

13 *Experimental Researches*, CW 2, pars. 733, 1351.

14 Bkz. 'The Psychology of Dementia Praecox', *The Psychogenesis of Mental Disease*, CW 3, par.86. Ben kendim duygu-ego kavramını nesne ilişkileri teorisiyle ilişkilendirerek biraz genişlettim (bkz. *Clinical Uses of Dreams* adlı çalışmam, s.49-52)

15 Veya konstele olan. -ç.n.

yapısında duygusal farkındalığın patolojik seviyede eksik olduğuna işaret ediyor olabilir. Rüyaların klinik kullanımında özellikle hassas bir dikkatle ele alınması gereken bir yön, rüyadaki müteakip sahnelerle ilişkili olarak rüya egosunun gösterdiği duygusal tepkinin (veya böyle bir tepkinin olmayışının) yorumlanmasıdır. Rüya egosunun bir figürün saldırısına uğradığı fakat kendisini savunmayı reddettiği ve saldırganla arkadaş olmaya çalıştığı farazi bir örneği ele alalım. Böyle bir yaklaşım psişedeki agresif bir içeriğe karşı belirli bir ego tutumunu gösterir. Bundan sonra olacaklar, bilinçdışı psişenin bu ego tutumu hakkında ne 'düşündüğünü' ortaya koyabilir. Bu durumda saldırının daha güçlü bir şekilde yinelenmesi şaşırtıcı olmayacağı gibi böyle bir şey, 'rüyayı yaratanın'¹⁶ rüya egosunun kendi adına daha aktif bir tutum içinde olmasını istediğini de akla getirir.

Rüyalarda sıkça rastlanan diğer bir gelişme de rüya egosu bir zorluk veya meydan okuma karşısında uygun bir şekilde davranmadığı zaman (ki burada da kıtas aynı durumda uyanıkken hangi tavrın doğru olacağıdır) rüya sahnesinin daha büyük bir zorluğu gündeme getirecek şekilde hemen değişmesidir. Diyelim ki rüya egosu bir iç savaş ortamıyla karşı karşıya ve diğer tarafın bir askeri ona ateş ediyor. Rüya egosu çatışmadan kaçmak için bir mağaraya giriyor ve sahne hemen değişiyor. Şimdi rüya egosu bir su kütesinin içinde ve yaklaşan köpekbalığı yüzgeçleri görüyor. Bu sekans, rüya egosu insani düzeyde bir çatışmadan kaçındığında çok daha ciddi ve ilkel bir tehdidin (saldıran köpekbalıkları) ortaya çıkabileceğini gösterir.

Şunun genel bir kural olduğunu söyleyebiliriz: Rüyalardaki bir çatışma, insani düzeyde kişisel bir yüzleşmeye ne kadar yakınsa bir çözüme kavuşma ihtimali de o kadar fazladır. Bazen bir rüya serisi

16 Tırnak işareti çevirmene aittir.

üzerinden böyle bir evrimin aşamalarını net bir şekilde takip etmek mümkündür: 1) Orman hayvanları, uzay adamları veya büyük ve kişisel olmayan savaş sahneleri gibi ilkel güçlere karşı bir mücadele 2) örneğin iç savaş gibi daha yerel bir çatışmaya dönüşür ki bu, pişenin savaş halindeki iki tarafının birleşme potansiyeline işaret eder. Bu ise nihayetinde 3) her iki taraf için de geçerli olan kurallar dahilinde ölümcül olmayan bir çatışma, örneğin iki takım arasındaki bir atletizm müsabakası veya top oyunu olarak tasvir edilir.

Genelleme yaparken dikkatli olmak gerekir fakat en azından rüyalarındaki çatışma motiflerinin çoğunlukla egonun bilinçdışından ayrışması sürecini gösterdiğini söylemek doğru olur. Genellikle cinsel birleşme ya da evlilik olarak resmedilen simyevi imge *coniunctio*¹⁷ gibi daha gelişmiş bireyleşme imgeleri ise ancak egonun özerkliği sağlandıktan sonra görülmeye başlanır.

Bazen bir rüya imgesindeki duygu-egonun, uyanıklık hali ego-sunda gözlenen bir duygulanım ile bağıntılı olduğunu görebiliriz. Bu bağlantı açık ve net ise rüyadaki ego imgesi, (uyanık yaşamdaki-ç.n.) sorunlu ego halinden özetle bahsetmenin bir yolu olarak kullanılabilir. Böylece çoğu zaman analist ve analizan arasında rüya

17 **Coniunctio:** Karşıtların başarılı bir şekilde birleşmesiyle sonuçlanan simyevi prosedürdür. Jung, abidevi eseri *Mysterium Coniunctionis*'te bunun psikolojik paraleli olan bireyleşme sürecini ve bilincin genişlemesini ele almıştır. (Edinger, F. E., *The Mystery of Coniunctio: Alchemical Image of Individuation*, Toronto, Inner City Books, 1994) Jung'un yaklaşık aynı anlama gelecek şekilde kullandığı diğer simyevi terimler şunlardır: *Coincidentia oppositorum* (karşıtların birlikteliği), *complexio oppositorum* (tek bir imgede ihtiva edilen karşıtlar), *unus mundus* ('bir' dünya) ve felsefe taşı. (Sharp, D., *Jung Lexicon: A Primer of Terms and Concepts*, Toronto, Inner City Books, 1991) 'Coniunctio' için bkz. bu kitabın 9. Bölümü, s.154; ayrıca Ekler bölümünde, 'Bazı Simyevi İşlemler ve Psikolojik Önemleri' başlığı altında 7. Madde, s. 217. -ç.n.

imgelerinden oluşan özel bir dil gelişir: “Moğol atlısına davrandığın gibi davranıyorsun” veya “Yine iç savaş egon mu bu?” vb. Rüya imgelerini hastanın yaşamının diğer alanlarında iletişim vasıtası olarak kullanmak analiz sanatının çok değerli bir yönüdür fakat tüm teknikler gibi bunda da aşırıya kaçmamak önemlidir.

Analizin başlıca şifa faaliyetinin bu şekilde bir kullanımı, hastanın çeşitli rahatsız edici duygu-ego durumlarını analitik ilişkinin kapsayıcı ve besleyici sınırlarıyla *eş zamanlı olarak* deneyimlemesine yardımcı olur. Analitik ilişki ise esas itibarıyla (taraflar arasında yıkıcı bilinçdışı çatışmaların potansiyel mevcudiyetine rağmen)¹⁸ analist ve analizan arasındaki bilinçli ilişki gerçekliği üzerinde temellenmiştir. Analist, analizin *temenosunu*¹⁹ (yer, ortam, yardımcı tutum vb.) sürekli kılma ve yaşam sürecine zarar verici duygu-ego hallerinin sebep olduğu nevroitik müdahaleyi hastanın bu güvenli sınır içinde deneyimlemesine yardım etme sorumluluğuna sahiptir.

Ertelenen Yorumlama ve Yorumlamama

Analist klinik uygulamada rüyaların kullanımına aşina oldukça bazı özel sorunlar ortaya çıkabilir. Kimi hastalar analitik süreci acil dikkat gerektiren alanlardan uzaklaştırmak için çok fazla rüya getirebilir. Bununla birlikte tam ve dürüst bir şekilde anlatıldıklarında çoğu zaman rüyaların kendisi böyle bir sapmaya karşı direnç gösterecektir.

Bazen bir analizan o kadar çok rüya getirir ki bunların hepsiyle çalışmak imkânsız hale gelir. Bu durumda seçici davranmak önem-

18 Parantez çevirmene aittir.

19 Kutsal alanını. -ç.n.

lidir. Analist hastadan duygulanım yükü en yüksek olan (duygu-ego'nun en çok aktive olduğu) rüyayı seçmesini isteyebilir. Böyle bir rüya genellikle hastanın üzerinde en az konuşmak istediği rüyadır çünkü bu rüya acı verici gölge unsurlarını veya aktarım sorunlarını içerebilir. Hasta tüm rüyaları yazılı olarak getirirse analistin bir tarama yaparak daha evvel analizde kullanılmış olan önemli rüyalardakilere benzeyen motifleri fark etmesi ve sonradan bu rüyalar ile çok daha yoğun bir şekilde çalışılması çoğunlukla mümkündür. Bazı rüyalar daha sonradan değerlendirilmek üzere bir kenara koyulabilir. Yaşam içerisinde çok güçlü bir duygu-ego durumu gerçekleşirse rüyanın yorumlanmasından ziyade bu durumla ilgili malzemenin tartışılmasına öncelik verilir. Böyle bir duygu-ego durumu aktarım-karşı aktarım alanında, hastanın günlük ilişkilerinde, işte ya da başka bir alanda ortaya çıkabilir.

Genel bir kural olarak analizde, ister uyanıklık halinde ister rüyada gündeme gelmiş olsun, en yüklü duygu-ego durumuna odaklanılmalıdır. Söz konusu duygu-ego, uyanıklık halinde değil de bir rüyada meydana gelirse rüyanın yeniden canlandırılması vasıtasıyla değerlendirilmek üzere o anki analiz ortamına davet edilebilir. Bu amaç için birtakım teknikler kullanılabilir: Kişiden rüya-ego imgesi 'olmasını' istemek; eylem şimdiki zamanda gerçekleşiyormuşçasına birinci tekil kişi ağzından konuşmak (ki bu iyi bilinen bir gestalt tekniğidir); hipnoanalitik ve aktif imgelem teknikleri; bazı psikodrama tekniklerinin kullanıldığı grup psikoterapisi; hastadan rüyayı, rüya egosu dışındaki karakterlerden birinin bakış açısından yeniden anlatmasını istemek vb. Bu tekniklerden herhangi biri, duygu-ego durumunun yeniden canlanmasını sağlayarak kompleksin üzerinde terapötik olarak çalışma imkânı yaratabilir.

Bir rüyanın ne zaman yorumlanmayacağı analitik tekniği ilgilendiren hassas bir konudur. Genel anlamda söyleyecek olursak, bir rüyayı yorumlamadan bırakmamıza neden olacak başlıca iki gösterge mevcuttur. Bunlardan ilki rüya, analistin diğer gözlemlerine dayanarak doğru olduğuna inandığı fakat hastanın kabul etmeye hiçbir şekilde hazır olmadığı bir şeyi gösterdiği zaman söz konusudur. Bu psikanalizde klasik bir durumdur: Analist hasta hakkında, hastanın henüz yüzleşmeye hazır olmadığı bir şeyi bilir. Hipnoanalizde içgörü eksikliğinin üstü bazen, ‘vakti gelince’ (yani ego, içgörünün malzemesini özümsemeye hazır olduğu zaman) hatırlanacağına dair talimatlarla birlikte geçici amnezi ile örtülür.

Uyanıklık hali egosunun bir rüyanın duygusunu yaşamaya o rüyayı analitik açıdan anlamaktan daha fazla ihtiyaç duyması ise yorumun ertelenmesine neden olabilecek ikinci göstergedir. Böyle durumlar nadir olmakla birlikte önemlidir ve genellikle çocukluktan kalan düşük öz değer hissinin yarattığı hasarlı ego-imgesi onarılmaya belirgin bir ihtiyaç duyduğunda gerçekleşir. Örneğin, annesinin duygusal desteğinden mahrum büyümüş bir kadın Baki-re Meryem’i rüyasında görmüş, onun kendisini sevdiğini, kendisiyle ilgilendiğini hissetmişti. Rüya, anne arketipinin anaç ve şefkatli tarafını; annesinin bu arketipin (belki de kendi nevrotik çatışmaları yüzünden) yeterince hissettirmede, yeterince taşımadığı tarafını rüya egosuna yaşatma teşebbüsü gibi görünüyordu. Rüyayı gördüğü dönemde hastanın hayatı çalkantılıydı, şiddetli bir depresyon yaşıyordu ve ailesinden neredeyse hiç duygusal destek almıyordu. Rüya yorumlanmadan bırakılmıştı çünkü analist, kadının sevgiyle bakılma hissine çok daha fazla ihtiyacı olduğunu hissetmişti. Sonradan bu rüya, anne figürlerinin yer aldığı diğer rüyalarla da ilişkilendirilerek, devam eden bir rüya serisi üzerine yapılan analitik tartışmalara dahil edildi.

Eşzamanlı Grup Terapisi ve Bireysel Terapi

Bazı Jungiyen analistler, grup analizi ile bireysel analizi karıştırmaya, hatta prensip olarak grup tedavisine karşıdırlar.²⁰ Benim gibi diğerleri ise bireysel çalışmayla grup çalışmasını birlikte kullanmayı, iki yaklaşımdan birini tek başına kullanmaktan daha yararlı bulur. Grup süreci, tıpkı rüyalar gibi, o anki durumda duygu-ego halle-

-
- 20 Jung'un yakın çalışma arkadaşı Marie-Louise von Franz'ın Zürih Enstitüsünde grup terapisinin dinamikleriyle ilgili bir sınıf açma kararının ardından enstitüden ayrıldığı ve o ders müfredattan çıkarılana kadar kendisi ve yakın çevresinin enstitüye geri dönmediği bilinir. Maggy Anthony, von Franz'ın 1979'da Dr. Suzanne Wagner'le (YouTube'da bulabileceğiniz) bir görüşmesinden onun grup terapiyle ilgili şu sözlerini aktarır: "İnsanın kendi gölgesini görmesi o kadar acı vericidir ki böyle bir şeyi bir grupta hayatta yapamazsınız... İnsanların grupta yaptıkları o 'resmi' itirafların hepsi boş sözlerden ibarettir" (*Jung's Circle of Women: The Valkyries*, Maine, Nicolas-Hays, 1999, s.65). Anthony, Jung'un onaylayıp onaylamayacağı hususlara dair bir otorite kabul edilen von Franz'ın Jung'un bu dersi kesinlikle onaylamayacağını düşündüğü için enstitünün kararına karşı çıktığını fakat Jung'un hayattayken bu konuda yeni bilgiler edindikçe pek çok kereler fikrini değiştirdiğini söyler. Bu açıdan, yakın arkadaşı ve meslektaşı olan Jung'la yaptığı görüşmeleri kaydeden Dr. Benner'in 25 Şubat 1955 tarihi altına düştüğü şu satırlar anlamlıdır: "... Öğle yemeğinde grup terapisinden bahsettik. C.G., grup terapisinin sosyal tarafla ilgili bir avantaj sağladığını, kendisinin de Zürih'teki kulübü bu nedenle kurduğunu fakat grup terapisinin bireysel terapinin yerine geçemeyeceğini, ayrıca erkek ve kadınların hem kendi cinslerinden hem de karşı cinsten bir kişi tarafından analiz edilmelerinin gerekli olduğunu zira bir erkeğin başka bir erkekle animayı tam olarak konstele edemeyeceğini, aynı şeyin bir kadın açısından da animus için geçerli olduğunu söyledi ve fakat sosyal tarafın gerekli olduğunu ve bireysel terapi veya analizin onun yerini alamayacağını ekledi. (*Meetings With Jung: Conversations Recorded During the Years 1946 – 1961*, Zurich, Daimon, 1985, s.46). -ç.n.

rini harekete geçirir. Ayrıca grup ortamında persona ve gölgenin konstelasyonu da farklı olur. Pek çok hasta, analist tarafından kabul edilmeyi ezici suçluluk duygusundan kurtulmak açısından pek faydalı bulmaz zira analist ‘özeldir’, ‘o anlar ama başkaları anlamaz’. Grup ortamı ise arketipsel toplum veya aile hissini uyandırır. Bu nedenle bir grup tarafından kabul edilmek çoğu zaman, hastanın kendisini daha fazla kabul edebilmesini de teşvik eder.

İyi bir analitik teknik, grup terapisine başlama veya bu terapiyi sona erdirmeye konusundaki herhangi bir kararın, bireysel analize başlama veya analizi sona erdirmeye konusunda gösterilen dikkatle ele alınmasını gerektirir. Böyle kararlar verirken rüyalar son derece yardımcıdır. Analizi sona erdirmek gibi büyük kararlar alırken, bilinçli müzakere temelinde mümkün olan en iyi sonuca varmak ve ardından (eğer varsa) rüya malzemesindeki tepkiyi gözlemleyecek kadar zaman ayırarak bu kararın uygulanmasını ertelemek akıllıca olacaktır. Daha sonra değiştirilse bile bilinçli bir pozisyon almak, rüyalara bu pozisyonu telafi edecek bir referans noktası sağlar.

Bir terapi grubunda üyelerden biri diğerini rüyasında gördüğünde, üzerinde daha fazla çalışmak için rüyayı grup ortamına getirmek çoğunlukla verimli olur. Bir terapi grubuna yeni katılan bir kadın, bir süredir grupta olan diğer bir kadına şiddetli bir tepki göstermişti. Bu kadının ‘grubun sevgilisi’ olduğunu, kendisinin ise hemen her açıdan eleştirildiğini hissediyordu. Bireysel bir analiz seansında üzerinde konuşulan bu tepkisi, daha önce farkında olmadığı kardeş rekabetiyle ilgili derin sorunlara işaret ediyor gibi görünüyordu. Sonradan rüyasında terapi grubundaki bu kadına çok samimi ve sıcak hisler beslediğini gördü. Bu onun bilinçli tepkisini açıkça telafi eden bir rüyaydı. Rüyayı grupla paylaşmaya karar verdi ve paylaşır paylaşmaz, gerekli içgörü ile birlikte, başlangıçta sevmediği ve korktuğu bu kadına bir yakınlık hissettiğini fark etti.

Hatırlanması Gereken Noktalar

1. Analitik süreç, aktarım-karşı aktarımın dönüştürücü alanında gerçekleşir.
2. Analistin bilinçdışı süreçlerinin analize dahil olmaması imkânsızdır ancak bunlar, analizanın bilinçdışı süreçlerine kıyasla küçük bir faktör olmalıdır.
3. Analizanın analisti (veya analistin analizanı) açıkça gördüğü rüyalar, özellikle de güçlü erotik unsurlar içerdiklerinde, çok büyük bir dikkatle ele alınmalıdır.
4. Rüyalar, redüktif veya prospektif analiz ihtiyacı, ilaç kullanımı ve diğer klinik seçimler için ipuçları sağlayabilir ancak bunlar yalnızca karar sürecinin bir parçası olmalıdır.
5. Rüya yorumu her zaman analizin birincil odak noktası değildir.
6. Genel olarak, analizandaki en güçlü duygu-ego durumuyla ilişkili malzeme takip edilmelidir.
7. Dönüştürücü analiz alanı duygu-ego hallerinin analizin güvenli temenosu içinde deneyimlenmesiyle oluşur. Zarar görme tehdidi altında ise temenosun güvenliğinin sağlanması, rüya yorumuna ve analitik çalışmanın diğer yönlerine göre önceliklidir.
8. Tamamen anlaşılmış görünse bile bir rüyanın anlamı asla tüketilemez. Rüya yorumunda alçakgönüllülük duygusu hayati önem taşır.

6. Bölüm

Rüyalarda Ego-İmgeleri ve Kompleksler

.

Rüya egosunda yani rüyadaki ego imgesinde meydana gelen değişiklikler Jungiye analizinin klinik seyrini belirlemek açısından birçok gösterge sunar. Rüyanın dikkatlice amplifike edilmesi ve sonra da bireyleşmenin hangi aşamasında olduğu göz önünde bulundurularak hastanın mevcut yaşamı bağlamında değerlendirilmesi gerektiğini hatırlamak önemlidir.

Analitik psikolojinin temel yapısal kavramlarından halihazırda bahsettik (kimlik yapıları olan ego ile gölge ve daha ilişkisel yapılar olan persona ile anima/animus). Rüya imgelerini genellikle kolay bir şekilde bu yapısal kavramlarla tanımlayabiliriz ancak böyle bir tanımlamanın bir rüyanın klinik kullanımı açısından yeterli olduğunu düşünmek yanlış olur. Rüya (indirgemeci bir şekilde kullanılmaması gereken) teorik psişe modellerinden çok daha incelikli ve zımnidir. Bununla birlikte Jung'un yapısal kavramları, gerekli sınırlara ve rüyaların hareketine saygı duyarak kullanıldığında hem analist hem de hasta açısından yararlı bir

psikolojik yönlendirme aracıdır ve sıradaki görevi anlamada yardımcı olabilir.

Komplekslerin Tespit Edilmesi

Birçok rüyada kompleksleri tespit etmek kolaydır. Bununla birlikte rüyalar komplekslerin tespitiyle ilgili bilgi sağlamaktan çok daha fazlasını yapar ve konstele olan komplekslerle *psişenin ne yaptığı* da gösterirler. Sistematik olmayan herhangi bir uyarılarla yapılan serbest çağrışım o sırada konstele olan kompleksleri ifşa edecektir. Jung, kelime çağrışım deneyi ile çalışırken bunun farkındaydı. Onun Freud'un serbest çağrışım tekniğine itirazı, bu tekniğin bizi komplekslere yönlendirdiği fakat çağrışım zincirinin başlangıcı olan rüya imgeleriyle kompleksler arasındaki ilişkiyi ortaya çıkaramadığı şeklindeydi. Jung, açık rüya içeriğinin ardında saklı veya 'gizil' bir anlam taşıyan rüya fikrine inanmadığı için 'kılık değiştirmiş' rüya imgelerinin ardında ne olduğunu görmeye de çalışmadı (ona göre bu içerik kılık değiştirmiş değil, sembolikti). Daha ziyade, bu rüya imgeleri kişisel, kültürel ve arketipsel düzeylerde amplifike edildi ve hastanın zihnindeki imgelerle doğal bir ilişkisi olan başka imgelerin yardımıyla anlamlarının açığa çıkarılması hedeflendi.

Bir rüya, kompleksleri tespit etmenin yanı sıra, umulmadık bir şekilde, onların diğer komplekslerle bağlantılarını da gösterebilir. Örneğin yakın zamanda boşanmış genç bir kadın rüyasında şunları görmüştü:

Eski kocamın evindeyim; kendi eski evimdeyim. Gece geç vakit. Eski yatak odamdayım ve dışarıdan sesler duyuyorum. Eski kocamı ve onun yeni kız arkadaşını görüyorum. Gelmesin diye

benim evde olacağımı söylediğimi sanıyordum. Birlikte yatak odasına, yatağa gitmek için merdivenlerden yukarı çıkıyorlar. Hayretle anne babamın evindeki eski yatak odamda olduğumu ve eski kocamla kız arkadaşının annemle babamın yatak odasına girmiş olduklarını fark ediyorum.

Rüyanın, eski kocasına karşı hislerinde ödipal bir nüans olduğunu ve onu babasının yerine koyduğunu ima etmesi kadını şaşırtmıştı. Böyle bilinçdışı bir bağlantının kocasına karşı hissettiği ve boşanmalarına neden olan cinsel nefreti de açıklayabileceğini fark ettiğinde şaşkınlığı daha da arttı.

Başka bir hasta, uzun bir süredir hayatını kontrol eden ve arka planında ahlaki ve dini suçluluk duygularının yattığı ciddi bir obsesif kompulsif bozuklukla baş etmeye çalışırken aynı gece gördüğü iki rüyada annesine dair geçmişteki duygularıyla (ki bu duygular anne kompleksinde barınıyordu) mevcut durum arasında yukarıdakine benzer bir bağlantı keşfetti. Anne kompleksiyle bağlantının ilk rüyada belirgin olmadığına, bu ilk rüyaya ikincisiyle beraber bakıldığında anne kompleksinin net bir şekilde görünür hale geldiğine dikkat edin:

Rüya 1:

Üç veya dört kişiyle birlikte bir çıkıntının kenarındaydım ve korkuyordum. Ayağım kaydı ve yirmi ya da otuz fit yükseklikten yere düştüm. Yere çarptığımda iyi olduğumdan emin olana kadar öylece kaldım ama bu arada umarım insanlar sadece dikkat çekmeye çalıştığımı düşünmezler diye düşünüyordum.

Rüya 2:

Annemin evinin çatısındaydım. Başka insanlar da vardı. Aşağı atlamaktan korkuyordum. Kimse endişeli görünmüyordu.

Bu iki rüyadaki açılış imgeleri hem benzer hem de biraz farklıdır. Bu durum onları aynı kompleks örüntüsüyle ilişkilendirir fakat kompleksin yapısını biraz farklı resmeder. Birinci rüyadaki çıkıntı, ikinci rüyadaki annenin evinin çatısına benzer. İlk rüyada kasıtsız bir düşüş söz konusudur. Ardından rüya egosunun kendi sağlığıyla ilgili meşru kaygısının, bunun doğru görünmeyeceği şeklindeki nevrotik düşünce lehine bir kenara bırakıldığı bir ego durumu ortaya çıkar: “Umarım insanlar sadece dikkat çekmeye çalıştığımı düşünmez.” İkinci rüyada, rüya egosu düşmez ve diğer insanlar onun içinde bulunduğu tehlikeli durumla ilgilenmezler. ‘Annesinin evinin çatısındaki’ konumu ise mevcut zorluğun ahlaki ve doğru olmaya yönelik bilinçli kaygıdan ziyade bir ebeveyn kompleksinden kaynaklandığını gösterir. Bir anlamda, ‘çok günahkâr’ olduğu duygusu, uygunsuz bir şekilde ‘çok yüksekte’ ve tehlikeli bir yerde, yani çıkıntı kenarında veya çatıda olmasıyla telafi edilir (veya daha gerçekçi bir ışıktta gösterilir). Hasta, aile ile ilgili bağlantıyı, kız kardeşinin ilk çocuğuna gösterilen ilginin yakın zamanda doğan kendi oğluna gösterilmemesinden duyduğu hayal kırıklığıyla ilişkilendirmişti.

Yapısal Değişimler: Sınırlar ve Hudutlar

Bir ego-kimliğinden diğerine geçiş, rüyalarda sıklıkla bir sınırdan veya bir su kütlesinin üzerindeki köprüden geçiş olarak sembolize edilir. Bu tür imgeler karşıt olan iki varoluş biçimini ve egonun kimliğinin temeli olarak bunlardan birinden diğerine geçebilme yeteneğini gösterir. Bu, istikrarlı bir nevrotik örüntü *dahilinde* bir kimlikten diğerine nevrotik hareketlerle gidip gelmeye bir tezattır. Elbette istikrarlı örüntü nevrotik olduğunda

kimliğin örüntüden tamamen uzaklaşması klinik açıdan iyileşme olarak tercüme edilir ancak kimliğin tanıdık *herhangi bir* örüntüden uzaklaşması, yeni örüntü sabit hale gelene kadar kaygı yaratacaktır.

Bir adam, grup terapisi seansında bir kadına sert bir şekilde hitap etmişti. Bu onun alışık olmadığı bir şeydi zira genellikle olumsuz hislerini ve dolayısıyla gölgesini saklardı ama böylece aynı zamanda onun bilince çıkmasını ve entegre edilme ihtimalini de engellemiş olurdu. Olumsuz hislerini ifade ettiği için kendini kötü hissetmişti; her şeyi kendine saklama şeklindeki eski örüntüsüne geri dönerek değişmez ve nevrotik bir yapıda donup kalmak daha cazipti. Grup terapisinin hemen ardından şu rüyayı gördü:

Berlin duvarına benzeyen ama Polonya'daki bir sınırdaydım. Bağımsız taraftaydım ama nedense sınırın özgür olmayan tarafına, yakalanabileceğim ve kurtulma ihtimalimin olmadığı tarafına geçmek istiyordum. Dikkatli olmam gerekiyordu. Etrafta kimse yoktu ve ben korkmuştum.

Bu rüya onun 'özgür olmayan' bir kimliğe geçiş yapma eğilimine atıfta bulunduğu kadar, evlenmeden önce tanıdığı bir kadınla ilişkiye başlama dürtüsüyle ilgili düşünmeye de sevk etti. Kişiliğindeki 'özgür' ve 'özgür olmayan' yönlerin karşıtlığı, onun temel nevrotik sorunuyla ve bu sorunun hayatının pek çok alanındaki tezahürüyle ilişkilendirilebilir.

İlişkisel Yapılar ve Kimlik Yapıları

Jung'un tanımını yaptığı psikolojik yapılar yani persona, gölge, anima ve animus, Benlik, diğer arketipsel imgeler ve elbette egonun diğer biçimleri ve rolleri rüyaları anlamada faydalı olabi-

lır. Bunlar, hasta kendisi bahsetmediği sürece, rüyalar hakkında konuşurken fazla kullanılmazlar ancak terapisti yönlendirmek açısından yardımcıdırlar. Bu yapıların analizanla sıradan konuşmalarda aşırı kullanımı, gerçek duygusal içgörü ve dönüşümden ziyade entelektüel kavrayışı geliştirme gibi çok ciddi bir risk teşkil eder. Analizan eğitim sürecindeki bir analist ise, kendisiyle ilgili malzemenin yapısal bileşenlerinin tanımlanması yararlı bir öğretim aracı olabilir ancak bu yalnızca duygu düzeyinde bir kavrayış edinildikten sonra yapılmalıdır.

Persona

Persona rollerinin genellikle ‘maskeler’ olduğu ve egonun deneyimlediği ‘gerçek’ kişiliğin (“Ben sadece kendim olmak istiyorum”) tersine olumsuz bir anlam taşıdıkları düşünülür ancak bu personanın işlevinin yanlış anlaşılmasıdır. En basit anlamıyla persona, tıpkı toplumsal teorideki rol kavramı gibi, kolektif bilinç ile ilişki kurmak için kullanılan bir yapıdır. Ego genellikle persona rolleriyle özdeşleşebileceğini veya bu rollerden ayrılabilceğini bilir ancak egonun bir parçası gibi görüldüğü halde kabul edilemeyen gölge kimliklerle de özdeşleşebileceğinin veya onlardan ayrılabilceğinin farkında değildir. Persona isteğe bağlı görünür, gölge ise kompulsif. Fakat her ikisi de psişedeki diğer yapısal bileşenlerle ilişkili olarak farklı gerilimlere sahip olan ego-kimlik rolleridir.

Rüyalarda personanın farklı yönleri genellikle (giyilip çıkarılabilen) giysilerle ve rollerle (örneğin bir tiyatro oyununda rol almak) gösterilir. Personayla özdeşleşme, oynayacak bir rol kalmadığında egonun kendisini boş ve ‘ölü’ hissetmesine neden olabilir. Bu durum, sahnedeki herkes hayatının başka bir rolüne

giderken, kendisini sahne dışında ve üniformaları içinde ölü gören bir subayın rüyasında çok belirgindir. Uygun kıyafet olmaması veya sosyal bir ortamda çıplak olmak ise yetersiz bir personaya işaret eden bir rüya motifi olabilir.¹

İşlevini iyi gören bir persona, sosyal etkileşimde egonun faaliyetini kolaylaştırır. Persona aynı zamanda egonun dönüşümü için bir araçtır: Bilinçdışı içerikler önce bir persona rolü vasıtasıyla deneyimlenir, sonra zımni işlevsel kimliğinin bir parçası olarak egoya entegre edilebilir. Pişano çalmak gibi basit bir örneği ele aldığımızda personadan zımni ego yapısına doğru bu hareketi gayet açık bir şekilde görmek mümkündür. Kişi önce büyük bir çaba harcar, pratik yapar. Sonra bir noktada beceri otomatik ve bilinçdışı bir hale gelir ama bir zorlukla karşılaşıldığında yeniden hatırlanarak bilinçli olarak kullanılabilir.

Bu nedenle bir rüyada personayı tespit edersek onu rüyada temsil edilen diğer yapılarla ilişkili olarak ele almamız ve tüm

-
- 1 Fakat bunun tam tersi de doğru olabilir: Barbara Hannah, elli sekiz yaşındaki bir adamın rüyasını incelerken çıplaklığı kendi iştahımıza dair yanılsamalarımızın ortadan kalkmasıyla, görkemli yüksekliklerden insani bir seviyeye inmeyle, çok büyük bir özenle işlenip dokunan bir personanın kaybıyla ve başkaları gibi yaratılmış sıradan bir insan olduğumuzun açığa çıkmasıyla ilişkilendirir. (*The Inner Journey: Lectures and Essays on Jungian Psychology*, Toronto, Inner City Books, 2000, s.53). Marie-Louise von Franz ise elbiselerin kültürel tavırları temsil ettiğini ve çıplaklığın her zaman ‘çıplak gerçeklik’ anlamına geldiğini söyler. Pek çok ilkel ritüele katılanlardan çıplak olmaları beklenir. Kadim gizemlerde ve bazı vaftiz kültürlerinde, insanlar soyunarak suya girer ve vaftiz kurnasından çıplak olarak çıkarlar. Burada kasıt, kişinin kültür ve eğitim yoluyla edindiği tutumları geride bırakması ve kendi gerçekliğiyle çıtırçıplak baş başa kalmasıdır. (*The Cat: A Tale of Feminine Redemption*, Toronto, Inner City Books, 1999, s.89-90) -ç.n.

rüyanın gidişatına bakarak değerlendirmemiz gerekir. Persona kendi içinde olumlu ya da olumsuz değildir.

Gölge

Gölge imgeleri de olumsuz gibi görünür ancak daha önce de bahsedildiği gibi, bunun çocuklukta gölge içeriklerinin henüz olgunlaşmamış egodan ilk ayrışmasına dayanan bir yanılsama olması mümkündür. Çocuk bir yetişkin kadar özerk değildir ve nevrotik bir aile veya sosyal durumla (ya da ailedeki geçici bir durumla) uyum sağlayabilmek için egonun çok önemli bir bölümünü dissosiyasyonla gölgeye itebilir. Sonradan gölge kimliği bilince getirilerek değerlendirilmezse, özellikleri egonun normal faaliyetine faydalı bir şekilde kullanılamaz. Her psikoterapi, bir dereceye kadar, gölgeyi bilince getirmeyi ve onun baskın ego kimliğine dahil edilmesinin ne kadar uygun olduğuyla ilgili olgun bir karar vermeyi içerir. Gölge entegrasyonu sağlanamazsa gölge içerikleri (genellikle ego ile aynı cinsiyetten olan) başkalarına yansıtılır ve kişilerarası ilişkilerin kolaylıkla gerçekleşmesinin önüne irrasyonel engeller çıkarır. Olgunlaşmayla ilgili pek çok sorunu olan bir doktorun rüyasında pişenin unsurları olan gölge ve personanın özelliklerini ve bu ikisi arasındaki ilişkiyi görmek mümkündür:

Alman Gestapo'suna [kolektif bir gölge sembolü] karşı gizli bir ajandım [gizli kimlik]. Giydiğim üniformanın pantolonu yanlıştı [persona sorunu]. Üç dört adam doğru pantolonu bulmam için bana yardım ediyordu [muhtemelen gölgenin faydalı kısımları].

Rüyadan önceki gün bu adam kayıp Nazilerin aranmasıyla ilgili bir televizyon programı izlemişti. Gestapoyu "kötü, dışlanmış insanlar, otoriteyi ellerinde bulunduran deliler, katı, dogmatik,

kısıtlayıcı kişiler” olarak görüyordu. Bu çağrışımlar bir dereceye kadar onun gölgesini tanımlıyordu ancak aynı zamanda bu tür içeriklerle uğraşmaktan korktuğunu da ifade ediyordu. Bu rüya, yetersiz persona (tamamıyla doğru olmayan üniforma) ile ağır gölge sorunlarının ilişkili olduğunu göstermişti.

Gölge, daha kapsamlı bir ego yapısına ulaşmak için entegre edilmesi gereken nitelikleri içerir. Uyanıklık halindeki aşırı pasif bir egoyu telafi eden saldırgan bir gölge figürünün bulunduğu rüyalarda bunu sıklıkla görebiliriz. Ancak tam tersi bir konfigürasyon da yani uyanıklık hali egosundan daha yumuşak veya uysal bir tabiata sahip olan bir gölge figürünü rüyada görmek de mümkündür.

Anima/Animus

Anima ve animusun esas işlevi, kişisel alanı yani kendilerini olduğu kadar egoyu, personayı ve gölgeyi de kapsayan ‘içsel’ alanı genişletmektir. Bu çoğunlukla onların dış dünyada karşı cinsten bir figüre yansıtılmaları vasıtasıyla ama bazen de böyle figürlerin rüya ve fantezilerdeki mevcudiyeti ile gerçekleşir. Peri masalları da anima ve animus imgeleri açısından zengin bir kaynaktır. (Erkek)te animanın, (kadın)da animusun etkinliğine aşırı güven egoyu zayıflatır. Uyanıklık halinde, bir duygu veya düşünce kişisel olmayan bir kararlılık ile savunulduğunda anima veya animusun mevcudiyetine tanık olabiliriz. Kabul edilen kolektif, genelleştirilmiş erkek ve kadın stereotiplerine dayanan ve ‘meli’, ‘malı’ şeklinde ifade edilen duygu ve görüşler genellikle personanın bilinçdışı kısımlarından veya anima/animustan gelir. Bunu anlamamız işte tam da bu nedenle yani duygu ve görüşler kişisel bir nitelik taşımadıkları için mümkündür: Bunlar başka

bir kişiye yönelik olabilirler fakat aslında o kişinin gerçekliği ile ‘olması gerektiği’ düşünülen haline ilişkin ona yansıtılan fantezi arasında hiçbir ayırım yapılmaz.

Anima veya animus yansıtmalarını geri çekme sürecinde ego genişler ve bilinç kapasitesi artar. Bir kişiye, örneğin sevilen birine, yapılan yansıtmayı geri çekememek küskün ve sık bir ilişkiye yol açabilir; eskiden sevilen birey beklentileri karşılamamıştır, yansıtmanın vaat ettiği kişi olmadığı anlaşılır. Yansıtma geri çekilir ve içeriği yansıtan egonun öznel dünyasının bir parçası haline getirilirse, daha evvel büyük ölçüde yansıtmanın perspektifinden görülen kişiyle iyi bir ilişki sürdürme ihtimali söz konusu olabilir.

İki ayrı kadına ait şu rüyalar egonun ihtiyacı olan gücü geliştirmek yerine animusa gereğinden fazla güven duyulan bir durumu resmeder: İlk kadın rüyasında, bale dersinde uzun bir merdivenden bale adımları kullanarak indiğini görmüştü. Bir adam ona yardım etmişti. Merdivenlerden dans ederek inen kendisiymiş gibi ayaklarını hareket ettirirken onu kucağında taşımıştı. Kadın rüyayla ilgili olarak şunları söylemişti: “Ayaklarımı hızlı hareket ettirmek oldukça zordu çünkü çok sayıda küçük merdiven vardı ve kucakta aşağı taşınırken basamaklara denk düşecek miktarda adım atabildiğimden emin değilim.”

İkinci kadın rüyasında bir teknede babasıyla balık tutarken oltasına bir şey takıldığını görmüştü. Kadının kendi oltası olmasına rağmen babası tüm gücünü kullanıyormuşçasına oltanın makarasını sararak balığı yukarı çekmeye başlamıştı. Kadın, animus olarak baba figürüne çok fazla güvendiği düşüncesine bir süre direndi ve rüyanın babasının ‘nihayet’ kendisi için bir şeyler yaptığını gösterdiği yorumuna odaklandı. Kendi yeteneklerinden gereksiz yere şüphe duyan, olağanüstü zeki ve yaratıcı bir kadındı

yani yetenekleri vardı ama (animusta) bilinçdışıydı ve egonun zımni işlevsel yapısına entegre olmamıştı.

Daha önce de belirtildiği gibi klasik görüşte anima genellikle bir erkeğin bilinçdışı hisleriyle ilişkilendirilirken animus bir kadının gelişmemiş düşüncesiyle özdeşleştirilmiştir. Bu kestirme genellemeler Jung’u şekillendiren geleneksel Avrupa kültüründe geçerli olabilirler fakat anima veya animusun biçimi kişisel alandaki yapılanma ve büyürken persona ile gölgeye tahsis edilen içerikler tarafından belirlendiği için tek tek şahıslar açısından son derece yanlış olmaları da muhtemeldir.

Animasının yeni bir gelişim aşamasında idealize kadın hislerini artık eskisi kadar etrafındaki gerçek kadınlara yansıtmayan bir adam rüyasında, çok kısa bir an için, koridordan bahçeye doğru giden ve gülerek şarkı söyleyen hayaletimsi bir kadın görmüştü. Bu, animanın adamın yansıtımalarından ayrılabilir olduğunu göstermiş ve bir anlamda da geçmişle bağlantılı (hayaletimsi) olarak resmetmişti.

Anima ve animus genellikle egonun tam karşıtı bir cinsiyetten oldukları halde gölge ile karışıkları için cinsiyetlerinin daha belirsiz olduğu bazı klinik durumlar da elbette mevcuttur. Egonun cinsiyet rolüne ve kimliğine ilişkin bir kafa karışıklığı söz konusu ise bu, rüyadaki gölge ve anima ya da animus imgelerine de yansıyabilir. Bu yapısal terimlerin bir dereceye kadar genelleme oldukları unutulmamalıdır; hakikatte rüyalar ve rüya imgeleri kavramlardan çok daha karmaşıktır.

Benlik ve Ego-Benlik Eksenı

Psişenin düzenleyici merkezi olan Benlik de diğer arketipsel imgeler gibi rüyalarda zuhur edebilir. Egonun arketipsel çekirdeği olan Benliğin zuhur etmesi genellikle egonun dengelenme ihtiyacına işaret eder çünkü egonun istikrarı ile Benliğin istikrarlı bir biçimde tezahürü arasında karşılıklı bir ilişki söz konusudur. Ego kafa karışıklığı ve kargaşa içindeyse Benliğin son derece düzenli bir biçimde, örneğin bir mandala olarak görünmesi ihtimali daha fazladır. Psikolojik bağlamda mandala imgesi, bir şeyin bütünlüğünü vurgulayan, genellikle son derece net bir çevresi ve merkezi olan bir imgedir. Tarihsel açıdan ise mandala terimi Budizm'in son derece belirgin bir yapıya sahip olan meditasyon sembollerine atıfta bulunur. Bunlar çoğunlukla dört kapılı bir kare veya merkezi bir imgesi olan daire şeklinde bir şehirden (ki bu merkez meditasyonun odağıdır) ve bunu çevreleyen daha az önemli diğer imgelerden oluşur.

Rüyalarda Benlik imgelemi o kadar belirgin olmayabilir. Benlik, örneğin çeşmeli, merkezi bir avluyu çevreleyen bir bina veya merkezdeki ortak bir bölüm ile birleştirilen iki ayrı büyük bina olarak imgelenebilir. Veyahut bir ses, örneğin 'her yerden' gelen 'Tanrı'nın sesi' olarak da zuhur edebilir. Bu ses çoğunlukla tartışmasız bir şekilde dürüst ve doğru olduğu hissini uyandırır ve bir durumu ihtilafa yer bırakmayacak şekilde ve tamamen hakikatte olduğu haliyle ifade eder. Bunun klasik bir örneğini daha önce bahsettiğimiz bir rüyada görmüştük. Bu rüyanın tamamı tek bir cümleden ibaretti: "Gerçek hayatını yaşamıyorsun!"

Benliğin muhtemel imgelerinin bir listesini oluşturmak imkânsızdır çünkü yeterli saygınlık ve anlamla zuhur eden hemen

her imge bu merkezi arketipin gücünü taşıyabilir. Ayrıca Benlik arketipiyle rüyalarda zuhur eden herhangi bir arketipsel Benlik imgesi arasında ayırım yapmak önemlidir. Arketip olarak Benlik tüm psişenin düzenleyici merkezidir. Bu, egodan daha büyük ama onunla çok yakından ilişkili bir bütünlüktür. Psişenin tamamı olarak Benlik bireyleşme sürecinin gerçekleştiği alandır; aynı zamanda ego gelişiminin dayandığı arketipsel örüntüdür. Kavramsal olarak bakıldığında, tüm psişenin merkezleştirme niteliği Benliktir; bilincin (ve kişisel alanın) merkezleştirme niteliği ise egodur. Rüyalarda Benlikten bahsederken aslında bir bütün olarak psişenin düzenliliğini gösteren arketipsel bir imgeden bahsetmiş oluruz. Rüyalardaki herhangi bir arketipsel Benlik imgesi, bu bütünlüğün belirli bir rüya egosunun bakış açısıyla görülen imgesidir. Egonun içeriği değiştikçe Benlik imgesi de değişebilir ancak bu ikisi arasındaki ilişki her zaman bilincin merkezi (ego) ile psişenin merkezi (Benlik) arasındaki bir ilişki olarak kalır.

Ego-Benlik ekseni, bazen ego ile Benlik arasındaki ilişkiyi tanımlamak için kullanılan bir terimdir.² Bu terime ve özellikle de ‘eksen’ kelimesinin ima ettiği statik niteliğe itiraz edenler vardır. Ego ve Benliğin hakikatteki ilişkisi çok daha değişken ve çeşitlidir. Şahsen ben, ego-Benlik *spiration*³ (Latince ‘spirare’ den gelir, nefes almak demektir) terimini tercih ederim zira bu terim ego ile Benlik arasındaki nefes almaya benzeyen ileri geri akışa vurgu yapar.

2 Ego-Benlik Ekseni için bkz. bu kitabın 1. Bölümü, s. 25, dipnot 15. Ayrıca, Ego-Benlik Ekseni anlatmak için genellikle kullanılan şema için bkz. bu kitabın Ekler bölümü, s.190, Şekil 1. -ç.n.

3 Artık pek kullanılmayan bir kelimedir. Tanrı'nın nefes almasını yaşam veren bir faaliyet olarak anlatmak için kullanılır. -ç.n.

Jung otobiyografisinde ego ile Benlik arasındaki esrarengiz ilişkiyi tasvir etmek için iki rüyasını anlatır.⁴ Rüyalardan birinde, bir uçan dairenin kendi yansıtması olmadığını, aksine uçan daire tarafından yansıtılanın kendisi olduğunu fark eder. İkincisinde, meditasyon yapan bir yoginin rüyasındaki bir rüya figürü olduğunu hisseder; bu yoginin yüzü Jung'un yüzüdür. "O uyandığında artık var olmayacağımı biliyordum" der.⁵

Ego ile Benlik arasındaki bu hareket veya potansiyel hareket, ego imgesinin kendisinden daha büyük ve daha güçlü bir şey tarafından gözlemlendiğini veya böyle bir şeye bağımlı olduğunu vurgulayan rüyalarda görülebilir. Örneğin kırk yaşlarındaki bir adam, rüyasında deniz izcilerince düzenlenen bir yolculukta olduğunu ve arkadaşlarıyla şaka amaçlı kavga ederken tekneden denize düştüğünü görmüştü. Geri dönmek için yüzmeye başladığında tekne büyük bir okyanus gemisine dönüşmüştü. Daha sonra tuhaf bir ses duyunca durmuş ve bu sesin yüzeyin yetmiş ya da seksen fit altında büyük bir balinadan geldiğini fark etmişti. Sonra, bir an için, sanki balina oymuş gibi kendisini okyanusun yüzeyinde 'görmüştü'. Yüzeydeki şekli "sadece bir su böceği" gibi görünüyordu. Çok önemli bir şey olacaktı gibi uyanık ve tetikte hissetmişti kendini ama korkmuyordu ve o büyük balina da tehditkâr değildi.

Burada rüyayı gören kişinin ergen ego-kimliği (deniz izcisi), bilinçdışıyla (okyanus) temasa geçtiğinde, birdenbire bir açıdan daha üst bir öznenin (balina) nesnesi olduğunun farkına varır. Bu

4 Bu rüyalar için bkz. Jung C. G., *Anılar, Düşler, Düşünceler*, çev. İris Kantemir, İstanbul, Can Yayınları, s.325-327 -ç.n.

5 *Memories, Dreams, Reflections*, trans. Richard and Clara Winston, ed. Aniela Jaffe (London: Collins Fontana Library, 1967), pp. 354-355.

durumla eşzamanlı olarak, rüya egosunun eski taşıyıcısı (küçük tekne) büyük bir okyanus gemisine dönüşür. Böylece suyla temas halindeki ego-imgesi kendisini, her ikisi de ondan daha büyük olan iki bakış açısı arasında deneyimler (okyanustaki balina ve yüzeydeki insan yapımı gemi). Ergen (*puer*) tutumu nazikçe telafi edilirken insanı huşu içinde bırakan ama tehdit edici olmayan bir şey olmak üzereymiş gibidir.

Arketipsel Amplifikasyon

Rüyalardaki arketipsel imgeler genellikle ya ego gelişimindeki bir yön değişikliğine işaret eder ya da yetersiz bir ego yapısını telafi eder. Her kompleksin ardında arketipsel bir çekirdek olduğu için herhangi bir motifi arketipsel temelleri doğrultusunda amplifike etmek de her zaman mümkündür. Bununla birlikte arketipsel amplifikasyon klinik ortamda çok dikkatli bir şekilde kullanılmalıdır. Aşırıya kaçan arketipsel amplifikasyonun bilinçdışı imgelere ve onların arketipsel anlamlarına hayranlık duymak gibi istenmeyen, hatta tehlikeli olabilecek bir yan etkisi vardır. Böyle bir büyülenme, bilinçdışı ve kolektif dış dünyadaki pek çok arketipsel olasılık arasında bireysel bir anlam bulmayı gerektiren bireyleşme sürecinden kişiyi uzaklaştırabilir. (Hakikaten de bazıları, Jung'un arketipler olarak adlandırdığı şeylerle uyanıklık halindeki yakın temaslarının 'seçkin' bir nitelik olduğuna inanarak kendilerini Jungiyen analize gururla teslim eder ancak sonradan bunun aslında en büyük sorunları olduğunu (anlarsal) anlarlar: Bütünlük, *farklılaşmamışsa*, hâlâ bilinçdışıdır.)

Uygulamada, analist yalnızca arketipsel olduklarından emin olduğu imgeleri arketipsel olarak yorumlayabilir. Bu ise büyük

ölçüde, uzun bir süre boyunca pek çok farklı halk için yeterince anlamlı olabilmış ve yazılı geleneklerle korunmuş önemli imgelerin bulunduğu hazneler olan mitoloji, folklor ve din ile geniş çapta bir aşinalığı gerektirir.

Bazen öyle rüya imgeler vardır ki yalnızca arketipsel çağrışımlarıyla anlamlı bir şekilde amplifike edilebilirler.⁶ Daha sık olarak, arketipsel imgeler aşına olduğumuz kültürel biçimlerde oldukça belirgin bir şekilde görülebilir. Örneğin aşağıda bahsedilen rüyada arketipsel bakış açısıyla değerlendirilebilecek bir dizi imge ve motif vardır: Kaplumbağa (bütünlüğün sembolü, dünyanın temeli); yumurta (asli başlangıçların sembolü, kozmik yumurta); ‘bir’den ‘iki’ye doğru esrarengiz hareket; bebeğin anne ile bağlantısı ve sorgulanamayacak doğruları ifade eden esrarengiz ses.

Sahilde parlak bir kaplumbağa kabuğu gördüm. Yakınlarda bir kuş yumurtası vardı ve o da kaplumbağa kabuğu gibi parlaktı. Bedensiz bir ses konuştu ve “Yumurtaya benziyor ama elinde tutarsan iki yumurta olacak,” dedi. Profesyonel ve tanrısal bir sestti. Yumurtayı aldım; gizemli bir şekilde iki yumurta oldu. Ses, iki yumurtanın da çatlayacağını ve içlerinden bir anne kuş ile bir yavru kuş çıkacağını ve sonra yavrunun anneyi bulacağını söyledi. Hemen ardından yavru kuşun kumsalda anneye doğru sendeleyerek yürüdüğünü gördüm.

Pek çok arketipsel amplifikasyon olasılığına rağmen bu rüya özel olarak vurgulanmadan, içinde yer aldığı rüya serisinde gömülü bırakıldı. Din ve mitolojiden birçok şekillerde yararlanarak anne-çocuk ilişkisinin arketipsel gelişimi açısından yorumlanabilirdi (bir yumurtanın iki yumurta olması ve bunlardan birinin yavru, diğerinin anne olması). Ancak sadece rüyanın yarattığı

6 Hall, *Clinical Uses of Dreams*, pp. 269-271.

etki bile rüyayı gören kişiyi anne imgesiyle ilgili derin bir sorunun çözümüne yöneltmek için yeterli oldu; hem kendi annesiyle ilişkisini (ki daha az sorunlu hale geldi) hem de çocuklarının annesi olarak kendi rolüyle ilişkisini etkiledi (ki bu da düzeldi). Aynı kişi kısa bir süre sonra, tehlikeli bir patlamayı önlemek için bir binanın etrafındaki gereksiz ‘iskeleyi’ hızla kaldırması gerektiğini gösteren başka bir rüya gördü. Analist, bunun bir evvelki rüyayı amplifikasyona tabi tutmama kararını onaylayan bir rüya olduğunu, rüyanın amaç veya mesajının kişisel bir düzeyde ele alınmasının daha iyi olacağını ve hastanın mesajı zaten işitmiş olduğunu hissetmişti.

7. Bölüm

Yaygın Rüya Motifleri

.....

Rüya motiflerinin ve bunların olağan anlamlarının ansiklopedik bir listesini sunmak mümkün değildir. Buna yeltenmek rüya yorumlarından oluşan bir ‘yemek kitabı’ yazmaya benzer ki böyle bir şey hem yanıltıcı hem de yakışsız olur.

Tüm rüya imgeleri bağlamsaldır. Bir imge aynı kişinin farklı rüyalarında bile farklı anlamlara gelebilirken, farklı insanların rüyalarında hayli hayli öyle olacaktır.¹ Deneyimli terapist, motiflerle ilgili herhangi bir tartışmanın prensipte fazla ayrıntılı olamayacağını ve sadece tamamıyla farklı bağlamlarda *yararlı olabilecek* tarz ve yorumlama olasılıklarını örneklemeye hizmet ettiğini kabul eder. Arka planı derinlik psikolojisi olan yetenekli bir rüya yorumcusu

1 “Freud’un aksine, rüyaların aynı imgeleri kullandığını kabul etmek bile bunların farklı psikolojik durumları sembolize ettiklerini unutmamak gerekir. Bir yılan bir durumda ‘derinliklerin bilgeliği’ gibi olumlu bir şeyi ifade ederken bir başka durumda olumsuz bir şey, örneğin fiziksel bir hastalık anlamına gelebilir.” (Jung, C. G., *Dream Analysis: Part 1*, London, Routledge, 1995, s.251) -ç.n.

tarafından sunulan kişisel analiz ve vaka süpervizyonu, rüyalarla klinik olarak çalışmayı öğrenmenin en dolaysız ve pratik yolu olmaya devam etmektedir.

Bu nedenle burada sunulan örneklerin, ayrıntı ve anlamda her zaman farklılık gösteren başka vakalara ışık tutabilecek belirli vakaların tasvirinden başka bir şey olmadıkları anlaşılmalıdır.²

Ensest

Rüyalarda ensest olumsuz bir duruma işaret eder diye bir kaide yoktur. Sezar, Rubicon Nehri'ni geçip Roma'ya yürümeden önce annesiyle birlikte olduğu bir ensest rüyası görmüştü. Bu rüya (büyük olasılıkla doğru olarak) 'Anne' Roma'nın onu mutlulukla karşılayacağını ve direnmeyeceğini gösterecek şekilde yorumlanmıştı. Eski Mısır'da kraliyet ailesine mensup kardeşler arasında ensest evlilikler uygun, hatta gerekli görülüyordu; arketipsel İsis ve Osiris mitindeki kardeş ensesti de bunun bir yansımasıydı. Rüyada ensest, ebeveyn veya kardeşte kişileştirilen arketipsel anlam ile rüya egosu arasındaki teması temsil edebilir. Bu temas sonucunda, psişenin kişisel alanlarındaki fiksasyon (veya saplanma-ç.n.) noktalarından istisnai bir uzaklaşma mümkün hale gelebilir. Benzer şekilde, aynı cinsiyetten bir kardeşle ensest, genellikle rüyayı gören kişinin bilinçdışı gölge niteliklerini özümsemesi gerektiğini ya da böyle bir şeyin halihazırda gerçekleşmeye başlamış olduğunu gösterir.

2 Buradaki motifler ve pek çok başka motif *Clinical Uses of Dreams* adlı kitabımın 275-327. sayfalarında daha derinlemesine incelenmiştir.

Olumsuz açıdan baktığımızda, ebeveynleri içeren enstest motifleri, kişisel komplekslerin arkasında bir anne veya baba imagosunun yer aldığını ve bu durumun (genellikle cinsel imgeler ile ifade edilen ve erkek ve dişi unsurların denge içinde bir araya gelişini anlatan) ‘coniunctio’ya erişmeyi engellediğini gösteriyor olabilir. Örneğin, soğuk ve kontrolcü bir eşten boşandıktan sonra pek çok kadınla ilişkisinde sorun yaşayan bir adam, rüyasında yaklaşık elli yaşındaki annesiyle karşılaştığını görmüştü (o sırada kendisi de elli küsur yaşındaydı). Annesini kucakladığında, kadının vajinasının cinsel enerjiyle titrediğini hissetmişti. Rüyasında bu onu rahatsız etmemişti ama uyanınca kendini huzursuz hissetmişti.

Bu rüya kadınlarla ilişkilerindeki enstest unsurunu tespit etmesine ve ayrıca cinsellik dışı gördüğü annesini aşırı idealleştirmesine dayanan psişesindeki Madonna/fahişe bölünmesini fark etmesine yardımcı oldu.

Yas

Yas süreçleri rüyalarda doğal bir şekilde gerçekleşir. Komplasyonu olmayan bir yasta, sevilen ve ölmüş olan kişi rüyalarda hâlâ yaşıyormuş gibi görülebilir. Yas süreci, genellikle altı-sekiz ay içerisinde, sağlıklı bir sonuca doğru ilerledikçe böyle rüyalar giderek seyrekleşir (fakat çoğu durumda sembolik içerikleri artar). Hayatta kalanın sevdiği kişinin ölümünü kabul edemediği veya kabul etmek istemediği uzun süreli ve patolojik yas durumlarında ise genellikle rüya imgeleri ölen kişiyi olumsuz bir ışıktaki veya rüya egosunu terk etmeye çalışırken resmeder.

Örneğin, ciddi ebeveyn sorunları yaşayan bir kadın, kendisini duygusal olarak yakın hissettiği tek kişi olan kocasının intiharın-

dan sonra uzun ve zorlu bir yas süreci yaşamıştı. Pek çok rüya, adamın gerçekten öldüğünü, kadının onu takip etmeye çalışmaması gerektiğini, yanına gömülecek yer olmadığını söylüyordu. Eşinin ölümünden birkaç yıl sonra ve başka biriyle (pek başarılı olmayan) evliliğinin ardından bir rüya gördü.

Rüyasında ölmüş olan kocasından boşanmıştı ve adamın başka bir karısı vardı. Rüya egosu çocuk sahibi olmak istiyordu ama kocası (gerçek hayatta olmadığı) bir vasetomi geçirmişti. Ameliyatı geri aldirmek istemiş ama gittiğinde ona tekrar vasetomi yapmışlardı. Sonra, rüya egosunun kendisi vasetomi ameliyatı olacakken cerrah onun testislerinin olmadığını söylemişti. O ve kocası, bulundukları deniz kıyısının balayındaki kadar çekici olmadığı konusunda hemfikirlerdi. İki kat yüksekliğinde büyük bir dalga yaklaşıyordu ve içinde “bir kadın bedeninin içi” gibi “kırmızı derili bir şey” vardı. Bu da rüya egosuna böyle bir deniz yarattığıyla ilgili uzun zaman önce gördüğü bir rüyayı hatırlatmıştı.

Bu rüya, evliliğe tutunmanın gerçekçi olmadığını, hatta tehlikeli olduğunu gösteren birkaç motif içerir: Koca kadından boşanır ve başkasıyla evlenir, çocuk sahibi olma olasılığı (aralarında yeni gelişmelerin gerçekleşme ihtimali) yoktur, bir tehdit dalgası (bilinç dışı içerikler) mevcuttur vb.

Evler

Evler rüyalarda ekseriya psişe imgesi olarak görünürler.³ Rüya-daki bir evde çoğunlukla, hastanın potansiyel ego yapısının gizli

3 Bununla birlikte, pek çok diğer sembol gibi bağlamı dahilinde bu imge de farklı anlamlara gelebilir. Misal olarak Jung, ev sembolünün genel-

veya keşfedilmemiş alanlarını gösteren ve bilinmeyen odalar bulunur. Evin farklı bölümleri sembolik önem taşıyabilir: Kiler, çatı katı, çatı, balkonlar, yatak odaları vb.⁴ Örneğin çiğ yiyeceklerin pişirilerek yemeğe dönüştürüldüğü mutfak rüyalarda bazen daha derin dönüşümlerin yaşandığı bir yer olan simya laboratuvarına benzer özellikler gösterir. Rüyada banyo/tuvalet ‘eliminasyon’ veya ‘bırakma’ zorluğuna işaret edebilir.⁵ Bazen, rüya eyleminin geçmişteki bir evde gerçekleşmesi bile kendi başına, ilgili komplekslerin kökenine ilişkin çıkarsamalar yapmamıza imkân sağlar.

likle alışıldık veya miras alınan tavır veya yaşama biçimleri anlamına da gelebileceğini söyler. (*Dream Analysis -Part I-*, London, Routledge, 1984, s.39). Ev, bireyleşme yolculuğunda kahramanın döndüğü yerdir. Bogart, ev, yuva, bina, apartman gibi rüya imgelerinin kişiliği ve içsel yapılanmamızı, içimizdeki organizasyon ve teşekkülü, istikrar unsurunu, bedenlenen deneyim ve hafıza içeriklerini temsil ettiğini; tını madde ile, potansiyellerimizi ve deruni amaçlarımızı gerçek ve bedenlenmiş deneyimlerle birleştirdiğini söyler. (Bogart, A., *Dreamwork and Self-Healing: Unfolding the Symbols of the Unconscious*, London, Karnac, 2009, s.96) -ç.n.

- 4 Alt katlar bilinçdışına, üst katlar bilince daha yakın kabul edilir. Veya Bogart’ın söylediği gibi, giriş katı bilinci ve egonun durumunu, üst katlarsa zihni, düşünceyi veya daha üst varoluş seviyelerini gösterebilir. (a.g.e.) -ç.n.
- 5 Yeme, hazım, özümseme gibi faaliyetlere dair metabolik sembolere rüyalarda sık rastlanır. Bunlar, metabolize edilmesi gereken süreçlere, gerçeklere ve psikolojik mesele veya sorunlara işaret edebilirler. Bir kadın rüyasında ‘ayın ekmeği’ şeklindeki kendi dışkısını yediğini görmüş; bu rüya onu kabaca fakat empatiyle gölgede kalan kendi olumsuzluğunun bir parçasını, benötesi güçle kutsal bir ayindeymişçesine metabolize etme ihtiyacına uyandırmıştı. (Whitmont, E.C. & Perera, S. B., *Dreams: A Portal to the Source*, New York, Routledge, 2011, s.146). -ç.n.

Ev, ego yapılanmasının çeşitli bölümlerini de temsil edebilir. Kendisini sürekli ve nevrotik bir şekilde eleştiren ve bu eleştirileri azaldıkça özgürlük hissi artan bir adamın rüyasında bunu görmek mümkündür.

Bir ev arıyordum. Manzara geniş bir ufku ve gökyüzüyle batı Teksas'ı hatırlatıyordu. Güzel bir gündü. Birkaç dönümlük bir arsa üzerinde yapılmış bir eve gittim. Kullanımda olan, yüzme havuzlu, konforlu bir evdi. Evi seyrederek etrafında dolaştım.

Adam bu rüyayı anlattığı seansta günlük yaşamında da hissettiği bir değişimden bahsetmişti. Bu değişim doğrudan rüya ile ilişkilendirilemese de onunla hemen hemen aynı duygusal nüansa sahipti. Bu ise rüyadaki zımnı ego yapısının rüyayı gören kişinin olağan hayatında da rahatlamış bir duygusal durum olarak hissedildiğini gösteriyordu. Adam daha istikrarlı, cinsellik konusunda ve diğer alanlarda daha az agresif olduğundan bahsetti ve eskisi kadar karısından nefret etmediğini ve artık başkalarının beklentilerine göre hareket etmediğini söyledi. Diğer insanlarla ilişkisinde de bir değişiklik hissetmişti çünkü «artık hiçbir şey *kanıtlamak* zorunda değildi.»

Otomobiller

Egonun yapısını veya hayatın çeşitli faaliyet alanlarındaki hareketini gösteren bir başka imge de otomobil veya diğer seyahat araçlarıdır. Yürümek ile otomobile binmek arasındaki fark, kendi arabamız ile bir otobüsün kolektif tabiatı arasındaki sembolik fark kadar önemlidir. Otomobil ve otobüslerin aksine tren sabit bir hat üzerinde ilerlediği ve istek doğrultusunda hareket ettirilemediği için kompulsif veya alışkanlığa bağlı faaliyetlerle ilişkilendirilir.

Cadde ve otoyollar, bunların boyutları, rüya egosunun trafik yönünde mi, akışa karşı mı, yatay olarak akışı kesecek yönde mi hareket ettiği, bir patikanın girişini bulmadaki zorluklar, kaldırımlar, oluklar, çukurlar vb. de otomobillerle yakından ilgilidir.

Rüya sembollerinin bağlama dayalı tabiatı, hiçbir yerde ulaşım temasının tüm bu varyasyonlarında olduğu kadar belirgin değildir. Otomobilin özgüveni temsil ettiği bile söylenebilir (ki bu reklamcıların gözden kaçırmadığı bir noktadır). Genç bir kadın rüyasında şunları görmüştü:

Bir yeraltı otoparkında arabamla başka bir arabanın yanından çarparak geçtim. Bu yüzden gidip *çok* küçük bir araba aldım. Sonra eski arabamdan *vazgeçmek istemediğimi* fark ettim.

Genç kadın rüyadaki imgelemi, alışık olduğu fakat işe yaramayan stresle baş etme yöntemiyle ilişkilendirmişti. Bir hata yaptığını hissettiğinde “kaçmak veya geçmişi yok sayarak yeniden başlamak” isterdi. “Kendini kabul eden birisi olmadığını” itiraf ediyordu. Bu rüya, hata ve kazalar yüzünden kendisini reddetmenin gerekli olmadığını anlaması için bir fırsat gibiydi.

Rüyalarda otomobilin başlıca sembolik anlamı (geçmişte veya şimdi) aracın rüyayı görene mi yoksa başka birine mi ait olduğuna bağlıdır. Rüya egosunun otomobil içindeki konumu da benzer şekilde önemlidir. En uygun konum genellikle sürücü koltuğudur; bu pozisyondan rota, hız ve hareket yönü belirlenebilir. Rüya egosu sürücü pozisyonunda değilse arabanın kontrolünün kimde olduğuna dikkat etmek önemlidir (ki bazen sürücü koltuğunda hiç kimse olmaz). Rüya egosu nerede oturur? Sürücünün arkasında mı? Ön koltukta ama yolcu tarafında mı? Başka bir yerde mi? Diğer figürlerin arasında mı? Arabanın dışında mı? Benliğin rüyayı yaratırken açılış sahnesinde rüya egosunu belirli

bir konuma yerleştirdiğini de hatırlarsak, otomobilde ilk olarak nereye oturulduğu gibi basit bir meseleden oldukça fazla bilgi edinebiliriz.⁶

Rüyalarda ehemmiyetsiz gibi görünen bu detayların sembolik önemi ne kadar vurgulansa azdır. Hastalar bu tür ayrıntıları genellikle bildirmezler ve rüyadan hafızada kalanları, rüya egosuna gösterildiği şekilde değil de ‘olması gerektiğini’ düşündükleri biçimde aktarırlar. Dikkatli bir sorgulama her zaman önemlidir ancak hastanın boşlukları rüyada ‘muhtemelen’ olanlara dair ayrıntılarla doldurmasına müsaade etmek, tıbbi bir laboratuvar raporunu elimizde hiçbir veri olmadan ‘tahmini’ bilgilerle doldurmaya benzer. Rüyaların uyanıklık hali egosu ile ilişkisi o kadar benzersiz ve bireyseldir ki bir motifle ilgili *hiçbir* veriye sahip olmadığımızı net bir şekilde bilmek, elimizde rüyanın hakiki bir imgesinin olduğunu zannetmekten çok daha iyidir (ki bu imge aslında rüyayı gören kişinin uyanıklık hali egosunun bir çarpıtmasıdır). Rüayayı bu tür ‘olası’ detayları ekleyerek anlatan hastalar yararlı bir şey yaptıklarını düşünseler de böylece aslında rüyaların mükemmel özgüllüğünü takdir etmemiş olurlar.

6 Marie-Louise von Franz, bir profesörün, rüyasında gece manzarasının güzelliğinden etkilenerek yanındaki bayana arabadan inip yürümeyi teklif ettiğinden bahseder ve bunun aslında çok büyük bir adım olduğunu zira profesörün hayatın içinde mekanik bir şekilde hareket etmekten vazgeçtiğini gösterdiğini söyler: “Yürürken yavaşlarsın ve doğaya çok daha yakınsındır. Adım adım ilerlersin, geçtiğin yerleri hissedersin, toprağı hissedersin, ağaçları, havayı hissedersin.” (Von Franz, M L., Boa, F. *The Way of the Dream*, London, Shambala, 1994, s.112-113). -ç.n.

Alkol ve Uyuşturucular

Rüyalarda alkol ve uyuşturucu kullanımıyla ilgili imgeler daha çok kişinin hayatında bu konuda sorun olduğunda görülür. Kimyasal bağımlılıkların psikolojik yollarla tedavisi herkesin bildiği gibi zordur ve genellikle grup baskısı ve desteği gibi daha ‘ilkel’ teknikler gerektirir. (Maalesef, bu tür yaklaşımlar çoğu zaman bağımlılık konusunda başarılı olsa bile insanın tüm sorunlarının alkol ve uyuşturucudan uzak durmakla çözülebileceğini ima ederek psikolojik süreçlerin daha iyi anlaşılmasını engellerler). Fakat rüyalar yakından takip edildiğinde bazen bilinçdışının (uyanıklık hali egosu bu konuda henüz hiçbir adım atmamışken) bağımlılık örüntüsünde gerçekleşecek bir değişime hazır olduğunu, kişiye bu konuda telkinde bulunduğunu, desteklediğini hatta onu bu istikamete zorladığını görmek mümkündür.

Uzun yıllardır içki içmeyen alkolik bir adam, arkadaşlarıyla beraberken ara sıra ‘zararsız’ bir kadeh şarap içebileceğine karar vermişti. Böyle bir şeye yeltendiği iki ayrı durumda, tıpkı reçetesiz ağrı kesici haplar kullandığında olduğu gibi, rüyaları açık bir şekilde ona karşı çıktı. Alkol tüketimi yavaş yavaş ve sinsice artan başka bir adam, alkolizm ihtimaliyle yüzleşmeye karar vermeden yaklaşık bir yıl önce böyle bir yüzleşmeye ihtiyacı olduğunu rüyasında görmüştü. Rüyanın motifi alkol alımına bağlı olarak otomobilinin kaybolmasıydı. Sonradan, alkol sorunu henüz çözülmemişken, rüyasında yüzük parmağının ve taktığı alyansın yarı yarıya küçülmüş olduğunu görmüş ve bunu, ‘olması gerektiği adam olmadığı’ şeklinde yorumlamıştı. Aynı rüya serisinde siyahi bir kadın, buzdolabına koyulması gerekmeyen bir bardak sütü (ki adam bunun bir bardak burbona atıfta bulunduğunu düşünmüştü) 6,85 dolara satmak için cinşelliğini kullanarak ona

sokulmaya çalışmıştı. Kadın onunla gerçekten ilgilenmiyordu, tek derdinin pahalı sütü satmak olduğu belliydi.

Cesurca alkolden uzak durmaya çalışan bir kadın aynı gece gördüğünü bildirdiği iki ayrı rüyayı alkolle olan mücadelesiyle ilişkilendirmişti. İlk rüyada, kaybolan cüzdanını (dişi kimliği) suya batmış (bilinçdışı) bir şekilde bulmuştu; her şey ıslak olmasına rağmen sağlamdı. ‘İslaklığı’ alkol almamayla; ‘kurumayla’⁷ ilişkilendirdi. İkinci rüyada bir banliyöde kaybolmuştu ama evinin yolunu bulacağını biliyordu. Bu da içki içmeme kararının başarıyla sonuçlanacağına dair güzel bir işaretti.

Yoğun esrar kullanımı yüzünden muhakeme gücünü kaybeden ve evliliği bundan zarar gören otuz yaşlarındaki bir adamın vakası da etkileyici bir örnektir. Bu adam, analize başladıktan kısa bir süre sonra, kalabalık grupların üzerlerinde “UYUŞTURUCU KULLANMA!” yazan büyük tabelalar, hatta reklam panoları taşıdığı bir dizi rüya görmüştü.⁸

7 Dry out (İng.) Kurumak. Kafası açılmak, sarhoşluğu geçmek anlamlarına da gelir. Burada ‘alkolle ıslanmamak’ şeklinde yorumlanabilir -ç.n.

8 Jung, kimyasal maddelerin derin psikik seviyelere tesir ettiğini, iç dünyanın sınırlarını bulanıklaştırdığını, kimyasal maddelerin etkisiyle bölünmelerin ortadan kalktığını, parçalanmış dünyaların birleştiğini biliyordu. Sarhoşlukla gelen bütünlük hissi çok güçlü ve numinoz bir güce sahiptir; ayılınca kaybolur ve böylece kolayca vazgeçilemeyecek olan bir deneyimi tekrar etme arayışı başlar. Jung’a göre alkolizmin ardında bütünlük hissine duyulan susuzluk yatar. Adsız Alkolikler’in yardımcı kurucularından Bill Wilson’a yazdığı mektupta Jung şunları söyler:

“Alkole duyulan şiddetli arzu, varlığımızın bütünlüğe duyduğu manevi susuzluğun daha düşük seviyedeki bir eşdeğeridir; Ortaçağdaki ifadeyle Tanrı ile bir olmaktır... Latince spiritus ‘alkol’ demektir. Aynı

Ölüm

Rüyalarda ölüm (cinayet ve ilişkilerin sona ermesi de dahil olmak üzere) bağlamı içerisinde dikkatle değerlendirilmelidir çünkü rüya figürlerinin ölümü nadiren gerçek bir ölüme atıfta bulunur; daha ziyade derin ve arketipsel bir dönüşüm sürecine işaret eder.⁹

kelime hem en yüksek dinsel deneyimi ifade etmek için hem de en baştan çıkarıcı zehirden bahsetmek için kullanılır. O halde çözüm şu formüldedir: “Spiritus contra spiritum” (Tine karşı tin/ manevi olana karşı manevi/ Çiviye çivi söker; alkolün hakkından ancak maneviyat gelir. -çevirenin yorumu) (Woodman, M., *Addiction to Perfection: The Still Unravished Bride*, Toronto, Inner City Books, 1982, s.27-28) -ç.n

- 9 Gerçek ölüme atıfta bulunan rüyalar hakkında Marie-Louise von Franz şunları söyler:

“Kısa bir süre önce insanların komaya girmeden önceki son rüyalarını incelemeye başladım. Ölmekte olan insanların rüyaları ölümle değil daha çok bir yolculukla ilgili. Örneğin bir yolculuğa hazırlanmak ya da karanlık bir tünelden geçip başka bir dünyaya yeniden doğmak gibi. Nahoş bir karanlıktan veya kara bir bulutun içinden geçerek kendilerini başka bir uzamda da bulabilirler veya çok sevdikleri eşlerine nihayetinde kavuşacaklarını anlarlar. Bu buluşma çok iyi bilinen ‘evlilik olarak ölüm’ motifidir; kişinin kendi diğer yarısıyla evlenmesidir. Bir de şöyle bir durum söz konusudur: Kişi bedeniyle güçlü bir şekilde özdeşleşmişse, beden sona erdiğinde her şeyin sona ereceğini düşünme eğiliminde olur. Böyle kişiler onları bedenden ayırmaya çalışan rüyalar görürler. Bir süvari subayının rüyasını hatırlıyorum. Ölmeden hemen önce rüyasında bir asker gelip kendisine “Subayım, bak sana ne göstereceğim,” demiş ve ona atının çürüyen cesedini göstermişti. Jung bu rüyayı şöyle yorumlamıştı: Olduğun sıcakkanlı hayvan ölecek. Onun başına gelecek olan şey bu ama sen o değilsin. Çürüyecek olan sadece sıcakkanlı hayvanın bedenidir, sen değil. Jung böyle bir yorum yapmıştı çünkü rüyada rüyayı gören kişinin bilinci açıktı ve cesede bakabiliyordu.

Ciddi ödipal sorunlarla boğuşan bir adam, iş ilişkilerinde hiç zorluk çekmeden sorumlu ve iddialı olabildiği halde karşı cinsle ilişkilerinde rahat değildi. İyileşmeye başladığı dönemde yaşadığı bir olay nedeniyle kendisiyle gurur duyuyordu: O ve abisi iki kadınla çıkıyorlardı. Abisi çıktığı kadınla yatak odasına gitmişti ama analizan, bu konuda bir baskı hissettiği halde kendi çıktığı kadınla sevişmek istemiyordu. Hissettiklerini dürüstçe kadına söyleyebilmişti. Bu onun için bir zafer sayılırdı zira böylece erkeklerin her zaman cinsel açıdan agresif olduğu şeklindeki kendisinin de gerçekte değil fantezide onurlandırdığı kolektif ‘maço’ inançtan bağımsız olduğunu ilan etmiş oluyordu.

Bu analizan, kompulsif ödipal rollerden özgürleşirken anne babasını öldürdüğü iki ayrı rüya gördü. Elbette baba ve anne katli esasen iğrenç suçlardır ancak dinamik bir sürecin ortasında görülen rüyalar bağlamında ele alındıklarında, tıpkı burada olduğu gibi, içsel ebeveyn imagolarında gerçekleşen bir değişimi sembolize edebilir. Rüya ‘öldürülen’ bir imgenin dönüşmüş bir şekilde nasıl yeniden ortaya çıkabileceğini ilk rüya çarpıcı bir şekilde gösterir:

Beni tehdit eden babamı öldürdüm. Boğulana kadar onu suyun altında tuttum. Daha sonra rüyamda hâlâ oradaydı ama artık benim için tehlike arz etmiyordu. Sonra yardımsever bir tavırla yanıma geldi.

Ölmekte olan insanların rüyaları muazzam bir çeşitlilik gösterir. Bunlar genellikle farklı insan topluluklarında ölüm ritüelleri ve ölümden sonra yaşama dair inançlarla ilgili karşılaştırmalı etnolojinin yaptığı araştırmalarda keşfedilen arketipsel motiflerle aynıdır.” (Von Franz M.L.; Boa F; *The Way of the Dream: Jungian Dream Interpretation*, Boston and London, Shambala, 1992, s.213-214) -ç.n.

Rüyadaki figür analizanın gerçek babasına benzemiyordu. Bu, onu bireysel bir kompleksin kişileştirilmiş hali olarak tanımlayabileceğimize dair bir ipucudur.¹⁰ Çağrışımlarda babasını “duygusuz, inatçı bir şekilde dar görüşlü ama istikrarlı” bir adam olarak tanımlamıştı. İkinci rüyasında annesini öldürmüş fakat uyandığında hiçbir ayrıntıyı ‘hatırlamamıştı’.

Genel itibariyle, ebeveyn imagolarının rüyalarda ölmesi, sağlam bir kişisel bakış açısına ulaşmayı sistematik bir şekilde engelleyen komplekslerin ödipal yapısında köklü bir değişime işaret eder. ‘Öldürme’ eylemini gerçekleştirenin rüya egosu olması rüyayı görenin kendi sürecine ne kadar aktif bir şekilde dahil olduğunu gösteriyor olabilir.

Yılanlar

Yılanlar rüyalarda pek çok farklı biçimlerde belirir ve tek bir imge türünün taşıyabileceği çeşitli arketipsel anlamlara örnek teşkil ederler. Elbette yılanlara fallik bir anlam atfedilebilir (hatta dolaysız bir şekilde penisle ilişkilendirilebilir) fakat bu onların sembolik güçlerinin yalnızca bir kısmıdır. Jung, yılanların bazen otonom sinir sistemini temsil edebileceği görüşündeydi. Bu, insandaki beyin sapının merkezinden (daha karmaşık olan memeli beyninin ve insana has bir şekilde gelişen serebral korteksin aksi-

10 Benzer şekilde, “gerçek hayattaki eşinize benzemeyen bir kadını veya adamı rüyanızda eşiniz olarak gördüğünüzde bu, onların içsel eşiniz, yani içsel anlamda her zaman evli olduğunuz ... anima ve animus figürleri oldukları anlamına gelir.” (Von Franz M.L.; Boa F.; *The Way of the Dream: Jungian Dream Interpretation*, Boston and London, Shambala, 1992, s.120) -ç.n.

ne) ‘sürünge beyne’ olarak bahseden son araştırmaların ışığında bakıldığında ilginç bir kavramdır.

Yılanlar, özellikle de çok sayıda olduğunda, genellikle içgüdüsel enerjiyi temsil eder. Daha evvel bahsettiğimiz ve bir kolejin güvenli olan yürüyüş yolunda değil de kaldırımlarında kıvrılarak ilerleyen yılanların olduğu rüya buna örnektir. Yılan bilgelikle; (hekimlerin amblemi Asklepios’un asasında olduğu gibi) şifayla; zehir ve tehlikeyle; (yılan tutma kültlerinde olduğu gibi) kendini kanıtlamayla; hatta (Eski Ahit’te çölde havaya kaldırılan tunç yılanın¹¹ Mesih’in bir temsili olarak görülmesi gibi) çok daha yüksek bir değerin prototipiyle ilişkilendirilebilir.

Bu olası anlamların çeşitliliği (ki daha pek çok farklı anlam mevcuttur) arketipsel imgelerin zenginliğini ve çok yönlü tabiatını gösterir. Herhangi bir vakada hastanın kendi çağrışımlarını kullanarak daha münferit ve kişisel bir anlam keşfetmek önemlidir. Bu, keyfi bir şekilde olası anlamlardan yalnızca birini ele alan arketipsel indirgemeciliğin (veya çok fazla anlamı birden değerlendirmenin) önüne geçer.

Örneğin bir rahip rüyasında bir müzeyi ziyaret ettiğini ve simüle edilmiş doğal bir ortamda doldurulmuş bir yılan olduğunu görmüştü. Sonra sahne değişmiş ve kendini, büyük bir çingiraklı yılanı ısırmasını engellemek için başının arkasından tutarken bulmuştu. Yılan kıvrılıp dönmüş, onu korkutmuştu. Bu yüzden panik içinde tehlikeyi arttıran bir şey yapmış; yılanı elinden bırakmıştı. Burada her iki sahne de yılanın sembolize ettiği şeyle bir çatışma olduğunu akla getir çünkü her iki sahnede de aynı

11 Çölde yılanlar tarafından ısırılan Yahudileri iyileştirmek için Tanrı’nın emriyle Hz. Musa’nın yaptığı ve kendisine bakını iyileştiren bir asa üzerindeki tunç yılan (21:4-9; Yuhanna 3:14, 15.) -ç.n.

içerik, önce rüya egosundan güvenli bir mesafede (müzedeki doldurulmuş yılan) sonra da (rahip gerçek ve canlı bir yılanı tuttuğu zaman) daha yakın ve korkutucu bir mesafede gösterilir. Rahibin kişisel çağrışımı on sekiz yaşındayken sahip olduğu bir engerekti. Bu, mastürbasyonla ilgili bir çağrışım zincirine yol açmış ve yılanın fallik anlamını (cinsellik konusunda güçlü bir bocalamayı da göz önünde bulundurarak) dikkate almanın bu durumda en doğrusu olacağını göstermişti.

Aynı hasta, bir kum tepsisi projeksiyonu üzerinde çalışırken de bir kutu plastik yılanı kullanmakta zorluk çekmişti. Sadece rahip olmak istediğini birilerine söyleyebilmek için bile iki ay boyunca mastürbasyondan sakınmak zorunda kaldığını, ruhban okulundaki çok önemli bir sınavdan önce de tam bir yıl boyunca bundan kaçındığını, babasının mastürbasyondan uzak durmaktan ‘meleklerle has bir erdem’ olarak bahsettiğini hatırlıyordu. Müritlik döneminde bir kere ustasına korku içinde titreyerek duşta mastürbasyon yaptığını söylemiş fakat ustası “boş ver” demekle yetinmişti.

Burada yılan rüyasının büyük ölçüde içsel düzeyde üretilen çatışmaları ön plana çıkardığı görülebilir. Analizde rüya uzun uza-
dıya yorumlanmamış fakat hastanın devam eden cinsel çatışmaları üzerinde konuşmak için bir başlangıç noktası olarak kullanılmıştı.

8. Bölüm

Rüya Çerçevesi

.....

Çoğu rüyanın çerçevesi üzerine düşünmemiz gerekmez. Genellikle rüya ve uyanık yaşam birbirinden açıkça farklı olan deneyimlerdir. Böylece rüya hatırlanır, analiz edilir ve mevcut bilinçli tutuma bilinçdışından gelen bir telafi olarak uyanıklık hali bağlamına yerleştirilir. Fakat bazen rüyanın kendisi, anlaşılabilmesi için doğru çerçeve konusunu gündeme getirir. Bunun söz konusu olduğu başlıca iki durum mevcuttur: 1) Rüya içinde rüya görüldüğünde ve 2) kişi şeyleri gerçekteki hallerinin ‘aynısı olarak’ rüyasında gördüğünde. Rüyalarda zaman ve mekâna atıflar ve eşzamanlı olgular da çerçeve meselesini gündeme getirir.

Rüya İçinde Rüya

Burada kişi rüyasında rüya gördüğü için rüyada iken bir ‘uyanış’ gerçekleşebilir. Buna dair rastladığım en karmaşık örnekte rüya egosu, rüya içinde uyanıp kendisinin (ikinci rüya egosunun)

hâlâ rüyada olduğunu anlamış, o rüyadan da başka bir rüyaya uyanmış (üçüncü rüya egosu) ve sonra gerçekten uyanmıştı.

Rüya içinde rüya, zımni ego yapısında genelde olduğundan daha karmaşık değişimlere işaret eder. Uyku ve rüyada görülen her 'uyanıklık hali egosu', rüyayı gören kişinin rüya egosu ile uyanıklık hali egosu arasındaki dolaysız ilişkiyi tam olarak anlamadan da yaşayabileceği bir entegrasyon ihtimalini gösterir. Bu durum maske üstüne maske takmış olmak gibidir, öyle ki ilk maskenin çıkarılması gerçek egoyu ifşa etmez. Klasik Freudcu teori rüyaların gizlendiğini düşünür. Bu nedenle mantıksal olarak bir rüyanın rüyasının, 'gizli' olan rüyanın gizlenmemiş versiyonu olduğunu düşünmek mümkündür. Böyle bir yorum, iki olumsuz ifadenin olumlu bir iddiaya dönüştüğü gramer yapısının kurallarına uyacaktır.¹ Rüya içinde rüyayı ele alan benzer bir Jungiye 'formül' mevcut değildir. Ne var ki bir rüya içindeki bu tür geçişler, uyanıklık hali bilincine sahip olduğunu iddia eden ama aslında sadece kısmen entegre olan² ve bu halleri karmaşık rüya yapısı tarafından deşifre edilen çeşitli ego teşekküllerinin hareketi olarak görülebilir.

Rüya içinde rüya, bir dereceye kadar, tek bir rüyada sık sık gerçekleşen sahneden sahneye geçişin daha karmaşık bir biçimidir. Rüya içinde rüyada sanki eylem topyekûn bir 'sahneden' diğerine geçer, öyle ki ilk rüya, bir sonraki rüyanın büyük sahnesinde yer alan daha küçük bir sahnede gerçekleşmiş gibi görünür. Fakat rüyaların olağan fenomenolojisinde mizansen değişimleri aynı 'sahnede' gerçekleşir.

1 'Elmayı sevmediğimi söyleyemem' veya 'elmayı sevmiyor değilim' cümleleri 'çift olumsuzluk' olarak bilinen bu kurala örnektir. -ç.n.

2 Yani egoya kısmen entegre edilmiş olduğu için kısmen bilinçli olan. -ç.n

Bu karmaşık rüya yapısı dikkatle yorumlanmalıdır ve sabit bir yaklaşım her duruma uymaz. Bu tür rüyalar nadiren takdir edilen bir gerçeği örnekler: Bireyleşme sürecinin hassas yapısı ‘yeni bir dünyanın’ yaratılmasına benzer; sadece eski dünyadaki mevcut egonun revizyonundan ibaret değildir. Değişen yalnızca ego değildir; önemli kabul edilen diğer kişilerin³ rolü de dahil olmak üzere ‘dünyanın’ tüm yapısı birden değişir. Eşlerden biri analize başladığında diğerinin, bunun ilişkiyi sona erdireceğinden korkmasının sebebi budur ki birinde değişim gerçekleşirken diğerinde hiçbir kısıpı yoksa veya analizdeki kişi hataya düşerek ‘eski’ dünyayı eşi ile özdeşleştirirse bu doğru da çıkabilir. İkinci durum, eski dünyayı kapsayan ve göreceleştiren daha geniş bir dünya yaratmaktan psikolojik olarak daha kolay (fakat genellikle daha az değerli olan) bir çözümdür.

Gerçekliği Olduğu Gibi Yansıtan Rüyalar

Rüyada gerçeklik ‘tıpatıp olduğu haliyle’ görüldüğü zaman da rüya çerçevesi üzerinde düşünmek gerekir. Rüya gerçekten yaşanmış bir travmadan bahsediyorsa bunun birebir tekrarındaki amaç, muhtemelen ilk travmatik olayda egoyu zayıf düşürmüş olan şeyin zamanla üstesinden gelebilmektir. Bununla birlikte, gerçekliği olduğu gibi yansıtan olağan rüyaların çoğu travmatik olaylarla bağlantılı değildir ve başka bir mantıkla ele alınmaları gerekir.

3 Aslında ‘önemli öteki’ olarak literatüre geçmiştir ve bireyin öz imgesi ve sosyalleşmesi üzerinde etkili olan eş, ebeveyn veya akraba gibi kişileri anlatır. -ç.n.

Çoğu zaman rüya hatalı bir şekilde aktarılmıştır; dikkatle ele alındığında rüyayı görenin hayat gerçekliğinden oldukça farklı sembolik unsurlar olduğu görülür. ‘Rüyanın’ gerçek bir rüya olmaması da mümkündür zira uyku esnasında, rüyaların uyanırken düşünülenlere çok benzediği bilinç seviyeleri mevcuttur. Bu tür bir ‘düşünme-rüya görmeye’ geçiş, muhtemelen REM uykusundan diğer uyku aşamalarına geçişle gerçekleşir. Elektroenseleogramda teta dalgalarının karakterize ettiği meditatif hallerde görülen zihinsel aktiviteyle ilgili bazı bilgiler bu tür rüyaları andırır. Bu, rüya egosunun rüya gördüğünü muhtemelen bildiği ve rüyanın içeriği üzerinde bir miktar kontrole sahip olduğu berrak rüyaları da açıklayabilir (kanımca bu ikna edici bir şekilde kanıtlanmış bir durum değildir).

Uyanırken yaşanan durumun birebir kopyası gibi görünen bir rüyanın muhtemel sembolik anlamlarından biri de bilinçdışının, uyanırken yaşanan bu durumun bir rüya *imiş gibi* değerlendirilmesini istemesidir. Uyanırken yaşanan duruma daha sembolik bir perspektiften bakılabilir ki telafi⁴ açısından bu, o durumu, gündelik sıradanlığının hissettirdiğinden çok daha geniş bir bağlama yerleştirmek demektir.

Zaman ve Mekâna Atıflar

Bir rüyada eylemin geçmiş veya gelecekte gerçekleştiğinin belirtilmesi alışıldık bir durum değildir. Rüya şimdiki zamanda gerçekleşiyormuş gibi gelişir. Bununla birlikte, içeriğinden yola

4 Bu kitabın 2. bölümünde etraflıca ele alınan ‘rüyaların telafi edici’ özelliği kastediliyor. -ç.n.

çıkarak rüyayı belirli bir zaman çerçevesine yerleştirmek genellikle mümkündür. Rüyadaki eyleme dahil edilen geçmişteki bir ortam veya kişi genellikle hastanın geçmiş deneyiminin belirli bir bölümünün incelenmesi gerektiğine işaret eder. Geleceğe dair imgeler ise başka bir dünyayı, başka bir boyutu veya egzotik bir yeri gösteren imgelerle temsil edilebilir.

Kültürel veya teknolojik açıdan gelişmiş, dışarıdan gelen uzaylı motifi, bilinçdışına (yani içsel uzama) ait içeriklerin su yüzüne çıkacağına delalet edebilir ve rüyayı gören kişinin egosunda gelecekte gerçekleşecek olan değişimleri sembolize edebilir. (Doktora tezinde Jung, medyumistik transta kendini gösteren çeşitli figürlerin, medyumun kişiliğinde gelecekte gerçekleşebilecek değişimlerin prototipleri olabileceğinden bahsetmişti.)⁵

Örneğin bir adam rüyasında, gökyüzünde doğal bir fenomen gibi görünen bir olayın aslında iniş yapan bir uzay gemisi olduğunu görmüştü. Rüya egosu, uzaydan gelen adamlarla birlikte yürüyen, onları karşılamaya gelmiş dünyalı heyetin bir parçasıydı. Büyük bir bilgisayarın yanından geçerken rüya egosu «bizim bilgisayarımızın onların bilgisayarıyla konuştuğunu» fark etmişti. Sahne tamamen cana yakın ve dostane bir his uyandırıyordu. Bağlamı içerisinde değerlendirildiğinde bu rüya, gerçekleşmekte olan psikolojik yeniden yapılanmanın, geçmişin özümsemesinden değil, gelecekteki ihtimallerin yarattığı içsel basınçtan kaynaklandığını düşündürmüştü.

5 “On the Psychology and Pathology of So-Called Occult Phenomena,” *Psychiatric Studies*, CW 1. ‘Dışsal uzay’ fenomeninin rüyalarda ve uyanıklık halindeki önemine ilişkin Jung’un daha sonraki görüşleri için bkz. “Flying Saucers: A Modern Myth,” in *Civilization in Transition*, CW 10.

Elbette (rüya bağlamı içinde) bazen ‘uzaydan’ gelen varlık veya şeyler zararlı olabilir veya daha ilkel görünebilirler ki bu durumda analist ve analizanın, arkaik dürtülerin bir patlamayla ortaya çıkma ihtimalinin farkında olmaları akıllıca olacaktır.

Eşzamanlı Olgular

Eşzamanlılık, aynı anlama sahipmiş gibi görünen, biri içsel diğeri dışsal iki olayın hemen hemen aynı anda gerçekleşmesini tanımlamak için Jung’un kullandığı terimdi.⁶ Bir hastanın yakın zamanda gördüğü bokböceğiyle ilgili bir rüyadan bahsederken bir kınkanatlının uçarak odaya girmesini buna örnek göstermişti. Eşzamanlı olgular, parapsikologların telepati, durugörü, psikokinezi gibi başlıklar altında incelediği olaylarla aynı kategoriye girer.

Louise Rhine, kendiliğinden bildirilen parapsikolojik veya *psi*⁷ olayları içeren koleksiyonunda, en geniş kategorinin rüyalarla alakalı olduğunu görmüştü. Bunlar geleceğe dair (geleceği gören) rüyaları veya uyanıklık hali egosunun bilmediği bilgileri içeren rüyaları (durugörü rüyalarını veya telepatik rüyaları) içeriyordu.⁸ Bu, rüyaların geleceği bildirebileceği veya rüyayı gören kişinin uyanık yaşamında bilmediği şeyler hakkında bilgi verebileceği şeklindeki yaygın popüler inançla uyuşur. Rüyalaradaki *psi* olgusu için en iyi

6 Bkz. “Synchronicity: An Acausal Connecting Principle”, *The Structure and Dynamics of the Psyche*, CW 8.

7 Parapsikolojik psişik fenomenler veya güçler. -ç.n.

8 Bkz. Louise Rhine, *Hidden Channels of the Mind* (New York: Sloan, 1961) ve “Psychological Processes in ESP Experiences: I. Waking Experiences; II. Dreams,” *Journal of Parapsychology* 26 (1962): 88-111, 171-199.

deneyssel kanıt, Ullman, Krippner ve Vaughn tarafından *Dream Telepathy*'de⁹ bildirilen laboratuvar çalışmalarında yer almaktadır.¹⁰

Psikoterapide eşzamanlı rüya veya olaylar meydana geldiğinde bunların üzerine özel bir dikkat ve farkındalıkla eğilmek gerekir zira hastanın zihninde terapistin böyle olaylarla bir şekilde ilgili olduğu düşüncesinin uyanması kolaydır (analistin şamanistik gölgesi). Analistin eşzamanlı olguların muhtemel anlamlarıyla ilgili biraz da olsa bilgi sahibi olması önemlidir. Pek çok terapist ve analist bu tür olayları rastlantı veya şans eseri olarak değerlendirerek görmezden gelir fakat aslında ciddiyetle ele alındıklarında son derece faydalı olabilirler.

Teorik olarak, eş zamanlı rüyalar bir kişinin bilinçdışı ile diğerinin arasında yakın bir bağlantı olduğunu gösterir. Aynı zamanda, bilinçli zihne kıyasla bilinçdışının zaman ve mekân açısından çok daha az sınırlı olduğunun bir kanıtı olarak da anlaşılabilir. Eşzamanlı bir rüyanın görülmüş olması bile kendi başına bilinçli egonun sınırlı durumunu bir miktar telafi eder çünkü rüya uyanıklık hali egosu için geçerli olan kısıtlamaları rüya egosunun bir dereceye kadar aştığını gösterir. Fakat bu sadece eşzamanlılığa dayanan şekilsel bir telafidir ve rüyadaki belirli içeriklerin anlamını açıklamaz.

Bazı analizanlar sık sık gerçek anlamda eşzamanlı olan rüyalar görürler. Böyle durumlarda analizan (ve belki analist de) eşzamanlılığın kendisine, yani rüyanın şekilsel anlamdaki telafi

9 “Rüya Telepatisi” veya “Rüyalarda Telepati”. -ç.n.

10 M. Ullman, S. Krippner and A. Vaughn, *Dream Telepathy* (New York: Macmillan, 1973). Ayrıca bkz. M. Ullman, “An Experimental Approach to Dreams and Telepathy”, *Archives of General Psychiatry* 14 (1966): 605-613.

özellğine gereğinden fazla odaklanma eğiliminde olabilir. Söz konusu olan geleceği önceden sezen bir rüya ise, bir olay önceden algılanırken diğerinin neden algılanmadığı sorusu sorulabilir. Çoğunlukla bu soruya verilen cevap şu olguyu açık bir şekilde gösterecektir: Eşzamanlılık şeklinde tezahür eden telafi, uyanıklık hali egosunun geleceğe dair kendisine sunulan bilgilerin içinden uğraşmayı seçmeyeceği meselelerle ilgilidir.

Eşzamanlı rüya, analist veya hastada analiz sürecine karşı daha fazla ilgi uyandırma maksadıyla da ortaya çıkabilir. Bu işleviyle eşzamanlı rüya, yarattığı etki açısından aktarım ve karşı aktarımın cinselleştirilmesine benzer. Hem analiz sürecine daha fazla enerji katar hem de analitik olmayan ilişkilerde nadiren görülen bir derinlik ve karmaşıklıkta gerçekleşen etkileşimin gizemli doğasına dikkat çeker.

Psikiyatri eğitimimin başlarında, psikoterapi benim için hâlâ yeni ve heyecan verici bir sanatken, dikkatimi çeken ve bu tür *psi* olaylarının anlamını daha ciddi bir şekilde değerlendirmeme neden olan bir dizi şaşırtıcı eşzamanlı olay gerçekleşmişti. Bir keresinde, üçüncü terapi seansına gelen bir psikoloji yüksek lisans öğrencisiyle görüşüyordum. Getirdiği rüya uzun ve karmaşıktı fakat bir polisin boş bir fişegi atıp bir hırsıza ateş etmeye devam edebilmek için tabancasına dolu bir şarjör yerleştirmesiyle sona ermişti. Rüya eyleminin *tam* bu noktasında tükenmez kalemimin mürekkebi bitmişti. İzin isteyerek masamdan yeni bir mürekkep kartuşu almış, kalemi yeniden doldurmuş ve kendi hareketimle rüyadaki eylem arasındaki benzerliği fark etmeden yazmaya devam etmek için yeniden masaya oturmuştum. Fakat hasta durumu fark etmişti ve bu olay, sonradan benzer gariplikte başka

olaylar gerçekleşmediği halde, onun analitik sürece olan ilgisini arttırmıştı!

Yeni terapiye başlayan bir yüksek lisans öğrencisiyle ilgili diğer bir örnekte ise hasta eşzamanlı olaydan hiçbir zaman haberdar olmadı. Çocukluğumda dişçimin bana söylediği bir şeyi hatırlamaya çalışıyordum. Bahsettiği bir ürünün ticari ismi dışında her şeyi hatırlayabilmiştim. Ürünün içindeki aktif organizmanın *lactobacillus acidophilus* olduğunu da hatırlayabilmiştim. Sabahın erken saatlerindeki randevuya giderken hâlâ o ticari ismi hatırlamaya çalışıyordum. Serbest çağrışım aşamasında hasta tamamen yeni bir düşünceyi takip etmeye başladı ve birdenbire benim aradığım ismi söyledi: *Lactinex granülleri*. Çok şaşırmama rağmen öğrenciye hiçbir şey söylemedim çünkü bunun ona bir faydası olacağını düşünmüyordum. Fakat bu olay, hastayı daha önce hiç olmadığı bir şekilde fark etmemi sağladı.

Herhangi iki kişi eşzamanlı rüya görebilir ve böyle rüyalar, tıpkı analizdeki gibi, gerçekliğe çok dar bir pencereden bakmayı telafi eder; duruma olduğu kadar rüya yapısı ve sembolizminin taşıdığı belirli bir anlama da dikkat çeker ve enerji katar. Bazen yakın ilişki içindeki iki kişinin aynı analistle çalışması da söz konusu olabilir. Bu durum, eşzamanlı olguların ortaya çıkma biçimlerden biri olan paralel rüyaları gözlemlemek için olağandışı bir fırsat sunar.

Böyle bir vakada, yeni birlikte yaşamaya başlamış olan bir erkek ve kadın, aynı gece gördükleri ve şaşırtıcı bir şekilde benzer motifler taşıyan rüyalarını anlatmışlardı. Kadın rüyasında annesiyle birlikte büyük, eski bir otel lobisinde olduğunu görmüştü. Otelin sahibi olan kadın, biri Alman çoban köpeği, diğeri tuhaf renkli bir ayı olan iki hayvanla içeri girmişti. Ayı tehditkâr değildi ama rüya egosu korkuyordu. Müdürle nazik bir şekilde konuşmak

ile korkusunu ifade etmek arasında bocalıyordu. Bu, annesiyle ilişkisinde hiç de ender olmayan bir duyguydu.

Bu arada, erkek arkadaşı da bir kısmı büyük ve lüks bir otelde geçen uzun ve karmaşık bir rüya görmüştü. Rüyanın bir sahnesinde, arka koltuğunda bir ayı oturan motosikletiyle yanından bir adam geçmişti. Rüya egosu önce bir köpeği taciz ediyor gibi görünse de sonradan son derece arkadaş canlısı olduğu ortaya çıkan ayıyla tanışmak istemişti. Ayının terbiyecisi ile tanışmış ama ona güvenmemiştir. Rüyanın sahibi, rüyanın diğer sahnelerinde duygusal durumlarda karşı koymakta zorlandığı eski karısı da dahil olmak üzere çeşitli aile üyeleriyle ilgilenmişti.

Her iki rüya da kısaltılmıştır. Asıl amacımız, bu rüyaların onları görenler açısından zengin psikolojik anlamlarından bahsetmek değil, eşzamanlı paralelliklere işaret etmektir: Büyük otel, gerçek duyguları ifade etmekte zorlanılan bir akraba, köpek ve ayı. Aynı çiftin, pek sembolik olmadıkları için o kadar şaşırtıcı gelmeyen iki paralel rüyaları daha vardı. Bunlardan birinde aynı gece ortak bir arkadaşlarını görmüşlerdi. Diğerinde kadın, eski kocasının bir sinagogun yakınında yürüdüğünü, erkek arkadaşı ise eski kocanın onlarla aynı odada olduğunu görmüştü.

Bazı eşzamanlı rüyalar, normal bir şekilde açıklanabilecekleri veya sıradan rüyalar gibi göründükleri için fark edilmeyebilirler. Örneğin, altıncı hissinin güçlü olduğunu hisseden bir kadın, grip semptomlarına rağmen işe gitmesinin doğru olup olmayacağını kafasında tartarken odada aniden akciğer hastalığından hayatını kaybeden bir erkek arkadaşının sureti belirlediğinde uyanık olduğunu düşünüyordu. Adam, hayattayken giyindiği gibi giyinmişti. Kadına kendi ölümüne sebep olan zatürre gibi ölümcül bir hastalıkla işe gitmesinin aptalca olduğunu söylemişti. Kadın

bu ‘görüy’e’ dayanarak yatakta kalmaya karar vermişti. Bu bir eşzamanlılık mıydı yoksa sadece yaşadığı çelişkinin bir tarafını dramatize eden bir rüya veya hipnagogik halüsinasyon muydu? Bunu bilmek mümkün değil. O, bu olayı, vefat eden arkadaşının ruhunun ziyareti ve söylediğini de iyi bir tavsiye olarak değerlendirerek hareket etmişti. Aynı kadın bir zamanlar önemli aile meseleleri hakkında abisiyle görüşmesi gerektiği bir zaman da adam gizli bir devlet görevinde olduğu için ona nasıl ulaşacağını bilememiş ama on dakika geçmeden abisi onu aramıştı.

Özetle, eşzamanlı rüya ve olaylar fark edildiklerinde, diğer psikodinamik unsurlarla aynı temelde ele alınmalıdır ancak bilinçdışının eşzamanlılığı neden ve neye dikkat çekmek için kullandığı özellikle vurgulanmalıdır. Eşzamanlılıkların ‘peşinden koşmamak’ veya onları gözde büyütmemek gerekir çünkü böyle bir şey analizin yapısının çarpıtılmasına neden olabilir.

9. Bölüm

Simya Sembolizmi

.

Jung, onu on altıncı yüzyıl Avrupa kültürünü araştırmaya sevk eden bir dizi rüyanın ardından simyanın sembolik içeriğiyle çok yakından ilgilenmeye başladı. Simya metinlerinde modern derinlik psikolojisinin prototipini buldu ancak bu metinlerde sembolik olan gerçek olandan neredeyse hiç ayrılmamıştı. Simyacılar maddeyi dönüştürmeyi denemiş ancak madde üzerindeki nesnel çalışmalarını kendileri üzerindeki öznel çalışmalardan net bir şekilde ayırt etmemişlerdi. Bu nedenle, kişisel dönüşüme dair vizyonlarını laboratuvarında tanıklık ettikleri gizemli kimyasal süreçlere yansıtma eğilimindeydiler.

Bununla birlikte sonraki bazı simyacılar sanatlarının her şeyden önce kişisel dönüşümle ilgili olduğunun farkında olarak metalik altını değil, ‘içsel’ altını aradılar. Bu nedenle, içsel imgeyi gerçek maddeden ayırmak için ‘bizim altınımız’, ‘bilgenin suyu’, ‘elmas beden’, ‘elde edilmesi zor hazine’ vb. gibi terimler kullandılar. Buradan yola çıkarak Jung şu sonuca vardı: Derinlik psikolojisinin hiçbir öncülünün olmadığını sanılmasının sebebi

simyanın yanlış anlaşılması ve kimya tarihinin bir dipnotundan başka bir şey olmadığı düşünülerek bir kenara atılmış olmasıydı.¹

Simyanın birçok süreci vardır ancak literatürde tanımlandığı gibi bunlar sayı veya sıra bakımından belli bir standarda uymaz. Ayrıca şematik olarak bakıldığında bu süreçlerin her biri, küçük kasaba ve köylerle çevrili şehirlerin olduğu karmaşık bir yol haritası gibi görünen ve daha az önemli imge ve işlemlerden meydana gelen marjinal bir alana sahiptir.² Genel anlamda (İngilizleştirilmiş halleriyle) şu yedi temel işlemde bahsedebiliriz: Solution (çözülme), coagulation (pıhtılaşma/katılaşma), sublimation (uçunum), calcination (kalsinasyon), putrification

- 1 Her ne kadar Jung simyanın sembolik dilini modern psikoloji açısından yeniden keşfetmiş olsa da mutasavvıflar her zaman içsel sürecin simyasından haberdarlardı. On ikinci yüzyılın büyük mutasavvıflarından Gazali, en önemli kitaplarından birine *Mutluluğun Simyası* adını vermişti. Arapça ‘taş’ kelimesi de ‘gizli, yasak’ kelimesiyle ilişkilidir ve mutasavvıflara göre ‘taş’, kendisine temas eden her şeyi dönüştürebilecek kadar güçlü bir özdür. Bu, Jung’un Benlik kavramıyla ve tüm simyevi psikolojik dönüşüm sürecini etkileyen şeyin ‘felsefe taşı’, Benlik olduğu fikriyle de alakalıdır. (Vaughan-Lee, L., *Catching the Thread: Sufism, Dreamwork and Jungian Psychology*, California, 2003 s.65) -ç.n.
- 2 Simya prosedürleri ve bunların psikolojik analogileriyle ilgili mükemmel bir sunumu, Edward Edinger’in şu kaynaklarda yer alan makalelerinde bulmak mümkündür: “Psychotherapy and Alchemy,” *Quadrant* (Journal of the New York C.G. Jung Foundation), 11-15 (Spring 1978 – Spring 1982). Simya sembolizmi ve psikolojik imalarına dair diğer bir yararlı çalışma da Marie-Louise von Franz’ın eseri *Alchemy: An Introduction to the Symbolism and the Psychology* başlıklı kitaptır. (Toronto: Inner City Books, 1980).

Coniunctio imgesi ile ilgili olarak benim şu makaleme bkz.: “Enantiodromia and the Unification of Opposites,” *The Arms of the Windmill: Essays in Analytical Psychology in Honor of Werner H. Engel*, ed. Joan Carson (New York: özel basım, 1983).

(çürüme), mortification (mortifikasyon/ölmek) ve conjunction/*coniunctio* (birleşme).³

Bu kimyasal işlemlerin her birinin psikolojik paralelleri bulunur. Örneğin kalsinasyon, hem nemden tamamen kurtulmak hem de muhtemel bir kimyasal değişimi gerçekleştirebilmek üzere bir maddenin ısıtılmasını anlatan bir kimyasal yöntemdir; psikolojik açıdan ise ‘suya-doymuş’, bilinçdışı komplekslerin tamamen kuruması ile ilgilidir. Bir maddeyi çözelti haline getirmek, kimyasal olarak eritmek, bilinçli bir içeriğin bilinçdışında ‘çözülmesini’ mümkün kılan psikolojik sürece benzer. Bunun karşıtı olan süreç yani pıhtılaşma ise kimyasal olarak bir maddenin çözelti içinde tortulaşması gibidir ve psikolojik açıdan bilinçdışı bir matristen yeni bir fikirler kompleksinin/grubunun oluşmasına benzer. İyi bilinen simyevi özdeyiş «çöz ve pıhtılaştır», zihne ait katı bir ‘içeriğin’, örneğin çözölemeyecek gibi görünen bir çatışmanın, aslında çözölebileceğini ancak onun yerini kendisinin de çözölmesi gereken başka bir ‘içeriğin’ aldığını ileri sürer.

Rüyalarda Simyevi Motifler

Açık bir şekilde simya sembolizmi kapsamına giren rüya imgeleri ve motifleri vardır. Pek çok rüya motifinin ardında da simya süreçlerini görmek mümkündür. Örneğin büyük potansiyel ve içsel değer taşıyan nesnelerin gelişigüzel muamele gördüğü rü-

3 Simya süreçlerinin Jungiye psikolojide ele alınma biçimlerine örnek verebilmek amacıyla bu işlemlerin bazılarını dair hazırladığım metni kitabın arkasındaki ‘Ekler’ bölümünde bulabilirsiniz. -ç.n.

yalar, *prima materia*⁴ imgesini, yani simyevi işlemler vasıtasıyla son derece yüksek değerler üretmek için kullanılabilecek olan ve felsefe taşı, bilgelik iksiri, aqua vitae,⁵ her derdin devası gibi çeşitli isimlerle anılan ve görünüş itibarıyla değersiz olan simyevi temel maddeyi akla getirir. Rüyalarda bir deredeki çakıl taşlarının arasına karışmış olarak duran veya bir süpermarketin otoparkında fark edilmeden tozun toprağın içinde yatan altın sikkeler *prima materia* imgeleridir.

-
- 4 **Prima Materia:** Kökleri Sokratesçi filozoflara dayanan bir terimdir. Bu erken dönem filozofları, dünyanın ‘ilk madde’ denilen bir başlangıç maddesinden meydana geldiğini söyleyen arketipsel bir imgenin etkisi altındaydılar. Dış dünyada ‘tek bir başlangıç maddesi’ fikrini haklı çıkaracak bir dayanak yoktur. İçsel açıdan bakıldığında dünyanın bir ‘çoğulluk’ olduğu aşîkârdır. Öyleyse bu fikir, psişik bir hakikatin yansımasıdır.

Bu felsefi fanteziye göre ‘başlangıç maddesi’, toprak, hava, ateş ve su olmak üzere dört maddeye ayrıştığı bir süreçten geçer ve ardından farklı oranlarda yeniden bir araya gelerek dünyadaki fiziki nesneleri oluşturur. Prima materia üzerine iki grup karşıtlıktan oluşan (toprak ve hava; ateş ve su) dörtlü bir yapı giydirilir. Psikolojik olarak bu imge, hiçbir farklılaşmanın olmadığı bilinçdışından dört işlevi (düşünme, hissetme, duyumsama, sezgi) ayrıştırarak egoyu biçimlendirme sürecine tekabül eder.

Simyacılar kadim felsefenin prima materia fikrini maddeyi dönüştürme çabalarına uyguladılar. Maddenin dönüştürülebilmesi için başlangıçtaki ayrışmamış haline geri döndürülmesi gerektiğini düşündüler. Bu işlem, kişiliğin katı ve statik yönlerinin, psişik dönüşüm sürecinin bir unsuru olarak, başlangıçtaki farklılaşmamış hallerine indirgendiliği psikoterapi sürecine çok benzer. Prima materiayı bulma sorunu, psikoterapide üzerinde çalışacağımız sorunu bulma arayışına tekabül eder. (Edinger, E. F., *Anatomy of the Psyche: Alchemical Symbolism in Psychotherapy*, La Salle, Illinois, Open Court, 1993, s.9-12) -ç.n.

- 5 (Lat.) ‘Yaşam suyu’ -ç.n.

Calcinatio (kalsinasyon) süreci, zarar görmeden ateşin içinde kalan figürlerle temsil edilebilir; bu figürler insan veya hayvan ve ender olarak da ‘ateşte yaşayan semender’ (ki bu da diğer bir simyevi *prima materia* imgesidir) şeklini alabilirler. Figürlerin ateşteki mevcudiyetlerini kabullenmeleri (örneğin bir rüyadaki gibi alevlerin arasında iskambil oynamaları) rüya egosu açısından ne kadar uygunsuz görünürse görünsün (veya uyanıklık hali egosu için ne kadar acı verici olursa olsun) ateş içinde dönüşümün (duygusal ısı) gerekli olduğunu düşündürür. Bir adamın rüyasını ele alalım:

Ateşin içinde büyük bir kurbağa var. *Star Wars* filmindeki Yoda’ya benziyor. Ateşte bu kadar uzun süre canlı kalabilmesine şaşıyorum. Bana bakıyor. Ve sonunda küçülüyor, siyah oluyor. Sonraki sahnede (galiba aynı gece gördüğüm ikinci rüyaydı) olanları açık bir ateşin üzerinde çelik bir ızgara tutan bir aborjinin⁶ gözünden görüyordum. Izgaranın üzerinde birbiriyle kavga eden ve bu arada ızgaradan inmeye çalışan minyatür bir kaplan ve bir kanguru var. Aborjin onları tekrar ızgaranın üzerine atıyor. Sonunda onlar da kurbağa gibi küçülüp kömürleşiyorlar.

Rüyayı gören kişinin çağrışımları çok azdı: Kanguruyu anaç ve utangaç bulmuş ve kaplandan korkmamasına şaşırmıştı. Rüya, kurbağa benzeri yaratığın *calcinatio* (kalsinasyon) deneyimine razı olduğunu gösteriyordu. Bu durum ise ilkel bir ego yapısının, gerilimine tahammül etmek zorunda olduğu birbiriyle savaşan iki zıtlığı gündeme getirmişti. Kaplan ve kangurunun, ‘daha üst düzeyde’ bir içeriğe dönüştüğü bu rüyada gösterilmese de aynı adamın bir sonraki rüyası *mortificatio* (ölme) imgesini içeren daha insani düzeyde bir değişim hazırlığına işaret ediyordu:

6 Avustralya yerlisi. -ç.n.

İnşaat yapılabilecek bir alana bakıyordum. Buldozerler orayı yıkıp temizliyordu. Terkedilmiş gibi görünen bir bina vardı; yıkılacaktı. Binaya girdim. Terk edilmiş görünmesine rağmen en arka kısmına ulaştığımda hepsi ölecek olan hastalarla ilgilenen yaşlı bir rahip gördüm. Rahip onların onurlu bir şekilde ölme-leri için elinden geleni yapıyordu. Ben de bütün hastalar ölene kadar binaya dokunulmamasını sağlayacaktım. Sonra bir helikopterdeydim; şantiyenin üzerinde uçarak yeni inşaat planlarına bakıyordum. Yukarıdan tüm alanı görebiliyordum.

Bu rüyaya dayanarak analize kısa bir süre ara verdi ki bu so- rumlu bir karar gibi görünüyordu.

Filtreden süzülerek altın renkli bir sıvıya dönüşen kahve, '*cir- culatio*'yu⁷; *prima materianın* sürekli dönüşümünü akla getirir. Rüyalarda simyevi işlemler genellikle simya laboratuvarını anım- satan bir ortam olan mutfakta gerçekleşir.

Coniunctio: Birlik İmgeleri

Simyevi imgeler, karşıtların birliği olan *coniunctio*'ya götü- ren çeşitli işlemleri gösterir; bu nedenle rüyalarındaki *coniunctio* imgeleri klinik olarak simyasal süreçlerin nihai hedefiyle diğer işlemlerden daha yakından ilişkili görünmektedir.

Jung, *The Psychology of Transference*'da⁸ yer alan simya çizim-lerinde, '*coniunctio*'nun insani niteliğini vurgulayan imgeler seç-miştir: Bir kral ve bir kraliçe, cinsel birlikteliklerinin ardından tek

7 '*Circulatio*' hakkında Marie-Louise von Franz'dan yaptığım kısa çeviri kitabın arkasındaki 'Ekler' bölümünde. -ç.n.

8 Aktarımın Psikolojisi. -ç.n.

bir kişi haline gelecek şekilde birleşirler ancak bu birleşik varlık ölmüştür ve ruhun geri dönüşü sağlanarak yeniden diriltilmesi gerekir. Rüyalardaki cinsel imgeler sıklıkla, özellikle de ensesti veya bilinmeyen bir rüya figürünü içerdiklerinde, bu simyevi *coniunctio* işlemine denk düşer. Elbette, sadece uyanık yaşamdaki cinsel hayal kırıklığını telafi eden cinsel rüyalar da olabilir; rüyanın bağlamı bunun böyle olup olmadığını gösterecektir.

Coniunctio imgesinin daha ince ve gelişmiş bir biçimi nikah motifidir. Rüya egosu nikahta baş karakter değil de sadece bir gözlemci olarak bulunabilir. Bu, birleştirilmesi gereken karşıtların rüya egosunun dışında (fakat uyanıklık hali egosunun yapısına dahil) olduğunu gösterir. Esasen çoğu durumda, simyadaki ile karşılaştırdığımız süreçten geçen rüya egosu değildir; dönüştürülen şey daha ziyade, olağan psişik yaşamda değersiz görülen içerik '*prima materia*' veya gerçek dışsal hayatın gündelik sıradanlığıdır. Misal verecek olursak, bir kadının rüya egosunun yaptığı tek şey, kendi nikahına hazırlanan başka bir kadının giyinmesine yardım etmektir. Bu rüyadaki tek sıra dışı imge, kübik formlu, önü ve arkası açık, saten kaplı gelin tacıydı. Diğer bir örnekte ise rüya egosu, iki kadını arabasıyla konuk oldukları bir düğüne götürmüş ve bu esnada rüyanın başında onu korkutmuş olan bir imge önemli bir dönüşüm geçirmişti.

Rüyalarda hayvanların çiftleşmesi meydana bir yavru getirebilir. Bundan ziyade hayvanların kendilerinde bir değişim gerçekleşebilir. Bu 'doğal' bir imge değildir ancak rüya sahibinin yaşadığı içgüdüsel bir çatışmanın dönüşümüne işaret ediyor olabilir.

Bir rüya serisinde *coniunctio* imgesinin ortaya çıkışını gözlemlemek, çatışma halindeki bir karşıtlığın ne zaman uzlaşaca-

ğına dair ipuçları sağlayabilir. Bu bazen bilincinde olunan bir çatışmanın hafiflemesi şeklinde kendisini gösterir, bazen de bilinçli yaşamdaki tek değişiklik depresyon ve kaygının azalmasıdır. Aslında analizdeki çabanın önemli bir bölümü, coniunctio hazırlıklarının güvenli bir şekilde gerçekleşebileceği istikrarlı ve güvenilir bir kapsayıcı yapının devamlı kılınmasına yöneliktir. Simya imgeleriyle doğal bir şekilde örtüşmeyen rüyaları böyle bir örtüşmeye zorlamamak, belirgin bir şekilde aşikâr olmayan motifleri aşırı yorumlamamak gerekir (Jungiyen analizin danışma odalarında arketipsel indirgemecilik tehlikesi her daim pusuda bekler). Her zaman için hatırlanandan veya analize getirilenden daha fazla rüya mevcuttur ve bu rüyalar da sessizce değişim için çalışıyor olabilirler. Analistlerin esas itibarıyla ebe ve kolaylaştırıcı olduklarını unutmamak gerekir. Gizemli bir sürecin izleyicisidir onlar, o sürecin yaratıcısı değil.

10. Bölüm

Rüyalar ve Bireyleşme

.....

Nevrozun Tabiatı

Nevrozun en akla yatan tanımı şudur: Psişe tek bir bütün olarak değil, iç savaş halindeki bir ülke gibi kendi aleyhine çalışır. Nadiren kendimizle ‘bir’ olduğumuz için hepimizin bir dereceye kadar nevrotik olduğu söylenebilir. Sadece ego ve gölge gibi psişenin farklı bölümlerinin varlığı bile bunların her zaman birbiriyle uyum içinde çalışmayacaklarının göstergesidir. Ancak baskın ego-imgesi ile psişenin diğer aktif bölümleri arasındaki aşırı bir uyumsuzluk veya çatışma, değiştirilmesi en zor insan koşullarından biri olan kronik nevrozun özelliğidir.

Rüyalar tüm psikolojik faaliyetler açısından telafi edicidir. Olağan yaşamda bireyleşme sürecini dengelerler; psikozda istikrarlı bir ego yaratmaya çalışırlar; nevrozda egoyu, nevrotik sapmalardan ve çıkmazlardan bireyleşmenin kanalına getirirler. Bireyleşme, psişenin her durumunda (yani kişi bilinçli de olsa

bilinçdışı da) vuku bulur fakat ego psişenin hareketlerini bilinçli olarak gözlemlediğinde, bu hareketler karşısında bilinçli bir tavır aldığı ve bir bütün olarak psişenin evrimine sorumlu bir tutumla katıldığında çok daha rahat gerçekleşir.

Yaşamdaki asli görevlerin hiçbirinden kaçamayız; onlara en fazla dolambaçlı veya asıl yolu ikame etmeye çalışan biçimlerde yaklaşabiliriz. Nevroz belirtileri genellikle, korkarak kaçındığımız doğrudan bir yaşam deneyiminin yerini alır. Normal seviyede kendine güven ve girişkenlik eksik olduğunda nevrotik semptomlar ortaya çıkabilir ve çoğunlukla hiç korkutucu olmayan durumlar korku uyandırmaya başlar. Böyle yaparak psişe gerekli olan gelişimin gerçekleşebilmesine olanak sağlayacak aşırı sayıda durum ortaya çıkarıyor gibidir. Karakter gelişimi yerine kendini telkinle motive etmeye çalışan bir kişi, telkinlerin işe yaramadığını ve depresyona girdiğini fark edebilir. İçe dönmeye ihtiyaç olduğunda bundan kaçınılıyorsa psikosomatik semptomlar kişiyi bir dönem içe dönmeye zorlayabilir. Psişenin bu kısırtıları hassastır ama zayıf değildir.

Dışarıdan bakıldığında nevrotikler gayet normal bir şekilde dünyaya adapte olmuş görünürler. Yaşamdaki temel görevleri yerine getirmekte yeterince başarılıdırlar. Bir açıdan nevrotik olmak, etrafla çatışma halinde olmak için ihtiyaç duyulandan daha gelişmiş bir psişik yapıyı gerektirir. Nevrotikler çatışmayı içselleştirebilir. Böylece egoyu esas çatışmadan yalıtır ve onun yerine (durum analizde gözlemlenene kadar) pek anlamlı olmayan başka çatışmalar üreterek karmaşık intrapsişik yapılar meydana getirirler.

Nevrotik ego bireyleşmeye aktif olarak katılımını engelleyen ego imgeleri ile özdeşleşmiştir. Buna rağmen önemli ölçüde sa-

bittir ve yeterince biçimlenmiştir. Bunun amacı bazen geçmişte özellikle zevk veren bir aşamayı devam ettirmektir. Öyle ki ego o geçmiş durumdan aldığı zevke tutunarak fiksasyona girer.¹ Fiksasyon geçmişteki şiddetli bir travma nedeniyle de ortaya çıkabilir. Burada ego, travmatik durumu yeniden yaratarak çözüme kavuşturmaya veya geçmişteki travmayı şimdiki zamanda telafi etmeye çalışıyordur. Her iki durumda da şimdiki zaman, geçmişle aktif olarak yaşanan ilişkiye feda edilir. Bu seçimler açık ve net bir şekilde bilinçli olsalardı bir sorun teşkil etmezlerdi. Kişi kolayca hatanın farkına varır, nevrotik tutumundan vazgeçer veya nevrotik sorunun belirli bir biçimini kabullenerek kendini muhtemel çözümleri aramaya adayabilirdi. Ne var ki seçimler bilinçdışıdır ve bu nedenle egonun yaşadığı olayların tuhaf ve sapkın bir tekrarıdır: Daha derin bir seviyede bizzat ego tarafından yapılan seçim, mevcut baskın ego imgesinden dissosiyе olmuştur.

Benlik yaşam boyunca devamlı bir şekilde, gerçekte yüzleşmesi ve bireyleşme sürecine katılması için ego üzerine baskı uygular. Egonun rızası olsa da olmasa da bunu yapar. Gelgelelim, isteksiz bir ego karşısındaki telafiler (kâbuslar, kazalar, fiziki semptomlar) bireyleşme sürecine katılmak için elinden geleni yapan bir ego ile bilinçdışının kurduğu tamamlayıcı ilişkiden çok daha şiddetlidir.

Rüyalar bize nasıl yardımcı olabilir?

Rüyaları anlamak, aynı hataların farklı şekillerde yinelendiği örüntüleri keşfetmeyi mümkün kılar ve tekrar eden bu örüntüleri egonun gözleri önüne serer. Bu çatışmalar berrak bir şekilde görüldüğünde sorumlu bir şekilde ve dolaysız bir tavır alma fırsatı doğar. Rüya pişşenin tamamının hizmetindedir; ancak bu esas

1 Saplanma veya fiksasyonla ilgili açıklama için bkz. 77. dipnot. -ç.n.

görevden sonra, ikincil bir görev olarak, herhangi bir ego tavrına veya bakış açısına karşı çıkmakla ilgilenir. Uyanıklık hali egosu rüyaların neyi başarmaya çalıştığına bakarak kendi konumunu değerlendirebilir ve arzu ederse daha derin süreçlere katılabilir. Bu, uyanıklık hali egosunun birdenbire tüm yaşamını bir rehberin eline bırakır gibi rüyaların inisiyatifine terk edeceği anlamına gelmez (bu yaygın bir yanlış anlaşılmalıdır). Rüyaların sağlıklı bir psişedeki doğal işlevlerini yerine getirebilmesi yani net bir şekilde telafi edici olabilmesi için egonun kendi konumunu bilmesi muhakkak gereklidir.

Özellikle egonun tehdit edici durumlarla baş etmekte zorlandığını gösteren rüyalar gelişmedeki nevrotik gecikmenin göstergesidir. Örneğin, rüya egosuna yaklaştıkça uzaktan göründükleri kadar tehditkâr olmayan figürlerin bulunduğu rüyalar, psişeye entegre edilmemiş içerikler karşısında hissedilen olağanüstü korkuya işaret eder. Kahramanın mücadelesiyle ilgili arketipsel imgeler ego gelişiminin işte tam da bu aşamasıyla ilgilidir zira olgunlaşmamış ego, korku uyandıran ve tehdit oluşturabilecek durumlarla karşılaşmadan nadiren olgunlaşır. Mitoloji ve folklorda bu gelişmelerin pek çok paraleli mevcuttur. Özellikle de peri masalları, ego gelişiminin farklı aşamalarını barındıran zengin bir depo gibidir ve bu mücadeleyle ilgili rüyaların amplifikasyonunda faydalı olabilir. Peri masalları erkek ve kadınlarda ego gelişiminin çeşitliliğini de gösterirler. Üstesinden gelinmesi gereken korkutucu ve regresif bir güç (örneğin ejderha) veya düşmanca davranan veya rolünü yerine getirmeyen bir ebeveyn imgesi (yaşlı kral veya kıskanç üvey anne) sık görülür. Ayrıca, genellikle konuşabilen hayvanlar olarak beliren ve yaşamın doğal bilgeliğine dair egodan çok daha fazla

bilgi sahibi olan yardımcıları mevcuttur.² Rüyalarda, konuşabilen ve yardımsever bir hayvan motifi, bilinçdışının egoya görevini başarmasında yardım etmeye hazır olduğunu gösterebilir. Bu tür rüyalar ilerideki bir sonucu müjdeleyen işaretler gibidir.

Masal motiflerinin çeşitliliği bize olgunlaşmamış egonun gelişmesi için pek çok farklı yol bulunduğunu hatırlatır. Bu yolların hepsi kahramanca bir mücadeleden geçmez. Nadiren bazı masallar kendi başına hiçbir şey başaramayan ve kurtarılmayı beklemesi gereken bir ego resmeder. Klinik açıdan bu, analistin veya terapi grubunun çok daha aktif ve destek veren bir rol üstlenmesi demektir; analizanın egosunun kendi kendine ilk bağımsız adımlarını atabilmesi için daha fazla kapsama ve himaye gereklidir.

-
- 2 Peri masallarındaki 'budala' karakteri egonun bu durumunu ve Jungiye tipolojideki dört işlevden kişinin en az kullandığı, atıl kalan işlevi temsil eder. "Budala veya yarım-akıl, zayıflığı ve beceriksizliğiyle sürekli alay edilen saf bir karakterdir. Buna rağmen, doğal ve spontane tavrı sayesinde doğru yol 'tesadüfen' karşısına çıkarken, bilgisinin sınırlarını kabul etme kapasitesi sayesinde de kendi bilgilerini onunla seve seve paylaşan güçlü müttefikler kazanır. Sonunda iyi huy ve güler yüzlülüğü, en büyük galeleri kolaylıkla atlatmasına ve servete kavuşmasına yardımcı olur." (P. Richards, Terry McMillan: *A Critical Companion*, London, Greenwood Press, 1999, s.148). Demek ki bir anlamda "bilinçdışı veya bilinçdışının barındırdıkları karşısında naif veya toy olmak münasiptir çünkü bizden beklenen bazı görevleri yerine getirmemiz ancak rasyonel bakış açısını askıya alabildiğimiz zaman mümkündür. Budala karakteri, kişisel psişenin kolektif baskılar tarafından şekillendirilmemiş tarafını temsil eder." (Daryl Sharp, *Digesting Jung*, Toronto, Inner City Books, 2001 s.71) Von Franz da peri masallarında prensesi kurtaranın daima 'aşığı' görülen budala olduğunu; naif ve saf olanın, kendisini yeni gerçeklere açık tutma yeteneğine sahip olduğunu ve bilinçdışı karşısındaki tutumun böyle olması gerektiğini söyler. (Von Franz, M.L., *Animus and Anima in Fairy Tales*, Toronto, Inner City Books, 2002, s.73) -ç.n.

Bir vakada, hayatını dişile atfedilen geleneksel rolleri üstlenerek yaşamış olan bir kadının, kendisinden çok daha genç bir erkekle kısa, mutsuz ve uygunsuz ilişkisi depresyona girmesine sebep olmuş ve onu psikoterapiye yönlendirmişti. İyileşmeye başladığında rüyasında garip bir çiçek gördü. Bu çiçek aynı zamanda bir hayvandı ve hem erkek hem de dişiydi. Bu motif karşıtların birliğine (bitki/hayvan, erkek/dişi) işaret ediyor ve Benliği hatırlatıyordu. Kadın bu rüyayı resmetti ve o andan itibaren daha bağımsız bir kişilik geliştirmeye başladı.

Diğer bir örnekte, kendisini özgüvenle ifade etmeye başlayan bir kadın, rüyasında büyük bir odada, benzer bir sorunu olan başka bir kadının yanında olduğunu görmüştü. Kendi gizli potansiyelinin önemli bir bölümünün yansıtılmış halini taşıyan bir adam, bir masada oturmuş çalışıyordu. Adamın karısı kıskanç bir öfkeyle rüya egosuna yaklaşmış ve onu iğneli ve sert sözlerle eleştirmişti. Rüya egosu, bu meydan okuma sahnesinin sol tarafında 'kırmızı bir kral' görmüş ve bu kralın üstüne üzerinde dört tavşan işlemesi bulunan bir pelerin atmıştı. Her nasılsa bu pelerin kadının kendisiydi. Bu rüya kadının kendi bağımsızlığının (kral) tavşan nitelikleri taşıyan bir örtüyle; henüz tam manasıyla terk edemediği eski tavşanvari çekingenliğiyle gizlendiğini gösteriyordu.

Üçüncü vakada bir adam rüyasında aslında ölmüş olan bekçi köpeğinin hayatta olduğunu görmüştü. Köpek onunla konuşmuş ve bahçede bırakılmak değil eve götürülmek istediğini söylemişti. Bu rüya, uygun derece agresif olan bir koruma işlevinin daha fazla entegre edilme arzusuna işaret ediyordu. Köpeğin nitelikleri daha önce sadece regresif, yıkıcı ve beklenmeyen zamanlarda patlak veren biçimlerde ortaya çıkmıştı. Bu rüyadaki konuşan köpek ise bu içeriğin ego tarafından entegre edilmeye yaklaştığını gösteriyordu.

Egonun İzafileştirilmesi

Nevrozdan uzaklaşmak güçlü bir egonun izafileştirilmesini de içerir. Gelişmiş egodan, bireyleşme sürecinin ilk aşamalarında bağımsızlaştığı bilinçdışı matrisle yeniden yüzleşmesi beklenir. Teleolojik açıdan bakıldığında, bireyleşme sürecinin amacının bilinçdışının esas kaynak olarak tanınması ve kabul edilmesi olduğu söylenebilir. Ne de olsa ego, bilinçdışının ihtisaslaşmış bir türevidir ve bilinç alanının merkezi olması, kendi arketipsel prototipi olan Benliğin bir bütün olarak psişenin merkezi olmasına benzer. Bu farkındalıkla ilgili bir ihtiyaca işaret eden rüya imgeleri, kahramanca yüzleşmelerden ziyade gerçekliğin doğasını şaşırtıcı bir şekilde gösterebilir. Zayıf bir ego yapılanmasını telafi ediyor gibi görünmeyen, kendi başlarına var olan ve mevcut nevrotik dinamiklerle güçlü bir ilişki içinde olmayan Benlik sembolleri de buna dahildir. Bu aşamada uygun amplifikasyonları peri masallarından ziyade dini geleneklerde bulmak mümkündür. Fakat bu konuyla ilgili tüm ‘kurallara’ aşırı bir ciddiyetle yaklaşmamamız gerekir zira bireyleşme aşamaları arasında net bir sınır bulunmaz. Ayrıca, bir örüntüden bahsederken kastettiğimiz genellemedir ve gerçek bir insanın yaşadığı süreç her zaman kendine hastır ve çok daha çetrefillidir.

Örneğin kişi rüyasında, egonun girip girmemeyi seçebileceği mandala benzeri bir şehir görebilir. Aynı temanın diğer bir versiyonu, genellikle simetrik olan muazzam büyüklükteki bir yapıdır. Dünyanın canlı tabiatına ilişkin içgörüler de belirebilir. Yaşamını havada sürdüren ve pek çok kafası olan bir hayvanın içinde olduğu geniş matrise dair bir rüya buna örnektir: Hayvan muazzam büyüklüktedir ancak mülayim bir tabiata sahiptir ve tehditkâr değildir.

Egonun izafileştirilmesi esnasında, egonun hiçbir eylemde bulunmak zorunda olmadığı çok etkileyici rüyalar da görülebilir. Bu ise farklılaşmanın³ erken aşamalarında çoğunlukla rüya egosundan beklenen kahramanca faaliyetlerle⁴ bir tezat oluşturur. Egonun başka bir faaliyet seviyesine geçeceğini gösteren erginlenme imgeleri belirebilir. Özellikle de ölümcül hastalıklarda olduğu gibi, bireyleşme süreci için yeterli zaman olmadığında, çözüme kavuşmayan sorunlara atıfta bulunan ‘bırakma’ ile ilgili rüya motifleri belirebilir.

Bireyleşen Ego

Jungiyen psikoloji, egonun görelî doğasını alışılmadık bir beraklıkla takdir eder.⁵ Çoğu psikoterapötik sistemde, yakın ve sevgi dolu ilişkiler kurma ihtiyacı ile yumuşatılsa da öncelikli vurgu güçlü ve bağımsız bir egonun gelişimi üzerinedir. Ancak bireyleşmeyi temel bir yaşam süreci olarak görmesi Jungiyen psikolojinin, bu hedeflere değer verse de onları gereğinden fazla vurgulamasını engeller. Çevreye veya başkalarına uyum sağlamada ne kadar başarılı olursa olsun, ego kimliğinin herhangi bir hali, kişinin kendi bireyleşme süreci kıstas alınarak değerlendirilir.

3 Veya bireyleşmenin. Çünkü bireyleşme süreci, egonun aşama aşama Benlikten ayrışmasını, farklılaşmasını içerir. -ç.n.

4 Bu nedenle bireyleşme sürecinin tasvirlerinden biri de kahramanın yolculuğudur. Bu yolculuk (elbette başta Jung olmak üzere) Joseph Campbell ve başka analist yazarlarca kısmen farklı aşamalarla tarif edilmiştir. -ç.n.

5 Hall, *Clinical Uses of Dreams*, s.146-150

Egonun doğal eğilimi kendisini psişenin merkezi olarak görmektir fakat aslında sadece pek çok arketipsel olasılık içinden özel bir yapıya bürünmüş olan zahiri bilinç dünyasının merkezidir. Ego, bir ülkede yönetimi devralabilecek olan tek hükümdara benzer ama kendi topraklarında olan biten her şeyi kontrol edemediği gibi olanların ve olabileceklerin tamamının bilincinde de değildir.

Jungiyen analizin amacı yalnızca yeterli işlev görebilen bir egonun terapötik inşası değildir fakat yine de pek çok analizan bu aşamada analizi sonlandırmayı seçer. Zira burası onları terapi ve analize getiren nevrotik mutsuzluktan önemli ölçüde kurtuldukları bir noktadır. Halbuki bilinçdışıyla çalışmanın amacı nevrotik ıstırapı hafifletilmenin ötesine taşındığında, farkında bile olmadan bizi felsefi, dini ve etik meseleleri sadece bilinç düzeyinde ele alındıkları zaman olduğundan çok farklı bir seviyede tefekkür etmeye yönlendirir. Sadece güçlü olan bir ego için basit bir karar meselesi olan sorular, bireyleşen ego için son derece mühim etik kaygılar haline gelebilir çünkü hiçbir şey bireyleşme sürecinin dışında değildir ve kararları belirleyen hazır ve net bir çerçeve bulunmaz. Seçim yaparken kişi, gerçekleşme ihtimali taşıyan pek çok ‘benlik’ arasından sadece birini seçer.

Örneğin bir işi kabul edip etmemek bilinçli bir tercih meselesi olabilir. Fakat böyle bir karar bireyleşen ego açısından çok daha önemlidir. Rüyalar da bunu gösterebilir. Onu insanlarla iletişimden alıkoyarak nevrotik izolasyonunu sürdürmesine neden olacak bir işe girmeyi düşünen adamın rüyası buna örnektir. Böylesi bir kaçınmaya neden olacak işi kabul etme kararı aldıktan sonra rüyasında öldüğünü bildiği bir kadına ilgi duyduğunu ama bu kadının bindiği bir gemiye (ölüm gemisi mi?) binmesinin engellendiğini görmüştü. Benzer şekilde kapıların ısrarla çalındığı

rüyalar da rüyayı gören kişinin hayatında ‘dışarıda bırakılmış’ olan ve (o sırada kişi ne olduklarını bilmese de) işitilmek için ısrar eden içerikleri sembolize ediyor olabilir.

Egonun izafi tabiatı zaman içerisinde açığa çıkar fakat rüya egosunun uyanıklık hali egosuyla ilişkisinin hassas yapısında da görülebilir. Tamamlanmamış oluşumları daha kapsayıcı bir yapıya dahil etmek üzere parçalasa da egonun arketipsel çekirdeği olan Benlik, esasen ‘merkezleyici’ bir niteliğe sahiptir. Öznelliğin merkezi olarak egonun ‘ben’ olma hissini arketipsel arka planı budur. Diğer kompleksler ‘kısmi kişilikler’ gibi davranırlar, hatta pek çok durumda görülebileceği gibi egodan bağımsız bir iradeye sahiptirler. Ne var ki hiçbir içerik, ego ile bir bağlantı deneyimleyene kadar ‘ben’ olma hissine katılmaz. Bu durum en çok egonun, kimlik yapıları olan persona ve gölgeyle ilişkisinde belirgindir. Egoya entegre edilene kadar persona, oynayabildiğimiz veya oynayamadığımız bir rol gibi hissedilir. Ancak yeni içerikler persona vasıtasıyla egoya katılabilir ve sonradan onun yapısının bir parçası haline gelebilirler. Benzer şekilde gölge, çevredeki birine yapılan ego dışı bir yansıtmada açığa çıkar ve sonradan acı çekerek geri özümsemeli ve ‘benin’ potansiyel bir parçası olarak deneyimlenmelidir.

Ego kompleksinin ince yapısını gözlemleyebileceğimiz en mikroskobik alanı bize rüyalar sağlar. Rüyalarda günbegün gerçekleşen telafilerde, ego ve (rüyayı yaratan) Benlik arasında, yaşamın onlarca yılı ve evreleri boyunca makroskobik düzeyde gözlemlenebilen etkileşimin aynısına tanık oluruz. Klinik anlamdaki faydalarına ek olarak, rüyalarda ve uyanık yaşamımızda egonun görelî halini gözlemlemek; bizi rüyaların uyanıklık hali egosunu telafi ederken ne kadar özenli ve isabetli olduğunu

takdir etmeye sevk edebilir. Bu, kendimizde varlığından şüphelendiğimiz ama tam manasıyla bilincinde olmadığımız şeyleri bilen bilge ve tarafsız bir arkadaş'a sahip olmaya benzer.

Rüya Egosu ve Uyanıklık Hali Egosu

Rüya egosu ile uyanıklık hali egosu arasındaki yapısal ilişki, hükümetlerin hakim yapısına benzetilebilir: Mevcut tek yönetici egodur buna rağmen hükümetin tamamı için zaruri olan diğer güçlerin eylemleri onu yönlendirebilir. Uyanıklık hali egosu bireysel psişe adına yapılan her şeyden mesuldür hatta toplumda da yasal anlamda sorumlu tutulan odur. Fakat uyanıklık hali egosu tüm karmaşıklığı ve farklı düzeylerdeki 'gerçekliğiyle' rüyalarda bulunmaz; onun yerini aynı sorumlulukları taşıyan ve kendisini içinde bulduğu rüya dünyasını seçmemiş olan rüya egosu alır. Rüya âleminde de uyanıkken olduğu gibi egonun hoşlanmadığı kişi ve durumlar meydana çıkar. Günbegün içinde yaşadığımız dünya nasıl ego dışı nesnel bir gerçekliğe sahipse, rüya egosunun görevleri de seçilmez, *verilir*.

Rüya egosunun durumu, uyanıklık hali egosunun hükümetinde yer alan bir komitenin yapısına da benzetilebilir. Uyanıklık hali egosu başkan veya kraldır; rüya egosu ise uyanık egonun dünyasındaki bir yapının sadece *bir bölümünün* başkanı. Ancak bu 'komite' hayali olmadığı gibi 'sadece bir rüya' da değildir. O, ego yapılanmasının tamamının bir parçasıdır (ama yalnızca bir parçasıdır). Dolayısıyla rüya egosunun eylemleri veya (hiçbir eyleminin bulunmaması) uyanıklık hali egosunun dünyasını etkileyebilir. Uyanıklık hali egosu, rüya egosunun dünyasında yapısal bir değişimle sonuçlanan eylemleri pek çok yoldan miras alabilir. Bu tür değişimler en çok

depresyonun hafiflemesi, kaygının azalması veya artması, sorunlu bir durumla ilgi ‘doğru kararın’ hissedilmesi gibi uyanık egonun duygu hallerindeki değişimlerde tecrübe edilir.

Rüya egosunun vasıtasıyla uyanık ego ile rüya arasında gerçekleşen diyalog, ego ile Benlik arasındaki büyük diyalogun bir parçasıdır. Benlik genellikle rüyada (en azından tanınabilir bir şekilde) resmedilmez. Daha ziyade kendisi görünmeden rüyaları inşa eden mevcudiyet olarak belirgindir ve sahne ve eylemleri düzenlemekle kalmaz, aynı zamanda rüya egosuna belirli bir rolü yükleyen de odur. Fakat bu, rüya sahibi rüyayı görmeden önce rüyanın tamamen biçimlendirilmiş olduğu anlamına gelmez zira rüya egosunun eylemleri, bu tür eylemlerden sonra olacakları belirlemede çok önemlidir. (Travmatik nevrozun özelliği olan tekrarlayan rüyalarda bile, rüya egosunun bir değişim yaratmak için çabaladığını görmek, bu çaba başarısızlıkla sonuçlansa dahi potansiyel olarak daha terapötiktir.)

Bireyleşen ego, kaçınılmaz olarak, ne rüya egosunun ne de uyanık egonun ‘EGO’ olmadığını anlar. Merkez ego (yani ‘ben’ olma hissi) bireyleşme sürecinin mevcut öznel referans noktasından başka bir şey değildir. Kaldı ki bireyleşme süreci, zaman içerisinde uyanık egoyu izafileştirir (rüya egosu da bu izafileşmeyi daha küçük boyutuyla her gece deneyimler).

Bu kavrayışların rüya yorumu açısından pratik sonuçları vardır. Egonun izafi oluşu, herhangi bir ego halini sabit kabul etmeye müsaade etmez. Bu nedenle uyanıklık hali egosunun doğru veya yanlış seçimlerinden bahsetmek uygun değildir. Çok geniş yasal ve etik sınırlar dışında, uyanık egonun seçimleri, sadece kendi dünyasıyla ilgili kendi yarattığı konstelasyonu etkiler ki bu ‘doğru ya da yanlış’ değil ‘tercih edilen ya da edilmeyen’ veya ‘özgün olan

ya da olmayan' bir konstelasyondur. Egonun gölge ve persona gibi psişenin diğer yapılarına istinaden izafiyeti, uyanık egonun farkında olmadığı psişe bölümlerinin eylemleri tarafından nasıl etkilenebileceğini de gösterir. Örneğin ego kendi gerçekliğini, gereksiz yere, personanın geçici bir kullanımının ardına saklayabilir (bu persona ile patolojik bir özdeşleşme değil, *iradesinin* otonom bir tezahürüdür). Veya gölgenin bilinçdışı yönleri, uyanık egoyu, açık ve net bir şekilde görebilse kendisinin de yakışksız bulacağı eylem ve tutumlara yönlendirebilir.

Analizin bir parçası olarak rüyalarla çalışmak, uyanıklık hali egosunun, rüya egosuyla bağlantılı olarak kendi izafiyetini hissetmesini sağlar. (Olumlu veya olumsuz) gölge deneyimleriyle ilgili rüyalar ve uyanıklık hali egosunun işlevlerinin dramatik temsilleri, uyanıklık hali egosunda kendi savunmasızlığıyla ilgili çok değerli bir farkındalığa yol açabilir. Böyle bir farkındalıkla donanmış olan ego, şişkinliği daha kolay fark edebilir, psişenin diğer bölümleriyle özdeşleşmekten kaçınabilir ve geçmişte başkalarıyla ilgili güçlü duygusal tepkilerin nasıl eninde sonunda kendi gölge veya anima/animus yönleri olarak 'haneye döndüklerini' hatırlayarak yansıtmanın zararlarını asgariye indirebilir.

Odaksal⁶ ve Örtülü⁷ Bilgi

Asgari düzeyde teorik bilgiyle iyi bir klinik çalışma yapılabilsede klinik durumdaki değişimlere uyum sağlayabilmek için hiç değilse temel anlamda teorik bilgiye sahip olmak faydalıdır.

6 Bu terim dilimizde literatüre 'açık bilgi' şeklinde geçmiş olabilir. -ç.n.

7 Veya örtük. -ç.n.

Egonun izafiyetini kavramsallaştırma yollarından biri de Michael Polanyi'nin epistemolojik çalışmasından alınan *odaksal bilme* ve *örtülü bilme* terimleridir.⁸

Polanyi tüm bilginin 'bir yerden diğerine'⁹ şeklinde bir tabiata sahip olduğundan bahseder. Bazı içerikleri örtülü olarak bildiğimize güvendiğimiz için diğerlerini daha odaklı bir şekilde bilebiliriz. Örneğin mikroskop (tıpkı göz gibi), mikroorganizmaları veya diğer nesneleri odaksal olarak bilebilmek için kullanılan örtük bir yapıdır. Polanyi'nin vardığı sonuç, herhangi bir konuda objektif olma çabasının indirgenemez bir özveri ve risk unsuru olduğunu vurgular. Tarafsız herhangi bir gözlemcinin aynı sonuca varacağından emin olarak, evrensel niyet taşıyan olgusal açıklamalar yaparız ancak yalnızca gördüklerimizi değil, gözlemlemeye değer bulduklarımızı da belirleyen kişisel katılımımız olmadan bunu yapamayacağımızı aslında biliriz.

Polanyi'ye göre odaksal ve örtülü bilgi kompartmanları, 'bilme' ile ilgili evrensel yapılar olmakla birlikte içerikleri değişebilir. Bir noktada örtülü olan başka bir noktada odak noktası¹⁰ haline gelebilir. Örtük bilgi kompartmanı *bilinçdışı*na benzer fakat onunla tamamen aynı değildir çünkü (tıpkı konuşmanın *anlama* kıyasla örtülü görülmesi gibi) bir şeyi örtülü bir biçimde kullanmayı seçebiliriz. Benzer şekilde, odaklı bilgi de *bilinç alanını* andırır; *bilinç-öncesi* olabilir fakat genellikle kolay bir şekilde bilinçli farkındalığa getirilebilir.

8 Polanyi, *Personal Knowledge* (Hall'ın kendi dipnotu. Kitapta kaynak bilgisi yazar ve kitap ismiyle sınırlı tutulmuş. -ç.n.)

9 Veya bir noktadan diğerine; başlangıçtan hedefe... -ç.n.

10 Böyle cümlelerde terimin dilimize 'açık bilgi' olarak yerleşme ihtimalini anlamlandırmak kolaylaşıyor. -ç.n.

Bu kavramları rüya ve uyanıklık hali egosuna uyguladığımızda, uyanık egonun örtülü olarak, rüya egosu açısından odaklı görünen psişik içeriklere dayandığını söyleyebiliriz. Uyanık egonun arka planı gibi (dolayısıyla örtük yapısı olarak) davranan bir kompleks, rüya egosuyla bağlantılı bir rüya figürü olarak kişileştirilebilir. Rüya egosunun bu figürle gerçekleştirdiği bir eylem, uyanık egonun dünyayla ilgili örtülü farkındalığının dayanacağı örtülü yapıyı rüyanın ardından potansiyel olarak değiştirecektir. Böylelikle rüya egosunun etkinliği, uyanık egonun derin görevi olan bireyleşme sürecinin rüya dünyasındaki bir uzantısı olarak kavramsallaştırılır. Rüya, uyanık egonun seçilmiş yönlerini rüya egosuna gösteren sembolik bir yapı olarak görülür. Buradan yola çıkarak rüya egosuyla uyanık egonun ilişkisi, ego kimliğinin odaklı ve örtülü kompartmanları arasındaki son derece yararlı bir etkileşim olarak değerlendirilir.

Analist, yalnızca rüya egosu ve uyanık ego arasındaki bu tür odaklı/örtülü değişimleri gözlemleyebilmesi açısından değil, aynı zamanda analizanın bu sürece ilişkin farkındalığını kolaylaştırması açısından da benzersiz bir konumdadır. Aslına bakılırsa, analizan bu ilişkilerin yeterince farkında olup rüyalarla çalışma konusunda belli bir beceri geliştirdiğinde formel analiz seanslarına duyulan ihtiyaç da azalmaya başlar. Fakat formel analiz bir noktada sona erse de analitik farkındalık süreci yaşam boyu devam eder. Formel analize yeniden ihtiyaç duyulduğu veya analizin arzu edildiği zamanlar olabilir. Ne var ki **izafiyetinin farkında olan gelişmiş veya farklılaşmış bir egonun pek çok rüyadan, analitik bir ilişki içinde bahsetmek zorunda kalmadan, iyi bir şekilde faydalanması mümkündür.**

11. Bölüm

Rüya Yorumunda İki Gerilim

• • • • •

Başarılı bir rüya yorumunda daimi olarak iki tür gerilim mevcuttur. Bunlardan ilki rüya motiflerinin nesnel ve öznel yorumları arasındaki gerilimdir. İkincisi ise yalnızca rüya yorumunu değil, tüm analitik süreci karakterize eden kişisel ve arketipsel anlamlar arasındaki gerilimdir.

Nesnel ve Öznel Yorum

Jung, rüyalardaki imge ve motiflerin nesnel bir yaklaşımla (yani uyanık hayattaki kişi veya olaylara atıfta bulunarak) ya da öznel bir yaklaşımla (yani rüyayı gören kişinin kendi psişesinin bir veçhesi olarak) değerlendirilebileceğini öne sürerken, antik çağdan itibaren rüya çalışmalarında mevcut olan bir gerilimi klinik uygulamadaki biçimiyle ifade etmiş oluyordu. Freud, rüyaların sadece uyanık hayatta ego için kabul edilemez olan düşünce ve dilekler olduğu varsayımıyla bu gerilimi azaltmıştı: Görünür (manifest) rüyanın ardındaki gizli (latent) rüya tam manasıyla

bilince getirilse daha önce bastırılmış bir düşünceden başka bir şey olmadığı belli olurdu.

Nesnel ve öznel anlam arasındaki gerilim, rüyaların *her zaman* rüya sahibinin zihnindeki öznel temsillere atıfta bulunduğu düşünlüğünde de kolaylıkla hafifletilebilir.¹ Bu öznel anlamlardan bazıları, gerçek kişi ve durumların zihnindeki nesne temsilleridir. Bu görüşe göre rüyalar yalnızca şeylerin içsel temsillerinde değişime sebep olur ki bu elbette dışsal deneyimi de etkiler çünkü uyanıklık hali egosu, örtülü bir şekilde² bu tür temsillere dayanarak gerçeklik içinde kendi oryantasyonunu belirler.

Ne var ki nesnel ve öznel arasındaki gerilim aslında çok daha engindir. Psikotik olmayan bir durumda bazı rüyaları yalnızca dış gerçeklik açısından değerlendirmek büyük bir tehlike arz etmez; öznel anlamla sınırlı kalmak ise psikolojik açıdan verimli bir gerilimden bizi mahrum bırakacaktır.

Uyanıklık ile rüya görme temel bir karşıtlık içindeki deneyimler değildir. Tamamen nesnel bir ‘gündüz dünyası’ ile taban tabana zıt gizemli bir ‘rüya dünyası’ yoktur. Hem bilinçli uyanıklık halinde hem de rüyalarda yaşanan deneyimler, potansiyel bir birliğin (bireyleşme sürecinin) eşit derecede gizemli bileşenleridir. Rüyalar hızla başlayıp biter ama (daha yavaş da olsa) uyanık yaşamın ‘katı’ gerçekleri de öyle. Bu değişim seyelanının ortasında, yaşamın iniş çıkışlarının izin verdiği ölçü ve biçimlerde kendi

1 Freudyen psikanalitik kuramın devamı olarak, ilişkilerin kişilerarası boyutundan ziyade zihinde oluşan temsillerine odaklanan *nesne ilişkileri kuramını* kastediyor. -ç.n.

2 Yazar yine Polanyi’nin terminolojisini kullanıyor fakat ‘arka planda’ şeklinde de çevrilebileceğini düşünüyorum. -ç.n.

biricik potansiyellerimizi gerçekleştirdiğimiz, Jung'un bireyleşme dediği gizemli bir süreç belirebilir.

Uyanık, 'nesnel' varoluşumuzda, bireyleşme süreci her zaman 'mantıklı' olanı yapma yönünde hareket etmez. Bu, peri masallarında bir tehlikeyle karşı karşıya olan prensesi, yaşça daha büyük ve olgun prensin değil de (hayvanlardan yardım almak gibi) alışılmışın dışında yöntemler kullanan sakar ve beceriksiz küçük kardeşin kurtarmasına benzer. Herhangi bir rüya serisi, rüya göreni nesnel yaşamdaki durumların içine yönlendirebileceği gibi onlardan uzaklaşmaya da teşvik edebilir. Belirli bir kural yoktur. Rüyalar, bireyleşmenin hizmetinde, egoyu sıradan kültürel kimlikler içinde yerleşik hale gelmeye zorlayabilir. Bazen de onu uyanık hayatındaki başarılı adaptasyonundan koparıp daha ince ve hassas anlam ve görevlerle yüzleştirebilir.

Nesnel ile öznel arasındaki gerilimin nihai çözümü, Jung'un, **psişenin gizemli merkezinin tavaf edilmesi** olarak tanımladığı, bilincin ağlarında hissedilen ama asla tanımlanamayan bir duygudur.³ Psikolojik olarak simyadaki arayışa benzeyen bu gizemli

3 "Hedefe giden yol ilk başta kaotik ve nihayetsiz görünür ve ancak yavaş yavaş herhangi bir yere gittiğine dair işaretler artar. Bu yol düz değil, daire şeklindedir; dönüp dolaşıp aynı noktaya geliyormuş gibi görünür. Daha sahîh bilgi onun aslında spiraller halinde ilerlediğini kanıtlamıştır: Rüya motifleri her zaman belirli aralıklarla, özelliği bir merkezi tanımlamak olan belirgin biçimlere geri döner... Bilinçdışı süreçlerin tezahürleri olarak rüyalar, merkez etrafında döner veya merkezi tavaf ederler ve amplifikasyonlar belirginleştikçe ve kapsamları genişledikçe merkeze yaklaşırlar. Sembolik malzemenin çeşitliliği nedeniyle ilk başta herhangi bir düzen algılamak zordur. Rüya sekanslarına hükmeden bir ana ilkenin mevcudiyetinden de emin olmamak gerekir. Fakat söylediğim gibi, daha yakından incelendiğinde gelişim sürecinin döngüsel veya spiral olduğu anlaşılır. (Jung, C. G., *Psychology and Alchemy*, The

süreçte ego izafi hale gelmiştir ama yumuşak veya dayanıksız değildir; olayların gerçekliği kişiyi bunaltmaz; rüyalarındaki imgeler efendi değil, rehberdir. Rüyalar *yol boyunca* problem çözme ve kişilik gelişimi gibi olağan psikoterapötik vazifeler için de kullanılabilir ama nihai olarak hizmet ettikleri ve destekledikleri süreç bireyleşmedir.

Kişisel ve Arketipsel Anlam

Psikolojik bireyleşmeye özgü gerilim, kişisel ve arketipsel olan arasındaki karşıtlık şeklinde de ifade edilebilir. Gündelik hayatın kolektif, dış gerçekliğine fazlasıyla gömülü olanlar için kendi rüyalarında psişenin nesnel derinliklerinden gelen evrensel, arketipsel imgeleri keşfetmek özgürleştirici bir deneyim olabilir. Ancak yoğun ve şizofrenik bir arketipsel imge karmaşasının tesiri altındaki kişiler için istikrarlı bir ego pozisyonuna ulaşmak aynı derecede özgürleştirici bir deneyimdir.

Hem ailevi veya toplumsal ‘gerçeklikleri’ aşırı somutlaştıran nevrotikler hem de arketipsel anlamlar denizinde boğulan şizofrenler için ‘yaşamın kişisel alanı’ cennetten bir köşe olabilir. Kişisel tarih, farklı rolleri eski giysiler gibi astığımız bir çamaşır ipi veya belirli zamanlar ve dışsal olaylardan ibaret görünürdeki tarih değildir; çok daha derin olan kendi anlam ve süreklilik hissimizdir. Hayatın anlamına dair öznel algımızda hiçbir değişim olmaksızın dışsal yaşamımızda büyük değişiklikler gerçekleşebilir. Bunun tersi de mümkündür: Her terapist, dışsal yaşam pürüzsüz ve değişmez

bir şekilde akıp giderken öznel içsel yaşamın yepyeni, taptaze bir anlam kazanarak dönüştüğünü görmüştür.

Uyanıklık hali egosu, eşit derecede tehlikeli iki arketipsel konselasyon arasında var olur. Jungiye psikolojide genellikle, uyanık egonun katılığını **kolektif bilinçdışının** arketipsel mahallinin (nesnel psişenin) dengelediğini düşünürüz fakat **kolektif bilincin** arketipsel kökenleriyle ilgili düşünmeye pek alışık değilizdir. Halbuki egonun hudutlarını çevreleyen her iki dünya da arketipseldir.

Kolektif bilinçdışı (yani bizim anladığımız şekliyle tarih), nesnel psişeden doğan arketipsel içerikleri ifade eden bazı bireyler tarafından şekillendirilir. Pek çok insan bu içerikleri ifade ettiği halde kültürel bir etki yaratmazken, diğerleri kendi kültür ve toplumlarında hazır bir damara dokunur ve farklı ölçülerde değişime neden olurlar. Kültürel teşekküllerin içine işleyen arketipsel imgeler böylece kolektif bilincin zımni ('örtük') mobilyalarına dönüşür. Gelgelelim, arketipsel bir biçim kültürel bir teşekküle katıldığı andan itibaren, o teşekkül kendisini ortaya çıkaran arketipe karşıt bir konuma geçer zira hiçbir biçim olası arketipsel anlamların tümünü kapsayamaz.

Toplumsal düzeyde geçerli olan, bireysel psişe için de geçerlidir. Hayatta hiçbir anne, arketipsel Büyük Ana'nın doğasındaki tüm olasılıkları bünyesinde barındıramaz dolayısıyla zihindeki anne imagosu, anne arketipinin taşıyıcısı olduğu kadar onu kısıtlayan bir unsurdur. Bu (Jung'un Basel Katedrali'ne dışkılayan Tanrı imgelemi de dahil olmak üzere) tüm arketipsel biçimler açısından doğrudur.⁴

4 *Memories, Dreams, Reflections*, s.56 (Türkçesi için bkz. Jung, C. G., *Anılar, Düşler, Düşünceler*, çev: İris Kantemir, İstanbul, Can Yayınları, 2002, s.55-62 -ç.n.)

Bireysel ego (özellikle de dışsal yaşamdaki vazifelerden kaçmak için kullanılıyorsa) kolektif bilinçdışının arketipsel imgelerinin veya kolektif bilinç ve kültür teşekküllerindeki arketipsel biçimlerin arasında yolunu kaybedebilir. Sorun, bu arketipsel mahalleri karşı karşıya getirmeden, birini doğru, diğerini yanlış olarak tanımlamadan ve derin dönüşüm süreçlerinin gerçekleşebileceği tek yer olan kişisel alanı kaybetmeden onları izafileştirebilen kişisel bir bakış açısı bulabilmektir.

Psikolojik açıdan önemli hiçbir şey kişisel alanın dışında gerçekleşmez. Muazzam gürültüler, devasa boyutlarda tarihsel değişim dalgaları olabilir fakat bireysel psişe, istikrarlı organik bir dengeye ulaşmaya çalışan arketipsel biçimlerin yegâne taşıyıcısı (ve nihai olarak) yegâne aktarıcısıdır. Bu nedenle analizde de günlük yaşamda da kişisel alanın muhafaza edilmesi son derece önemlidir.

Analizde, arketipsel mahal gereğinden fazla vurgulandığı zaman kişisel alan zarar görür. Bu durum, analistin aşırı tanrısallaştırıldığı veya şeytanileştirildiği arketipsel düzeyde çarpıtılmış bir aktarımda kendini gösterir. Her iki durumda da insani etkileşim sona erer. Veya analizan analitik süreci değersizleştirerek siyasi bir parti veya dini bir örgüt gibi kültürel olarak sağlamlaşmış bir arketipsel biçime sığınabilir. Analitik etkileşimin dönüştürücü alanı nadir ve çok değerli olduğu için böyle bir gelişme trajiktir. Kimileri için bu alan, gerçek anlamda kişisel bir alan bulabilme yönündeki yegâne umut ışığı ve kendi bireyleşme süreçlerine nevroitik olmayan bilinçli bir şekilde katılabilmek için sahip oldukları yegâne fırsattır.

Özenle ve klinik beceriyle kullanıldığında rüya, kişisel alanı muhafaza etmek ve arketipsel indirgemeciliğin her iki biçiminden de kaçınmak için en uygun ve güvenilir rehberdir.

Kısa Bir Özet

.....

Rüya psişik yaşamın doğal bir parçasıdır. Uyanıklık hali egosunun savunduğu çarpıtılmış gerçeklik kalıplarını telafi ederek bireyleşme sürecine hizmet eder.

Rüya mümkün olduğu kadar görüldüğü şekilde kaydedilmelidir. Uyanık egonun ekleme ve tahriflerinden sakınmak gerekir. Uyanıklık halindeki gerçekliği takriben yineleyen rüyalar bile genellikle sembolik bir nüansa sahiptir.

Bazı rüyalar yalnızca bireyin sınırlarını aşan içeriklerin ışığında anlaşılabilir de rüya motiflerinin amplifikasyonunda, kişisel çağrışımlar kültürel ve arketipsel amplifikasyonlara yeğlenmelidir. Amplifike edilen rüya, sağlam bir şekilde rüyayı gören kişinin yaşamı bağlamına yerleştirilmelidir.

Rüyalar ayırıcı tanı, rahatsızlığın seyri gibi klinik kaygılar ve ilaç tedavisi, analiz saatlerinin sıklığı ve hastaneye yatma gibi ek desteklerle ilgili karar vermede son derece faydalı olabilir. Rüyalar aynı zamanda redüktif ve prospektif¹ analiz biçimlerinin ne zaman vurgulanacağını gösteren bir rehberdir.

1 Bu terimler için bu kitabın 5. Bölümüne bkz. -ç.n.

Bir rüya serisi, belirli bir rüya hakkında yapılan yanlış bir yorumu düzeltebilir. Aynı motif çok ender olarak tekrarlanır; daha ziyade aynı kompleksler etrafında kümelenen birbiriyle ilgili imgeler vardır. Analist ve analizan bir rüya serisindeki imge ve motifleri takip ederek rüyaların destek olmaya ve ilerletmeye çalıştığı bireyleşme süreciyle ilgili daha derin bir kavrayışa erişebilir.

Rüyalar nevrozun tedavisinde özellikle faydalıdır. Nevrotik çatışmalar genellikle hayatta doğru ve gerekli vazifelerden kaçınmanın belirtisidir. Nevrozda rüyalar zaten nevrotik bölünmenin üstesinden gelmeye, egoyu nevrotik ikameler yerine gerçek yaşam süreçleriyle baş etmeye teşvik eder. Nevrozun tedavisindeyse ego, bireyleşmenin temel faaliyetiyle yüzleştirilir. Bu hem güçlü bir egonun gelişmesini hem de egonun Benlik tarafından temsil edilen çok daha tam bir bütünlüğe kıyasla 'kısmi' tabiatının farkına varmasını içerir.

Rüyalar gereğinden fazla kullanılmamalı veya analiz sürecini, açık bir şekilde dikkate ihtiyaç duyan diğer malzemelerden uzaklaştırmasına müsaade edilmemelidir. Hiç rüya yoksa, aktarım-karşı aktarım, geçmişin gözden geçirilmesi, günlük yaşamdaki olaylar, grup terapisindeki olaylar, kum tepsisi projeksiyonları vb. elde olanlarla analiz süreci devam edebilir. Rüyalar sürece hizmet eder ancak bireyleşme sürecinin kendisi değildirler.

Sorumlu bir rüya analizinde nesnel ve öznel anlamlar arasındaki gerilim ile kişisel alan ve bu alanı çevreleyen arketipsel güçler arasındaki daha geniş çaplı gerilim muhafaza edilir.

Rüya, kaynağı kişisel ama müphem, manaya gebe ama belirsiz olan ve uyanık egonun dünyasındaki kaderi bizim elimizde bu-

lunan bir hakikat parçasıdır. Ona saygı ve ilgiyle yaklaştığımızda bize pek çok şekilde hizmet eder. Onu göz ardı ettiğimizde dahi psişenin derinliklerinde simyevi dönüşümler yaratarak, bilinçli yardımımız olsun olmasın, bireyleşme yönünde bizi harekete geçirir.

Rüyalar gizemli varlıklardır. Şefkatli fakat objektif bir arkadaşın gönderdiği mesajlara benzerler. Yazılma biçimleri ve kullandıkları dil kimi zaman zor anlaşılır fakat hiç kuşkusuz esas itibariyle nihai refahımızla ilgilenirler ki bu, bizim hedeflediğimizden çok farklı bir esenlik hali olabilir.

Alçakgönüllülük elzemdir. Hiçbir rüya tam olarak anlaşılamaz. Gelecekteki olay ve rüyalar, mükemmel bir şekilde anlaşılmış gibi görünen bir rüyanın yorumunu değiştirebilir. Bilinç ile bilinçdışı; bireysel ile ben-ötesine dair kavrayışımızın sınırında var olan rüyaların gizemli tabiatını her daim göz önünde bulundurmak gerekir.

Jungiyen Terimler Sözlüğü

(James A. Hall)

• • • • •

Anima (Latin, ‘ruh’). Bir erkeğin kişiliğinin bilinçdışı, dişil yanı.

Rüyalarda, fahişe ve baştan çıkarıcı bir kadından ruhsal rehber (Bilgelik) kadar uzanan kadın imgeleriyle kişileştirilir. Anima eros ilkesidir, dolayısıyla bir erkeğin anima gelişimi, onun kadınlarla olan ilişkisine yansır. Animayla özdeşleşme karamsarlık, efemine bir tutum ve aşırı duyarlılık şeklinde ortaya çıkabilir. Jung, animayı yaşamın arketipi olarak adlandırır.

Animus (Latince, ‘tin’). Bir kadının kişiliğinin bilinçdışı, eril yanı.

Logos prensibini kişileştirir. Animusla özdeşleşme kadının katı, sabit fikirli ve münakaşacı olmasına neden olabilir. Olumlu ifadesiyle, kadının egosu ile bilinçdışındaki kendi yaratıcı kaynakları arasında köprü görevi gören içsel erildir.

Arketyipler. Kendileri tasvir edilemeseler de etkileri bilinçte arketipsel imgeler ve fikirler olarak görünür. Bunlar kolektif bilinçdışından gelen ve dinlerin, mitolojilerin, efsanelerin ve masalların temel içeriğini oluşturan evrensel örüntü veya motiflerdir. Bireylerde rüyalar ve vizyonlar vasıtasıyla ortaya çıkar.

Çağrışım. Bilinçdışı bağlantılar tarafından belirlenen belirli bir fikir etrafında birbiriyle ilişkili düşünce ve imgelerin spontane akışı.

Kompleks. Duyguyla yüklü bir grup fikir veya imge. Her kompleksin 'merkezinde' bir arketip ya da arketipsel imge bulunur.

Konstele Olmak. Bir kişi veya duruma karşı güçlü bir duygusal tepki oluştuğunda, bir kompleks konstele (aktive) olmuş demektir.

Ego. Bilinç alanındaki merkezi kompleks. Güçlü bir ego bilinçdışının aktif hale geçen içerikleriyle (yani diğer komplekslerle) objektif bir ilişki kurmaya muktedirdir.

Hissetme. Dört psişik işlevden biri. İlişki ve durumlara değer atfeden rasyonel bir işlevdir. Hissetmeyi aktif hale geçen bir kompleksin neden olduğu duygudan ayırmak gerekir.

Bireyleşme. Kişinin, güçlü yönleri ve yetersizlikleri de dahil olmak üzere, kendine özgü psikolojik gerçekliğinin bilinçli olarak farkına varması. Psişenin düzenleyici merkezi olarak Benliğin tecrübesine götürür.

Şişinme. Kişinin gerçeğe aykırı derecede yüksek veya düşük (negatif şişinme) bir kimlik duygusuna sahip olduğu durum. Egonun çok fazla bilinçdışı içeriğin etkisi altında ayırt etme yetisini kaybetmesiyle bilincin bilinçdışına doğru gerilemesi.

Sezgi. Dört psişik işlevden biri. Bize şu anın barındırdığı olasılıklardan bahseden irrasyonel fonksiyondur. Duyumsamanın (yani gerçekliği fiziksel duyular aracılığıyla algılayan işlevin) aksine sezginin algılaması bilinçdışı vasıtasıyla gerçekleşir (örneğin kaynağı belli olmayan ani içgörüler).

Mistik katılım. Antropolog Levy Bruhl'dan alınan, kişiler arasında veya kişilerle nesneler arasında güçlü bir bilinçdışı bağın kurulmasıyla sonuçlanan ilkel, psikolojik bağlantıyı ifade eden terim.

Persona (Latince, 'aktör maskesi'). Kişinin sosyal rolü. Kaynağını toplumun beklentilerinden ve erken yaşlardaki eğitimden alır. Güçlü bir ego, dış dünyayla esnek bir persona aracılığıyla ilişki kurar. Belirli bir personayla (doktor, akademisyen, sanatçı vb.) özdeşleşme psikolojik gelişimi engeller.

Yansıtma. Kişinin kendi bilinçdışı bir niteliğini dışarıdaki bir nesne veya kişide algılaması ve buna tepki gösterme süreci. Anima veya animusun gerçek bir kadına veya erkeğe yansıtılması âşık olmak olarak deneyimlenir. Hüsrana uğrayan beklentiler, başkalarıyla onların gerçekliğini göz önünde bulundurarak ilişki kurabilmek için yansıtmaları geri çekme ihtiyacına işaret eder.

Puer aeternus (Latince, 'ebedi gençlik'). Çok uzun bir süre ergen psikolojisinde kalan, (genellikle) anneye (gerçek veya sembolik) bağı bilinçdışı ve çok güçlü olan belirli bir erkek tipini belirtir. Olumlu özellikleri kendiliğindenlik ve değişime açıklıktır. Dişil biçimi babanın-dünyasına bağlı olan 'ebedi kız' 'puella'dır.

Benlik. Bütünlük arketipi ve kişiliğin düzenleyici merkezi. Egoyu aşan benötesi bir güç olarak deneyimlenir (örneğin Tanrı).

Senex (Latince, 'yaşlı adam'). İlerleyen yaşla gelen tutumlarla ilişkilidir. Olumsuz açıdan bu, şüphecilik, katılık ve aşırı muhafazakârlık anlamına gelebilir. Olumlu özellikleri sorumluluk, düzenlilik ve öz disiplindir. Dengeli bir kişilik, puer-senex kutupları arasında uygun olan biçimlerde hareket edebilir.

Gölge. Kişiliğin, bilinçli egonun reddetme veya göz ardı etme eğiliminde olduğu olumlu ya da olumsuz özellik ve tutumlarla karakterize olan bilinçdışı kısmı. Rüyalarda, rüyayı gören kişiyle aynı cinsiyetten insanlarla kişileştirilir. Gölgenin bilinçli olarak özümsemesi genellikle enerjinin artmasına sebep olur.

Sembol. Aslında bilinmeyen bir şeyin mümkün olan en iyi ifadesi. Sembolik düşünme doğrusal değildir, sağ beyin odaklıdır; mantıksal ve doğrusal sol beyin düşüncesini tamamlar.

Aşkın işlev. Çatışma halindeki karşıtları bilinçli bir şekilde ayırıştırabilme, aralarındaki gerilime tahammül edebilme neticesinde bilinçdışının (bir sembol veya yeni bir tutum olarak) ortaya çıkardığı uzlaştırmacı 'üçüncü' seçenek/çözüm.

Aktarım ve karşı aktarım. Analitik veya terapötik bir ilişki içindeki iki kişi arasında ortaya çıkan bilinçdışı, duygusal bağları anlatan özel bir yansıtma biçimini.

Uroboros. Kendi kuyruğunu yiyen efsanevi yılan veya ejderha. Hem kendi kendine yeten, döngüsel bir süreç olarak bireyleşmenin, hem de kişinin kendisiyle narsistik meşguliyetinin bir sembolüdür.

EKLER

İnsan Ruhunun Bir Haritası

Hem okuma ve çalışmaları hem de tüm bireysel deneyimleri sonucunda Jung, insan ruhunun bir haritasını çizdi. Stein'in anlatımıyla bu harita, psişeyi tüm yönleriyle tarif ederken aynı zamanda onun içsel dinamiklerini de açıklamaya çalışır. Fakat bu topografik bir harita olmadığı gibi onu öğrenmek ile psişenin derinliklerini tecrübe etmek de aynı şey değildir. Bu harita olsa olsa bir rehber veya yol göstericidir, psişemizin muayyen içeriklerini belirtmez; bunları kendimizin keşfetmesi gerekir. Dünyayı tecrübe etme biçimimiz dağınıktır, karışıktır; düşünce ve imgelemimizin belirli kutularına rahatça sığmaz. Jung, hem vizyoner ve sezgisel bir düşünce adamı hem de deney ve tecrübeye önem veren bir bilim adamı olduğu için onun çizdiği psişe haritası, hem kendi içinde tutarlı hem de aynı zamanda yalnızca gevşek bir şekilde sistematik ve istikrarlıdır. Psişeyi açıklama çabalarına rağmen Jung, onun nihai gizemine son derece özenli bir saygı gösterir. Teorisi ruhun bir haritası gibi okunabilir fakat bu, rasyonel ifade ve kategorilerde zapt edilemeyecek bir haritadır. Bu nedenle Jung, tutarsız olduğu veya kendisiyle çeliştiği söylenerek eleştirilse de Stein'e göre aslında kendi içinde tutarlıdır ancak bu, kompulsif bir tutarlılık değildir. Tillich veya Hegel gibi hakiki

anlamda sistematik düşünürlerin yüksek derecede sistematik ve organize düşüncelerinin aksine, Jung'un düşüncesinin ufku daimi olarak genişlemeye devam eder. (Stein, M., *Jung's Map of The Soul: An Introduction*, Chicago, Open Court, 2010, s.6-9)

.....

Psişeye Jungiyen Yaklaşım

“İnsan nedir?” gibi bir soru sorulabilir mi? Bu anlamlı bir soru mudur, bir nihayete vardırır mı sahibini, bilinmez.

Fakat insanlık olarak ortak tecrübemizin bizi götürdüğü yerler var.

Carl Jung, bireyi anlamakta kolektif deneyimin önemini vurgulamış önemli bir filozof. Hall, bu eserinde klinik deneyimin yanı sıra entelektüel bir doyuruculukla Jungiyen rüya analizinin kılcal damarlarına dokunduruyor bizi. Ne var ki oldukça teknik sayılabilecek bu metin şemalarla düşünen zihinlerde minik de olsa bir boşluk bırakıyor.

İşte bu nedenle gerek okurlarımızın gerekse kitabın özgün versiyonunun affına sığınarak bazı şemalarla bu eki oluşturmayı önerdim yayınevine.

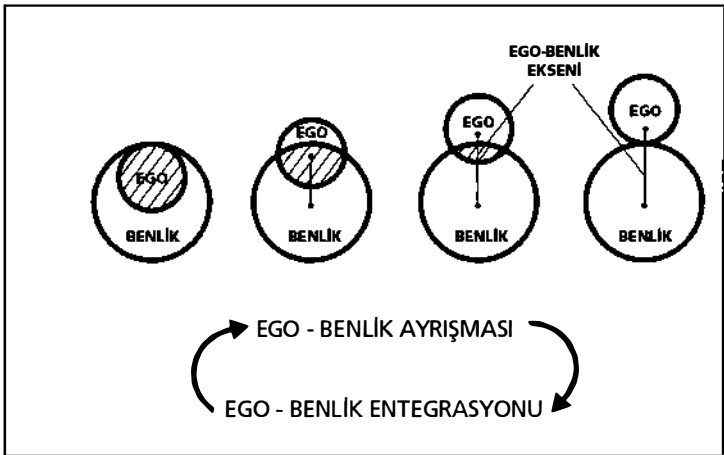
Çevirmenimiz Özgür'ün de desteği ile zenginleşen bu bölümün öyküsü kısaca böyle.

“Psişe nedir ve nasıl çalışır?” sorusu belki biraz daha görünür kılar belirsizliği. 1900'lerin başlarında pozitif bilimlerden biri

olma yolunda hızla ilerleyen psikoloji başta yapısal ve fonksiyonel olmak üzere çeşitli perspektiflerden ele alınan modellere yaslanmaktadır. Jung, çeşitli fizik ve kimya yasalarına atıfla kuramını güçlendirmek istemiş, psişedeki dinamizmi kavrayışımızı zenginleştirecek bir teori geliştirmiştir. Jung'ta öne çıkan özelliklerden biri kutupluluktur. Jung, zıtlıklardan meydana gelen çekim ve gerilime, akabinde bu zıtlıkların birleşiminden doğan enerjiye dikkat çekmiş ve bunu libido tanımını ile ilişkilendirmiştir.

Bu bağlamda Jung'un psişe modelinde dikkatimizi çeken unsurları ve kuramında öne çıkan kavramlardan "bireyleşme" sürecini anlamamızı kolaylaştırabilecek şemalara göz atabiliriz. Öncelikle Edinger'ın *Anatomy of the Psyche* adlı eserinden ego-benlik eksenini ve ego benlik ilişkisine değinelim. Bu şemada hayali bir eksen üzerinden egonun bilinçlenme süreci ve benlik arketipi gösterilmektedir.

Başlangıçta - erken dönemlerde - ego henüz kendisini kendisinden ibaret algılamaktadır. Zaman içerisinde ayrışma başlar; bu ayrışmayı gelişimsel süreçler, çeşitli yaşam deneyimleri, olağan büyüme atakları tetikler. Egonun benlik arketipi ile etkileşime geçmesiyle bireyleşme süreci yani bir tür yeniden doğum söz konusu olur. Kişi, bu süreci sağlıklı tamamlayabilirse ego ve benlik entegrasyonunun gerçekleşeceği varsayılır. Yani ego bilinci benlik arketipi ile senkronize bir seviyeye gelebilir.

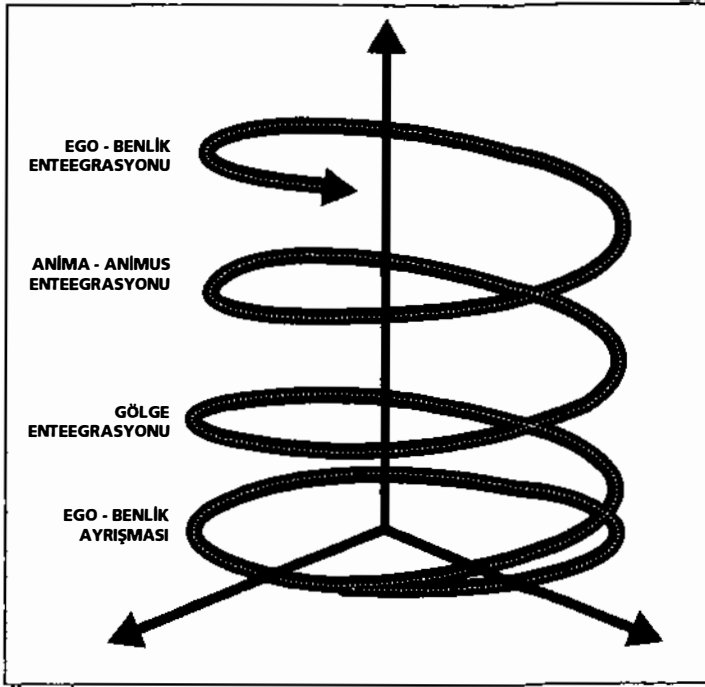


Şekil 1 - Ego - Benlik Eksenİ

Şekil - 1 ve 2’de varsayımsal çizgilerle aktarmaya çalıştığımız bu sürecin keskin sınırlarla gerçekleşmesi söz konusu değildir. Atomaltı fiziğindeki gibi olasılık yoğunluğu olarak görebileceğimiz bu evrelerin her biri kendi içinde geçirgendir, eşzamanlı gerçekleşebilir.

Bireyleşme yolculuğuna odaklanan birçok eser mevcuttur. Joseph Campbell’ın ünlü eseri *Kahramanın Sonsuz Yolculuğu* ve Maureen Murdock tarafından kaleme alınmış olan *Kadın Kahramanın Yolculuğu* bireyleşmenin aşamalarını detaylandırmıştır. Ayrıca Prof. Dr. Bilgin Saydam’ın lokal arketipik unsurlarla zenginleştirerek yaptığı alternatif bir okuma için *Deli Dumrul’un Bilinci* ve Jungiyen Analist Gary Bruno Schmid’in dilimize *İkilibirlik* olarak çevrilen - uroborik döngüyü sufizm penceresinden analiz ettiği- eserine göz atılabilir.

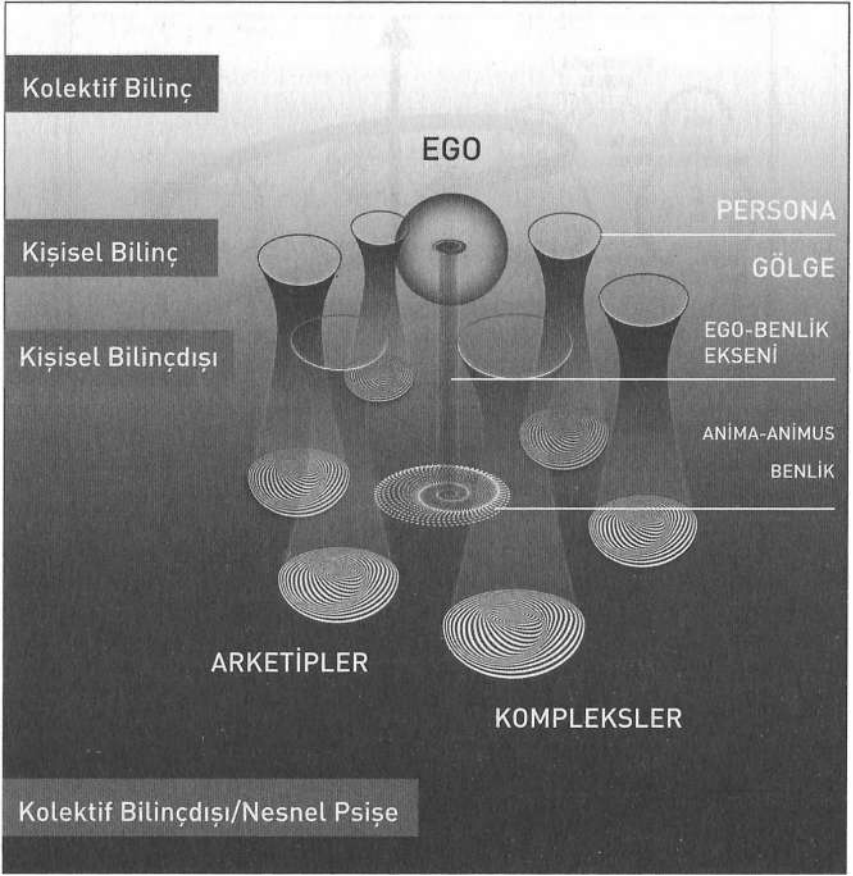
Bireyleşme sürecinde karşılaştığımız ve ego-benlik ekseninde de gördüğümüz üzere Jung’un psişe modelindeki en önemli bileşenlerden biri arketipler ve arketiplerin yer aldığı kolektif bilinçdışıdır.



Şekil 2 - Bireyleşme

Jung bu kavramla öznenin deneyiminin sınırlarını insanlığın ortak kültürel mirasına değin zenginleştirir ve psikolojinin en temel başlıklarından anne, baba, çocuk, kadın, erkek ilişkisine dair dinamiklere aşkın bir yorum katar.

Arketipleri kar kristalleri gibi anlatır Jung. Bir tür örüntüdür ve bireysel deneyimle dolar, spesifikleşir. Bazen arketip ve kompleksler ego bilincini tümüyle ele geçirir. Dinamik bir yapıya sahip olan Jungiye psişe modelinin anlaşılır kılınabilmesi için ressam dostum Sedef Antay ile uzun mesailer sonrasında geliştirdiğimiz görselleştirmede ego, persona, gölge, anima ve animusun konumlanma ve ilişkilene biçimlerini ortaya koymaya çalıştık.



Şekil 3 - Psişe Modeli

Türkçe yazında Jungiyen yaklaşımla ve bu yaklaşımdan esinle tasarlanmış -psişenin yapısına ve işleyişine dair çeşitli görsellerin de yer aldığı bazı kaynakları aşağıda paylaştık.

Keyifli ve berrak bir okuma deneyimi sunma dileğiyle.

Uzman Klinik Psikolog Berin Orhan

İstanbul, 2023

Campbell, Joseph (2023). *Kahramanın Sonsuz Yolculuğu*. (Çeviri: Sabri Gürses) İstanbul: İthaki Yayınevi.

Hall, Calvin & Nordby, Vernon, (2019). *Jung Psikolojisinin Ana Çizgileri*. (Çeviri: Ender Gürol) İstanbul: Cem Yayınevi.

Saydam, Bilgin (2009). *Deli Dumrul'un Bilinci*. İstanbul: Metis Yayınevi.

Jacobi, Jalonde (2002) *C. G. Jung Psikolojisi*. (Çeviri: Mehmet Arap) İlhan Yayınevi.

Jung, Carl Gustav (2009). *Eşzamanlılık; Nedensellik Dışı Bağlayıcı Bir İlke*. (Çeviri: Levent Özsar) İstanbul: Biblos Yayınevi.

Jung, Carl Gustav (1996). *Analitik Psikolojinin Temel İlkeleri*. (Çeviri: Kamuran Şipal) Cem Yayınevi.

Jung, Carl Gustav (2015). *Rüyalar*. (Çeviri: Aylin Kayapalı) İstanbul: Pinhan Yayınları.

Jung, Carl Gustav (2022). *Bilinç ve Bilinçdışı*. (Çeviri: Adem Beyaz-Canberk Şeref) İstanbul: Pinhan Yayınları.

Murdock, Maureen (2022). *Kadın Kahramanın Yolculuğu*. (Çeviri: Ayşe Deniz Yurdakul) İstanbul: Beyaz Baykuş.

Schmid, Gary Bruno (2008) *İkililik*. (Çeviri: Mehmet Arap) İstanbul: Agarta Yayınları.

Bazı İyileşme Sembolleri:

1) Çocuk ve Çocukluk

Analizde rüyalar ve çağrışımlar takip edildiğinde, hızla ve kaçınılmaz olarak çocukluk imgelerine ve anılarına ulaşılır... Çocukluğa, yeniden çocuk olmaya, çocukluktaki önemli yerlere geri dönmeye, küçük çocuk ve bebeklere bakmaya dair rüyalar, analizin ruha ulaştığının göstergeleridir. Bu şekilde çocukluğa ‘yeniden giriş’, analizde öngörüp güvendiğimiz iyileşme süreci için gereklidir.

Bu içsel çocuğun konstelasyonu, modern yetişkinlerin psişesindeki temel bölünmenin iyileşmesi açısından da önem taşır. Bu, bilinç ile bilinçdışı, gerçeklik ile hayal gücü arasındaki bölünmedir. İçimizdeki sağlıklı çocuk bu unsurlar arasındaki bölünmenin henüz var olmadığı ‘bütünlüklü’ bir semboller dünyasında yaşama kabiliyetimizdir. İster ‘geçiş alanı’ (Winnicott, 1971), ister ‘eşiklilik’ (Turner, 1967), ister ‘aşkın işlevin faaliyeti’ (Jung, 1916), ister ‘imajinal’ (Hillman, 1983), isterse ‘güvenli sembolize etme alanı’ (Goodheart, 1980) olarak adlandırılсын bu, motamot gerçeklik ile imajinal olanın birleşip birbirine karışabildiği ve bu yolla aralarında ego gelişimi sürecinde meydana gelen bölünmenin askıya alınabildiği bir bilinç halidir. İçsel ile dışsal, gerçek ve imajinal, ego ve bilinçdışı arasındaki uçurumu kapatmak sembolün işlevidir; bu iyileştirici sembolün konstelasyonunun ise Jungiye tedavi-nin nihai hedefi olduğu kabul edilir. Jung aşkın işlevin karşıtları uzlaştırdığını, tavır ve tutumlarda değişikliğe yol açtığını söyler. Bu işlevin faaliyeti oyun oynayan çocuk ile temsil edilir.

Dolayısıyla, rüyalarda çocukluk imgelerinin belirmesi iyileşme işlevinin faaliyette olduğunun bir göstergesidir. Çocuk kaybindan, çocuğa zarardan, çocuğa tehditten, çocuğun ihmalinden bahseden rüyalar, bu iyileşme işlevinin karşılaşılabileceği potansiyel tehlikelere işaret eder. Jung'un kendisi de orta yaşlarda iyileşmek için çocukluğa ve çocukluk oyunlarına geri dönmüştür. Bu meşguliyeti sayesinde hayal gücü açığa çıkabilmiş, aşkın işlevi keşfedebilmiş ve onun uzlaştırmacı sembolleri açığa çıkarmasına müsaade edebilmiştir. (Stein, M., *Dreams in Analysis*. Ed. Schwartz-Salant, N. & Stein, M., Asheville, Chiron Publications, 2018, s.32)

.....

2) Köprü ve Aşkın İşlev

Erken dönemlerde köprüler numinoz bir etki taşırdı çünkü sadece onlar vasıtasıyla büyük nehirlerin karşı yakalarına geçebilir, onlar vasıtasıyla uzak diyarlara erişebilirdiniz. Pek çok ülkede yeterli sayıda vapur veya tekne yoktu. Diğer taraftan çok büyük bir tehlike de teşkil ederlerdi çünkü düşmanlar onların üzerinden geçerek ülkenizi işgal edebilirdi. Savaşlar tarihine bakacak olursanız, köprülerde her zaman çok büyük muharebelerin gerçekleştiğini görürsünüz... Askeri planlamalarda nerelerde şamandıra ve gemileri kullanarak hızlı bir şekilde bir köprü yapılabileceğini, nerelere yapılamayacağını bilmeniz hâlâ önemlidir.

Köprüler şeytanın bize saldırabileceği ama aynı zamanda kendi karşı yakamıza geçebileceğimiz yerlerdir. Köprüde iyi ve kötü güçler yoğunlaşır. Bu nedenle pek çok Katolik ülkede köprülerde haç işaretleri veya 'köprülerin koruyucusu Aziz Nepomuk'un

heykelleri bulunur. Bazen gazetelerde evlerine dönerken köprüden düşüp boğulan sarhoşlarla ilgili haberler okuruz; sendeleyerek evinize yürürken köprü üzerinde bir şey sizi ele geçirir, başınız dönmeye başlar. Köprüler bazı insanlarda intihar fantezilerini harekete geçirir. Oralarda kötülüğün hücumundan sakınmak için özel bir korumaya ihtiyaç duyarsınız.

Fakat köprüler aynı zamanda bize yeni boyutlar gösterir, bilinçdışıyla bağlantı kurmamızı sağlarlar. Antik Roma'da baş rahibin unvanı 'Pontifex' yani 'köprü kurucuydu'. Daha sonra Katolik Kilisesi onun yerini aldı. Günümüzde Papa, 'Pontifex Maximus' yani 'en yüksek köprü kurucudur'. Onun insanlık ile Tanrı veya Ahiret arasında bir köprü kurduğu düşünülür. Dolayısıyla kendimize şunu sormamız gerekir: Psikolojik açıdan, bilinç ile bilinçdışı arasında ilişki kuran şey nedir? Bu iki âlemi birbirine ne bağlar?

Cevap, Jung'un aşkın işlev dediği, bilinçdışının sembol üreten veçhesidir. Köprünün kendisi aşkın işlev değildir zira aşkın işlev doğal bir olguyken köprü insan eliyle yapılmıştır. Bilinçdışının güçleriyle bilinç arasında aracılık yapan dini bir kurumla ilişkiniz yoksa aşkın işlevi rüya sembollerinizde gözlemleyebiliriz. Bilinçdışı, kendisi ile bilinç arasında bir köprü oluşturacak dini semboller üretir. Bir anlamda her sembol bir köprüdür çünkü her sembolün bir ayağı bilinçdışında, bir ayağı da bilinçtedir; her sembol bir çehresiyle bilinçdışında, diğeriyle bilinç dahilindedir. Bilinçdışının kurduğu köprü mükemmeldir --ve doğaldır. Maddi köprü ise insan yapımıdır ve çok büyük zorluklarla elde edilen bir kazanımdır.

Bütün köprüler ya azizler ya da şeytan tarafından inşa edilmiş gibidir; etraflarını nasıl meydana geldiklerine dair efsaneler kuşatır. Pek çok ülkede köprüler üzerinde danslı, içkili, eğlenceli

festivaller düzenlenir. Ne zaman bir köprü inşa edilse, insan bilinci ‘aşkın işlevle’ yani karşıtlar arasında köprü kuran gizemli yaşam süreciyle yüz yüze gelir. Eski Roma’da köprüyü, diğer bir deyişle Romalıların aşağıdaki ve yukarıdaki tanrılarla ilişkisini inşa eden ve koruyan Pontifex’ti. Katolik Kilisesi de başlangıçta kolektif bilinçdışının ürettiği sembollerini kapsayan insan yapımı bir köprüydü; kolektif bilincin öte tarafla iletişim kurabileceği kurumsallaşmış bir köprüydü. Fakat paralel örneklerden de görebileceğimiz gibi köprü diğer yönden bu tarafa; yeraltından bilince doğru da kurulabilir. **(Von Franz, M. L., *Archetypal Patterns in Fairy Tales*, Toronto, Inner City Books, 1997, s.179-180)**

Jung, köprü kuran ve birleştiren tüm sembollerin kurtarıcı, özgürleştirici bir anlamı olduğundan bahseder:

“Terk edilme, dış etkilere maruz kalma, tehlike gibi deneyimler, çocuğun... gizemli ve mucizevi doğumuna has ayrıntılardır fakat bu aynı ifade, yepyeni bir amaç taşıyan henüz bilmediğimiz yaratıcı psişik bir deneyimi de tanımlar. Kişinin psikolojisinde böyle anlarda her zaman, en azından bilinç açısından, hiçbir çıkış yolunun görülemediği acı verici bir çatışma mevcuttur zira ‘tertium non datur’ (Latineden yorumla: Çatışma halindeki iki unsur dışında üçüncü bir olasılık sunulmaz -ç.n.) Fakat karşıtların bu çatışmasından bilinçdışı psişe her zaman bilincin hiç ummadığı ve anlamadığı irrasyonel üçüncü bir şey yaratır. Bu şey ne net bir ‘evet’ ne de net bir ‘hayır’ olarak kendini ortaya koymaz ve neticede her iki seçenek tarafından da reddedilir. Zira bilinçli zihin karşıtlıklar dışında bir şey tanımaz; bu nedenle onları birleştiren şeyden de bihaberdir. Fakat karşıtların birliği vasıtasıyla çatışmanın çözüme kavuşması öylesine hayati bir önem taşır ve bilinçli zihin bu çözümü öylesine derinden arzular ki bu yaratıcı faaliye-

tin önemi kısmen de olsa anlaşılır... Bu nedenle tüm birleştirici sembollerin kurtarıcı (veya özgürleştirici -ç.n.) bir anlamı vardır. (Jung, C. G., *The Archetypes and the Collective Unconscious*, CW 9- Part 1-, London, Routledge, 1990, par.285)

.....

Bazı Simyevi İşlemler ve Psikolojik Önemleri

Aşağıdaki çeviri/özet metinleri, dilimizde Jungiye psikoloji ve simya ile ilgili neredeyse hiç çeviri olmadığını bildiğim için bu kitabın nispeten kısa olan simya ile ilgili bölümüne Edward F. Edinger'in *Alchemical Symbolism in Psychotherapy* adlı eserini temel alarak ve Jung'un *Mysterium Coniunctionis* ve *Psychology and Alchemy*, Marie-Louise von Franz'ın *Alchemy: An Introduction to the Symbolism and the Psychotherapy* ve *Alchemical Active Imagination* ve yine Edinger'in *The Mysterium Lectures: A Journey Through C. G. Jung's Mysterium Coniunctionis* başlıklı eserlerini ve kaynakçada detaylarını bulabileceğiniz diğer birkaç kitabı yardımcı kaynak olarak kullanarak hazırladım. Kısmen basitleştirerek aktardığım bu bilgileri paylaşmadan önce, Marie-Louise von Franz'ın Jung'un simya çalışmalarına dair şu sözlerini buradan hatırlatmak isterim:

“Jung'un *Psychology and Alchemy* (Psikoloji ve Simya) veya *Mysterium Coniunctionis* (Kavuşumun Esrarı) kitaplarının okunması zor metinler olduğundan şikâyet edenler aslında çok nankörler. Onun bu çalışmaları kazıp çıkardığı kaynak literatürü; yazdığı kitaplarda bulacağınız altını elde ettiği gübre yığınına görmelisiniz bir de. Azıcık psikolojik anlam taşıyan bir cümleye rastlamak için

sayfalar dolusu ıvır zıvır okumak zorundasınız. Yapabileceğiniz tek şey olabildiğince metni önünüze alıp çalışmak!

Diyelim ki bir metinde ‘theion’dan bahsediliyor; kastedilen sülfür mü, Kutsal varlık mı, başka bir şey mi anlamanız imkânsızdır. O vakit yapılacak en iyi şey ‘theion’ üzerine bulabildiğiniz tüm eserleri okuyup bir liste hazırlamaktır. Böylece onun takriben ne anlama geldiğine dair bir fikir edinirsiniz. Jung işte bunu yaptı. Dünyadaki en mükemmel koleksiyonu oluşturdu. O bu konu ile ilgilenmeye başladığı dönemde muhteşem simya eserlerini hâlâ ucuza alabiliyordunuz. Jung’la birlikte simya kitapları koleksiyonu yapmak moda oldu.

Jung bu kitapları bir araya getirerek ‘sülfür’, ‘arsenik’ vs. diye notlar aldı ve tüm simya literatüründen referanslar toplayarak sinoptik bir kayıt oluşturdu. Latince kısaltmalar kullanarak, küçücük el yazısıyla yazdığı bu notları karşılaştırmayı mümkün kılan bir şekilde biraya getirdi... Yaptığı şey “Bir kitap diğerini açar. Çok kitap oku ve onları karşılaştırarak anlatılmak isteneni anla” diyen kadim yazarlar tarafından kullanılan bir yöntemdi.” (Von Franz, M. L., *Alchemical Active Imagination*, London, Shambala, 1997, s.21) -ç.n.

1) Calcinatio Ateşle Arınma

‘Solutio’nun ilk aşama olduğunu söyleyenler olsa da simyevi işlemlerle ilgili listelerin çoğu ‘calcinatio’ ile başlar. Bununla birlikte, işlemlerin sıralaması psikolojik açıdan pek bir önem arz etmez; herhangi bir işlem diğerini tetikleyebilir...

Diğer pek çok simyevi imge gibi ‘calcinatio’ da bir yönüyle kimyasal bir prosedüre dayanır: Katı madde bünyesindeki su ve

buharlaşabilecek diğer tüm içeriklerden arındırılmak üzere, geriye sadece ince bir toz/kül kalana kadar yüksek ısıya tabi tutulur... ‘Calcinatio’ nun ateşi arındırıcı, beyazlatıcı bir ateştir: Siyah maddeye, ‘nigredo’ya etkide bulunarak onu beyaza dönüştürür.

Ateş her yerde Tanrı ile ilişkilendirilir. Dolayısıyla egoyu aşan arketipsel enerjileri temsil eder ve numinoz bir etki olarak hissedilir. Ego, ateşi, Tanrı’nın tezahürü veya ‘kutsal ilham’ olarak tecrübe eder. Psikolojik açıdan ateşle arınma, çok yoğun duygularla sınanmayı ve buna tahammül edebilme kapasitesini anlatır. Ego bu zor duruma katlanabilirse, çektiği çilenin ve geçtiği sınavın güçlendirici bir etkisi olur.

İnsanlığın erken dönemlerinde, tanrılara adak adamanın başlıca yolu kurbanı ateşte yakmaktır. Ateş insan ile Kutsal arasındaki bağ olarak görülüyor, yakılarak adanan şey kutsallaşmış kabul ediliyordu.

Bazı mitler de ateşten ‘ölümsüzlük’ fikri ile bağlantılı olarak bahseder. Örneğin Demeter, Persaphone kaçırıldıktan sonra acılar içinde gezerken kendisine yardımcı olan Eleusis kral ve kraliçesinin iyiliklerine karşılık olarak oğullarını ateş içinde tutarak ölümsüzleştirmeyi planlar. Ölümsüzlük arketiplere has bir özelliktir. Öyleyse, ateş içinde arınmanın psikolojik anlamı, ego ile arketipsel psişe arasında bağ kurulması ve egonun benötesi, sonsuz ve ölümsüz veçhesinin farkına varmasıdır.

‘Calcinatio’ en basit anlamıyla bir ‘kuruma’ sürecidir. Edinger, psikoterapinin önemli bir kısmının da suya doymuş bilinçdışı komplekslerin kurutulması olduğunu söyler. Bu işlem için gerekli olan ateş veya duygusal yoğunluk kompleksin kendisinde mevcuttur ve analizan kompleksi başka bir kişiyle paylaşarak bilince getirmeye yeltendiği andan itibaren aktif hale gelir. Utanç,

suçluluk duygusu veya kaygı nedeni olan tüm düşünce, eylem ve hatıraların bütünüyle ifade edilmesi gerekir. Bu şekilde öz-gürleştirilen duygu, kompleksi kurutabilecek ve onu bilinçdışı kirlenmeden arındırabilecek ateş haline gelir.

Simya metinlerinde ‘calcinatio’ nun ateşi, eski şeyleri yakar, arındırıp beyazlatır. Bu süreçte ego artık enerjiiyi, lisanı, ilişkileri eski biçimleriyle yaşama, tecrübe etme kapasitesi elinden alınmış gibi hissedebilir. Mücadele ve ıstırapla yanan bu değerli, içsel, psişik ateş, Wikman’ın söylediği gibi, kendi içsel karanlığımıza yönelttiğimiz dikkatin körüklediği bir dönüşüm ateşidir.

2) Solutio

‘Çöz ve Pıhtılaştır’

‘Solutio’ işlemi simyanın en önemli prosedürlerinden biridir. Bir simya metni, ‘solutio’ simyanın kökenidir der. Diğer bir metin, her şey suya dönüştürülene kadar hiçbir işlem yapılmaması gerektiğini söyler. Pek çok yerde simyevi eserin tamamı ‘çöz ve pıhtılaştır’ sözleriyle özetlenir. Solutio su elementiyle ilgilidir; katı bir maddeyi sıvı hale getirir. Simyacı açısından ‘solutio’ genellikle, maddenin farklılaşmadan önceki haline dönmesi demektir. Su rahim olarak, solutio ise rahme dönüş olarak tahayyül edilmiştir.

Simyacılar göre, hiçbir madde ilk biçimine indirgenmeden dönüştürülemez. Aynı şey psikoterapi için de geçerlidir. Kişiliğin katı ve statik yönleri değişime müsaade etmez. Doğru veya haklı olduklarından son derece emindirler. Dönüşümün gerçekleşmesi için bu yönlerin önce çözülmeleri sonra prima materia’ya¹ indirgenmeleri gerekir.

1 Bkz. 124. dipnot. -ç.n.

Jung, *Rosarium philosophorum* üzerine çalışmasında (CW 16), su vasıtasıyla ruhun ölümünü derinlemesine incelemiştir. Burada Heraclitus'un "Suya dönüşmek ruhlar için ölümdür" sözünü hatırlar. Simyacıların, her şey su haline gelene kadar hiçbir işlem yapılmayacağını söylediklerini hatırlarsak, demek ki Hillman'ın söylediği gibi simyevi opus ölmekle başlar. Bir rüya imgesi 'nemlendiğinde', 'solutio'ya girer ve daha psişik bir hale gelir; ruha dönüşür. Zira su, düşlemin, aks halindeki imgelerin ve onların kesintisiz, kavranamaz akışını temsil eden bir unsurdur. Hillman'a göre rüyalarda ıslanmak, ruhun kendi ölümünden aldığı hazzı; motamot gerçeklik kaygılarından uzaklaşarak çözülmekten aldığı hazzı delalet eder. Suya girmek, bir şeylere kaygıyla ve sıkıca sarılışlarımızı rahatlatır, takılıp kaldığımız, sıkıştığımız yerlerden vazgeçmemizi sağlar.²

Bir simya metni olan *Splendor Solis* şöyle der: "Doğa kanunları, bedenin suya, hızlı-gümüşe (cıva/merkür) dönüşmesini gerektirir." Jeffery Raff'ın anlatımıyla herhangi bir katı maddenin merkürle birleşmesi, sabit ve değişmez hale gelmiş bir konu üzerine 'aktif imgelem' uygulamaktır: Katı bir madde, belirli bir biçim almış sert bir tutumu veya fikri resmeder. Örneğin ego, hayatın anlamının para kazanmak olduğuna inanabilir. Bundan son derece emindir ve ona göre hareket eder. Para kazanmak dışında pek az şey onu motive eder. Burada, egonun paraya ilişkin tutu-

2 Hillman, su ve çözülmekte olan egoya dair şunları söyler: Suya girmek; su ile inisiyasyon genellikle yeni ve tazeleyici bir likidite/akışkanlık sağladığından, rüya yorumcuları suyu, duygularla özdeşleştirmiştir fakat tıpkı su gibi hareket de doğal ve kişisel olmayan bir mizaca sahiptir. Ve rüyalara dikkatle bakarsak görürüz ki duygu, genellikle, serin, sakin ve kabul eden bir yapıya sahip olan suda değil, çözülmekte olan kuru-egodadır. (Hillman, J., *The Dream and the Underworld*, New York, Harper Perennial, 1979)

mu ‘katı maddedir’. Bu haliyle dönüştürülemez; ancak merküre (hayal âlemine/imgesel âleme) eklenirse dönüştürülebilir. Ego, tutumunun yanlış olduğunu kabul eder ve içsel bir figüre hayatın anlamı nedir diye sorarsa, katı madde sıvı merküre dönüşmüş olur. Bu şekilde ‘yumuşatılan’ bir tutumun, Benliğin bakış açısını dikkate alacak şekilde değiştirilebilmesi mümkündür. Bazı simyacılar göre, merkürde çözülen bir cisim fiziksel olmaktan çıkıp tinleşir. Psikolojik açıdan bu, bir tutumun içsel bir figür olarak kişileştirildiğini ve kendisiyle ilişki kurulabilecek bir biçim aldığını gösterir. Örneğin, hayatın sadece maddi kazançtan ibaret olduğu inancı, ‘açgözlü bir iş adamı’ olarak kişileştirilebilir. Bu sayede, egonun onula bir ilişki kurarak, etkileşime girerek bir değişim gerçekleştirebilmesi mümkün olur.

Edinger’in aktardığı bir başka simya metninde ‘Sol’ (Güneş) ve ‘Luna’nın (Ay) ‘cana yakın’ cıvada (Merkür) çözülmesi önerilir. Burada da psikolojik bir içerik kimyasal bir sürece yansıtılmıştır. Sol ve Luna, sürecin başlangıcında kişilikteki eril ve dişi ilkeleri temsil ederler. Diğer bir deyişle, bilinçli ego tutumu ‘Sol’; anima ise ‘Luna’dır. Bu ikisi ana rahmiyle özdeşleştirilen ve ‘prima materia’ya tekabül eden ‘arkadaş canlısı’ bir sıvıda yani cıvada çözülür... Burada bize bilinçdışına ‘inişin’³ bir resmi çizilir.

Bahsi geçen simya metni bu prosedürü ‘cana yakın’ bir ortamda gerçekleşen hoş bir süreç olarak tanımlar. Fakat ‘solutio’yu çok daha olumsuz bir dille anlatan simya metinleri vardır. Bunlardan birinin ‘solutio’ tarifi özetle şöyledir:

3 İniş; Nekyia; Katabasis: Bilinçli zihnin bilinçdışı psişenin daha derin katmanlarına ulaşmak için içe dönmesi. Jung’a göre Nekyia, amaçsız ve yıkıcı bir uçurumdan düşüş değil, amacı bütün insanın sağaltılması olan anlamlı bir ‘katabasis’ yani iniştir. (CW 15 139-40 Par.213) -ç.n.

“Kocularını öldüren kadının pek çok silahı var ve zehirle dolu. O ejderha için bir mezar kazın ve onu bu kadının bedenine sıkıca bağlayarak gömün. O her kıvrılıp kurtulmaya çalıştığında kadının bedenindeki bıçaklar onu daha da küçük parçalara ayırsın. Kadının kaburgalarıyla iç içe geçtiğini gördüğü zaman öldüğünden emin olacak ve tamamen kana dönüşecektir”.

Bu tüyler ürpertici imge yeterli derecede gelişmiş bir egonun ‘solutio’yu nasıl deneyimlediğini anlatır. Gelişmemiş bir ego regresif bir sürece memnuniyetle teslim olur. Ego gelişiminin daha ileriki aşamalarında ‘solutio’ ihtimali muazzam bir kaygı nedenidir çünkü büyük zorluklarla elde edilen ego özerkliği tehlike altındadır. Keyifli bir ‘solutio’ çok tehlikelidir, Neumann’ın ‘uroborik⁴ enstest’ kavramına tekabül eder. Bu anneyle birleşmedir ve diğer enstest biçimlerinden keskin bir çizgiyle ayrılır. Uroborik ensteste haz ve sevgi önemsizdir. Söz konusu olan daha ziyade, derin bir çözülme ve özümseme arzusudur. Kişi pasif bir şekilde bütünün içine çekilmesine müsaade eder. Büyük Ana küçük çocuğu kendi içine geri alır. Azizin ‘unio mystica’sından⁵ sarhoşun bilinçdışı kalma arzusuna kadar uzanan nostalji ve özlemle karışık derin arzuların çoğu hâlâ anneye yakın olan ve henüz kendi ayakları üzerinde duramayan çocuksu egonun uroborik ensteste geri dönüşünü simgeler.

‘Solutio’ genellikle bir krala uygulanır: Bedenin su toplaması ve içsel bir boğulmadan bahseden bir simya metni şöyle der:

“Susayan kral, ‘kalbime yakın olan ve beni her şeyden çok seven suyu istiyorum,’ der. Hizmetçiler suyu getirir ve kral o kadar çok içer ki tüm uzuvları suyla dolar, bütün damarları şişer ve rengi değişir. Kral, terleyerek vücudundaki sudan kurtulabileceği

4 Uroboros (kuyruğunu yiyen yılan) gibi olan. -ç.n.

5 Mistik veya mutasavvıfın ruhunun Tanrı’yla birleşmesi. -ç.n.

ısıtılmış bir odaya götürülmesini ister ve götürürler fakat bir süre sonra kapıyı açtıklarında kralı yerde ölü bulurlar.”

Jung'un da bahsettiği gibi kral egoya bir atıftır. Burada kral kendi aşırılığında boğulur yani 'solutio'nun sebebi ve vasıtası ego şişkinliğidir. Şişmiş ego kendi aşırılığında çözülür. Çözülmesi daha gerçekçi bir tabana dayanan bir yeniden doğuşa götürebilir.

Egodan daha büyük ve geniş kapsamlı olan her şey ego için bir çözülme tehdididir. İçsel olarak bilinçdışı, Benlik veya psişenin tamamı olma vasfıyla egoyu çözebilir. Dışsal olarak, bizden daha geniş bir bilince sahip olan birisi 'solutio'ya yol açabilir. Örneğin Jung'un fikirleriyle yeni tanışıp onlardan son derece etkilenen bir adam rüyasında Zürih Gölü'ne düştüğünü görmüştü. Bir grup, okul veya parti de çözülme vasıtası olabilir.

3) Coagulatio

Tinin Bedene Dönüşümü

Bu işlemin elementi topraktır. 'Coagulatio' simya laboratuvarında, bir şeyi toprağa dönüştüren işlemdir. Soğutmak bir sıvıyı katılaştırabilir. Eritici bir sıvıda çözülmüş olan katı bir madde, eritici madde buharlaşınca yeniden görünür hale gelebilir. Toprak ağırdır, kalıcıdır, belli bir şekle sahiptir. Ne buharlaşarak havaya karışır ne de su gibi kabın şeklini alır. Biçimi ve konumu sabittir. Buradan yola çıkarak psişik bir içeriğin toprak haline gelmesi, belirli bir konum ve biçimde somutlaşması yani bir egoya bağlanması demektir. Raff, bu işleme 'tinin bedene dönüştüğü yaratıcı süreç' der.

Greene, toprak elementinin, bilinçli olarak faaliyet gösterdiğimiz maddi düzlemle ilgisi nedeniyle çaba ve hatalarımızın somut sonuçlar verdiği ve somut araçlar gerektirdiği yaşam alanları-

la ilgili olduğundan bahseder. Bu element, bir açıdan Jungiye tipolojinin duyumsama işleviyle de alakalı görülebilir. Bu işlev sayesinde bireyin gerçeklik algısı, beş duyusu aracılığıyla ve somut veya rasyonel aklını kullanarak deneyimlediği şeylere dayanır.

‘Coagulatio’ genellikle ‘yaratma’ ile ilişkilendirilir. *Turba Pholosophorum* “Tanrı’nın her şeyi ‘ol’ diyerek katılaştırdığı (İng. coagulate) dört elementten yarattı” der. Kızılderili kozmolojisinde de yeryüzü, denizin derinliklerine dalıp parçalar halinde çamur taşıyan bir ‘dalgıç’ tarafından yaratılır. Edinger’in aktardığı bir Çeroiki miti şöyle der:

“Başlangıçta hayvanlar gök-dünyada dip dibe yaşamak zorundaydı çünkü aşağıda her şey sel altındaydı. Sonra su böceği inceleme yapmak için gönderildi ve konacak bir yer bulamayınca suyun derinliklerine dalıp bir parça çamur getirdi. Bu çamur büyüdü ve yeryüzü meydana geldi. Çamur kuruduğu zaman hayvanlar aşağı indiler”.

Hint mitolojisinde de ilginç bir ‘coagulatio’ imgesi vardır. Manu (Nuh’un bir versiyonu) hariç herkes selde öldükten sonra tufanda kaybolan değerli şeylerin kurtarılması gerekir. Tanrılar ve cinler, büyük yılan Sesa-nagayı karıştırma sopası olarak kullanarak süt-okyanusu çalkalarlar. Bu çalkalama işlemiyle pek çok nesne kaymakta yağın toplanması gibi ‘coagulate’ olur (pıhtılaşır). Aynı imge Upanishad’da daha psikolojik bir dille aktarılır:

“Sütte saklı olan yağ gibi, Saf Bilinç (vijnanam) her varlığın içindedir. Zihni karıştırma sopası olarak kullanarak onu sürekli karıştırıp çalkalamak gerekir.”

Bu ve benzeri pek çok mit, ‘coagulatio’nun eylem ve hareketle (dalma, karıştırma/çalkalama, dönme) başlatıldığını anlatır. Psikolojik olarak bu, faaliyet ve psişik hareketin ego gelişimini başlatması

demektir. Kendimizi eylemin fırtına ve stresine, hakikatin ‘çalkalamasına’ maruz bırakmak kişiliğimize biçim kazandırır, onu pekiştirir ve kuvvetlendirir. Raff'ın ifadesiyle, bu süreç sayesinde tinler âlemine yükselmiş olan bir şey, bir kez daha yeryüzüne sabitlenir.

Turbo Philosophorum'da ‘coagulatio’ için verilen tarif şudur:

“Hızlı-gümüşi (cıvayı/merkürü) ‘Magnezya’nın bedeninde, ‘Kuhul’da (kurşunda) veya yanmayan sülfürde pıhtılaştırın (coagulatio)”.

Bu metinde kimyasal açıdan rahat tanınan referanslar mevcuttur: Cıva/Merkür büyük miktarda başka bir metalle, örneğin kurşunla karıştırılırsa, karışım katılaşır. Benzer şekilde cıva kükürtle karışınca katı haldeki ‘cıva sülfür’ meydana gelir. Bununla birlikte, ‘yanmayan sülfür’ referansı, kimyevi bir sürece psişik bir anlamın yüklendiğini açık bir şekilde gösterir.

Katılaştırılacak olan madde, yakalanması ve tarifi zor olan hızlı-gümüştür. Bu, Jung’un bahsettiği ‘Spirit Mercurius’tur (Merkürün tini); arketipsel psişedeki otonom tin, kişi ötesi Benliğin paradoksal tezahürüdür. ‘Spirit Mercurius’un ‘coagulatio’ya tabi tutulması, egonun Benlikle ilişki kurması ve bireyleşme sürecinin gerçekleşmesinden başka bir şey değildir. Yakalanması zor Merkürün daha aşağı seviyedeki ifadeleri otonom komplekslerin yarattığı etkide gözlemlenebilir. Dolayısıyla bir kompleksin özümsemesi⁶ Benliğin ‘coagulatio’ sürecine bir katkıdır.

Aynı metinde bahsi geçen diğer bir madde de kurşundur. Kurşun ağır, sıkıcı ve külfetlidir. Depresyon, melankoli ve acı verici kısıtlama özelliklerine sahip Satürn gezegeniyle ilişkilendirilir.

6 Veya bilinçli hale getirilmesi, üzerinde çalışılması ve entegre edilmesi. -ç.n.

Fakat Greene'nin güzel ifadesiyle Satürn, yalnızca acının, kısıtlamanın ve disiplinin temsilcisi değildir; aynı zamanda tüm insanlar için doğal olan ve bireyin acı, kısıtlama ve disiplin deneyimlerini bilinçlenmek için bir araç olarak kullanabileceği psişik sürecin bir simgesidir. Zira, Psikoloji, bireysel psişede bütünlüğe ya da tamlığa yönelik bir güdü ya da dürtünün bulunduğunu göstermiştir. Bu bütünlük hali Benlik arketipiyle sembolize edilir. Bu sembol, insan doğasının yalnızca iyi yönlerinin bir araya geldiği bir mükemmelliği değil, insana dair tüm niteliklerin bir yere sahip olduğu, uyum ve ahenkle kapsandığı bir bütünlüğü ima eder.

Demek ki, özgür ve otonom tını, ağır gerçeklikle ve kişisel özelliklerin tanımladığı sınırlarla irtibata geçirmek gereklidir. Kurşunla ilgili bağlantıyı analizde, kişi gelip geçici fantezilerinin ve fikirlerinin sorumluluğunu alarak onları analiste (veya kendisi için önemli başka bir kişiye) ifade ettiği zaman görebiliriz. Edinger, sadece düşüncede kalan bir fikir ile sözle ifade edilen bir fikir arasındaki farkın hayret verici olduğunu söyler. Bu, cıva/merkür ile kurşun arasındaki farktır.

4) Sublimatio İmajinal Deneyimler

Sublimatio hava elementiyle ilişkilidir. Maddeyi uçucu hale getirerek ve yükselterek havaya dönüştürür. Bu metot kimyadaki süblimleştirme sürecinden ismini alır (İng. Sublimation): Isıtılan katı bir madde gaz haline gelerek kabın üst kısmına yükselir ve daha serin olan yukarı kısımda tekrar katılaşmaya başlar.

'Sublimatio', 'yüksek' anlamına gelen Latince 'sublimis' kelimesinden gelir. Bu, düşük seviyedeki bir maddenin yukarıya doğru ilerleyen bir hareketle daha yüksek bir forma dönüştürül-

düğü bir yükseltme/yüceltme sürecinin ‘süblimasyon’ un önemli bir özelliği olduğunu gösterir. Toprak havaya dönüştürülür; sabit bir madde uçucu hale getirilir. Aşağıdaki, bayağı ve değersiz olan şey, daha yüksek ve üstün bir şeye dönüşür.

Kuleler, yüksek binalar, merdivenler, asansörler, dağlar ve tırmanmak, uçmak gibi yukarı doğru hareket ifade eden tüm imgeler, düşük seviyede veya aşağıda olmaya kıyasla yukarıda ve yüce olmaya dair psikolojik ve değer yargısı belirten tüm çağrışımlar ‘sublimatio’ sembolizmine dahildir.

Edinger’in aktardığı bir simya metni şöyle der:

“Ruh, suyun yardımıyla bedenden çıkarılır ve bu sayede beden ‘tin’leşir (spiritüelize olur) çünkü tin bedenlerin ruhuyla birlikte ‘taşın’ mükemmelliği olan üst katmana yükselir ve buna ‘sublimatio’ denir.”

Bu metni yorumlayan Edinger, bedeninin spiritüelize edilerek, tinleştirilerek mükemmel hale getirildiğini, psikolojik açıdan bunun somut bir sorunla baş etmeye tekabül ettiğini söyler. Sorunun üstesinden ona ‘yukarıdan’ objektif bir şekilde bakarak gelebiliriz. Genel bir anlam çıkarabiliriz; o sorunu daha genel bir meselenin sadece bir örneği olarak görebiliriz. Psişik bir duruma uygun kelime veya kavramları bulmak, kişinin o durumdan çıkabilmesi, soruna yukarıdan bakabilmesi için yeterli olabilir. Örneğin, alıngan bir ruh halini ‘anima tarafından ele geçirilmek’ olarak isimlendirmek, bu ruh halinin etkisini kaldırabilir. Bir erkeğin karısına gösterdiği tepkiyi ‘anne sorununun’ bir örneği olarak veya patronuna gösterdiği tepkiyi ‘baba kompleksinin’ bir

parçası olarak tanımlamak, deneyimi kavramsallaştırarak onun bu sorunun üstesinden gelmesine yardımcı olabilir.

Simyacı ‘sublimatio’ sürecini sembolik imgeler vasıtasıyla yaşar; örneğin kabın alt kısmındaki maddeden kurtulup üst kısımlara doğru uçan bir kuş görebilir. Simya kabı, alt kısmı dünya ve üst kısmı cennet olan makrokozmosla bir tutulmuştur. Yüceltilen şey dünyadan kaçırılır ve cennete iletilir. Paracelsus’tan bir metin şöyle der:

“Çünkü tüm soğuk ve akıcı nesneler gibi su, damıtma yoluyla yükselerek bedenden ayrılır. Kuru maddelerde, örneğin minerallerde, tinsel olan maddi olandan ayrılarak yükseler ve sübtileşir. Saf olan saf olmayandan ayrışır.”

‘Sublimatio’ burada arınma olarak tasvir edilir. Madde ve tin, bilinçdışı olarak birbirlerine karışmışlarsa ayrıştırılarak arıtılmaları gerekir. Saf olmayan tin, önce kendi saflığını aramalıdır ve bu aşamada et ve maddeye dair, somut, kişisel ve arzuyla dolu olan tüm şeyleri yenilmesi gereken bir düşman olarak görecektir.

Kendimizi yukarıdan objektif olarak görme kapasitesi aynı zamanda bir dissosiyasyon yeteneğidir. Bu kelimenin kullanımı bize derhal ‘sublimatio’ nun tehlikelerini hatırlatır. Her simya işleminin aşırı uçlara taşındığı zaman ortaya çıkan kendine özgü patolojik semptomları vardır ancak bunlardan modern insanın en çok istismar ettiği muhtemelen ‘sublimatio’dur. Psişenin dissosiyasyon kabiliyeti hem ego bilincinin kaynağı hem de akıl hastalıklarının sebebi olabilir.

Edinger, terapistlerin en çok karşılaştığı ‘sublimatio’ imgelerinin, bu sürecin daha alt aşamaları ifade eden bir şekliyle ilgili olduğunu belirtir. Günümüzde pek çok hasta için yükselme, yükseklik, uçma gibi imgeler hemen her zaman bir ‘aşağı

inişe' işaret eder. Modern bireylerin tecrübesi halihazırda çok fazla 'sublimatio' ile doludur. Onların esas ihtiyacı aşağı inmek ve 'coagulatio'dur. 'Sublimatio'nun getirdiği izafi özgürlük psişik gelişimin önemli bir kazanımıdır fakat sadece bir parçasıdır. Bir simya özdeyişi şöyle der:

“Bedeni arıt ve yücelt (sublimatio) ve tini katılaştır/bedene dönüştür (coagulatio)”.

Raff, bir süreç olarak 'sublimatio'nun hayal gücü veya imgelem ile çalışmayı gerektirdiğini söyler. Bu, simyacının dönüştürmeye çalıştığı ruhsal gerçeklikleri kişinin deneyimlemesine olanak tanır. 'Sublimatio', ruhsal güçlerle karşılaşmanın yolunu açar ki bu güçler sonradan felsefe taşında vücut bulacaktır. Bir simyacının ifadesiyle,

“taş yerden göğe yükselir ve aşağıdaki ve yukarıdaki güçleri yenerek tekrar yeryüzüne iner”.

Tüm bu güçler, oluşturulmaya çalışılan birliğin bir parçası haline gelirler ve böylece taş, kendi yaratılışı ve faaliyeti için gerekli manevi güçlere sahip olur. Psikolojik olarak 'sublimatio', arketipsel güçlerle karşılaşılacak ve bu güçlerin ehlileştirildiği imajinal deneyimlerde gerçekleşir. Ehlileştirilen bu güçler Benlik ile birleşir. Taşın yukarıdaki ve aşağıdaki güçleri fethetmesine benzer bir şekilde, Benlik de kontrol edilmesi mümkün olmayan arketipleri evcilleştirir ve bütünleştirir.

5) Mortificatio

Işık Karanlıktan Doğar

Simya opusu (eseri), nigredo (siyahlaşma), albedo (beyazlaşma) ve rubedo (kırmızılaşma) olmak üzere üç aşamada gerçekleşir. Bu aşamalardan 'nigredo' 'mortificatio' işlemiyle ilgilidir.

‘Mortificatio’ ve ‘putrefactio’ bazı açılardan birbiriyle örtüşür ve aynı işlemin farklı yönlerini tarif ederler. ‘Mortificatio’ nun hiçbir kimyasal referansı yoktur. Kelime doğrudan ‘öldürmek’ anlamına gelir.

Dini çilecilikte, tutku ve arzulara perhiz veya bedene uygulanan şiddet vasıtasıyla boyun eğdirmek demektir. Diğer işlemlerde olduğu gibi, simyasal bir süreci ‘mortificatio’ olarak tanımlamak psikolojik bir imgenin yansıtılmasından başka bir şey değildir. Simya kabındaki malzeme kişileştirilir ve üzerinde gerçekleştirilen işlemler işkence olarak tasavvur edilir.

Putrefactio ‘çürüme’ anlamına gelen, ölmüş organik cisimlerin parçalanmasıyla gerçekleşen bir ayrışmadır. Bu, simyacıların inorganik maddeler kullandığı kimya işlemlerinde meydana gelme ihtimali olmayan bir durumdur. Ancak Edinger, Ortaçağda bir cesedin, özellikle de bir insan cesedinin çürümeye tanık olmanın o kadar sıra dışı bir şey olmadığını; bunun yarattığı güçlü psikolojik etkinin daha sonra simya sürecine yansıtılmış olabileceğini söyler.

‘Mortificatio’ simyadaki en olumsuz işlemdir. Karanlık, yenilgi, işkence, parçalanma, ölüm ve çürümeyle ilgilidir. Fakat bu karanlık imgeler, çoğunlukla büyüme, diriliş, yeniden doğuş gibi son derece olumlu deneyimlere götürebilir. ‘Mortificatio’ nun en belirgin özelliği siyah rengidir. Psikolojik olarak siyahlık gölgeyi anlatır. Bir simya metni siyahlıktan olumlu bir dille bahsettiğinde, gölgemizin farkında olmanın olumlu sonuçlarından bahsetmiş olur. Edinger’in aktardığı bir simya metni “siyah yapamayan beyaz yapamaz zira siyahlık beyazlığın başlangıcıdır” der. Bu yüzden arketipsel düzeyde kötülüğün farkında olmak önemlidir. Karşıtlıklar yasası gereğince bir tarafın yoğun bir şekilde farkında olmak onun

karşıtını konstele eder. Işık karanlıktan doğar. Bununla birlikte siyahlığı vurgulayan rüyalar genellikle bilinçli ego tek taraflı bir şekilde ışıkla özdeşleştiği zaman ortaya çıkar.

‘Mortificatio’, ‘prima materia’yı temsil eden Kral, Güneş, Kurbağa gibi imgelerin dönüştürülme sürecinde önemli bir işlemdir. Stanton Marlan’a göre bu sürecin fenomenolojisi, bilinçli egonun eski baskın işlevini veya bilinçdışı psişenin az gelişmiş, içgüdüsel durumunu değiştirmeyi amaçlar. İlkel benliği böylesine önemli bir değişime hazırlayan şey ya bir yaralanma ya da ölümdür. Bahsedilen imgelerin yanı sıra sık rastlanan diğer bir prima materia imgesi de ejderhadır. Jung, ejderhanın içgüdüsel psişeyi kişileştirdiğini söyler. Bu imge simya eserini ejderhayı yenen kahraman mitiyle ilişkilendirir. Kahraman nasıl genç kızı ejderhadan kurtarıyorsa simyacı da aynı şekilde anima mundi’yi⁸ ‘mortificatio’ vasıtasıyla ‘prima materia’daki esaretinden kurtarır. Jung’un anlatımıyla, ejderhanın öldürülmesi, ‘prima materia’daki esaretinden kurtulan animanın ilk tehlikeli ve zehirli aşamasının öldürülmesidir. Animanın (kadınlar için animusun) bu ilk tehlikeli ve zehirli aşaması psikoterapi sürecinin önemli bir parçasıdır. İlkel ve çocuksu yapılar da esir olan libido dönüştürülmek isteniyorsa duygu patlamaları, alınmalar, zevk ve güç talepleri ‘mortificatio’ya tabi tutulmalıdır.

‘Mortificatio’ya tabi tutulan diğer bir özne de masumiyet ve saflık imgesidir. Edinger’in aktardığı bir simya metni şöyle söyler:

“Taze ve saf olsun, ak ve temiz yaşasın. En güçlü sicimle ellerini ve ayaklarını sıkıca bağla. Böylelikle ‘putrefactio’nun kapalı evinde boğulup ölsün”.

8 (Lat.) Dünyanın ruhu. -ç.n.

Bu lekelenmemiş ve saf olması gereken şey, adak kurbanına tekabül eder ve psikolojik olarak, çocukluk dönemine has saflığın ve masumiyetin kurban edilmesi gerektiğini anlatır.

Dışkılar, atıklar, kötü kokular ‘putreficatio’ sürecine aittir. Sık görülen ve püriten bakış açılı insanların peşini bırakmayan temizlenmemiş veya taşan tuvalet rüyaları da ‘putreficatio’ sembolizmine aittir. Edinger, modern insanın çok ender olarak kokan bir cesetle karşılaştığını, bu nedenle rüyalarda bu imgenin aşırı hava kirliliği gibi farklı imgelerle yer değiştirdiğini söyler.

Jung, siyahlaşmanın genellikle kırk gün sürdüğünden bahseder. Edinger’ın alıntılıdığı bir simya metni de şöyle der:

“Ey doktrinin oğulları şunu bilin ki karışımı kırk gün süreyle ‘putreficatio’ya tabi tutmak size yakışır”.

Bu cümleler ‘putreficatio’yu kırk sayısı vasıtasıyla vahşi doğa temasıyla ilişkilendirir. İsraililer kırk sene vahşi doğada çölde gezinmişlerdir. İlyas vahşi doğada kırk gün oruç tutmuştur. Mesih’in çölde baştan çıkarılması kırk gün sürmüştür; yeniden dirilişiyle göğe yükselişi arasında da kırk gün vardır. Mısır’da mumyalama prosedürünün kırk gün devam ettiği söylenir vb.

‘Mortificatio’ aynı zamanda egonun bilinçdışıyla karşılaşmakla ilgili korkusunu da ifade eder. *Mysterium Coniunctionis*’te Jung, Benlikle ilgili bir deneyimin ego açısından her zaman bir yenilgi ifade ettiğini söyler. Bilinçli hale gelene kadar devamlı olarak yansıtılmış bilinçdışı içeriklerin entegrasyonunun egoyu ciddi bir şekilde yaraladığından bahseder. Simyada bu durum ölüm, parçalama/parçalanma, zehirleme/zehirlenme gibi imgelerle sembolize edilir.

6) Separatio

Kutsal Çifti Birbirinden Ayırmak

Prima materia, farklılaşmamış içeriklerden oluşan ve ayrıştırılmaya ihtiyaç duyan bir bileşim olarak tahayyül ediliyordu. Bu sürece ilişkin imgeler simya laboratuvarlarında gerçekleştirilen bazı işlemlerde mevcuttur. Bu işlemlerin çoğunda bir karışım, içeriklerinin birbirinden ayrıldığı bir sürece tabi tutulur. Bu yolla, kâinatın kaos içerisinden yaratılmasına benzer bir şekilde, karışıklık içinden düzen açığa çıkarılır. Edinger'dan alıntıyla Ovid'i dinleyelim:

“Denizler, karalar ve üzerlerinde asılı olan gökyüzü var olmadan önce tabiat kendisini her tarafı aynı olan ve insanların sonradan kaos olduğunu söylediği, yuvarlak, düzensiz bir ‘şeyler’ yığını olarak gösterirdi... Hiçbir nesne olduğu gibi kalmazdı; her nesne ihtilaf halindeydi çünkü tek bir bedende soğuk sıcakla, ıslak kuruyla, yumuşak sertle, ağır hafifle savaşırdı. Tanrı –veya merhametli tabiat, bu ihtilafa düzen getirdi: Yeryüzünü gökyüzünden, denizi karadan, semavi gökleri ağır atmosferden ayırdı. Bu şekilde elementleri kör nesneler yığından özgürleştirdikten sonra hepsini kendine uygun bir mahale yerleştirdi ve ahenk içinde birbirine bağladı.”

Marie-Louise von Franz da bilinç öncesi bu ayrışmayı, ‘varoluşun ilk ebeveynlerinin ayrılma’ mitiyle ilişkilendirir. Pek çok kozmogoni mitinde ilk ebeveynler, örneğin Baba Gökyüzü ve Anne Yeryüzü, ebediyen birbirini kucaklar ve hermafrodit bir birliktelikte mevcudiyetlerini sürdürürler. Durum böyle iken başka hiçbir şey var olamaz; Baba Gökyüzü, Anne Yeryüzüne o kadar yakındır ki aralarında hiçbir şey var olup gelişemez. Demek ki ilk yaratıcı eylem, başka şeylerin var olabilmesi için kutsal çifti yeterince birbirinden ayırmaktır. Bu, pek çok yaratılış mitinin

başlangıcındaki kozmik yumurtanın (veya simyadaki felsefi yumurtanın) ikiye kesilmesine benzer.

Zümrüt Tablet de toprağı ateşten, sübtıl olanı yoğun olandan büyük bir ustalıkla ve nazıkçe ayırmayı öğütler. Psikolojik açıdan, ikiye bölerek ayırmak karşıtların farkındalığı demektir. Batı bilincinin evriminde karşıtlar Sokrates öncesi filozoflarca keşfedilmiş, hatta Pisagorcular karşıt çiftleri içeren bir liste bile hazırlamışlardı. Edinger, karşıtların keşfinin psikolojik öneminin küçümsenmemesi gerektiği üzerinde ısrarla durur: Tıpkı sayılar gibi, yeni keşfedilen karşıtlıklar da antik düşünürler için numinoz bir etki taşıyordu. Dünya zorla ikiye ayrılmış ve ayrılan karşıtlar arasında bilinçli insan egosunun gelişebileceği bir alan yaratılmıştı.

‘Seperatio’da bilinçli varoluşu müjdeleyen şey, öznenin nesneden, ‘ben’ olanın, ‘ben’ olmayandan ayrılmasıdır. İlk karşıt çift budur. Karşıtlar bilinçdışı kaldığı müddetçe kişi bir ‘mistik katılım’ (participation mystique) içinde yaşar ki bu, karşıtlardan biriyle özdeşleşmesi ve onun zıddını bir düşmana yansıtması demektir.

Simyacılar toprağı ateşten, sübtıl olanı ağır olandan ayırmayı öğütler. Psikolojik olarak bu, bir deneyimin somut ve motamot anlamını, içsel ve sembolik anlamından ayırtırmayı, yani öznel ve nesnel içerikler arasında ayırım yapmayı ifade eder. Psikoterapide sık rastlanan bir sorun, pratik bir kararla ilgili yaşanan çatışma ve kararsızlıktır. Bu çatışmaların temeli genelde bir eylemin somut ve sembolik anlamları arasında ayırım yapamamaktır. Edinger, boşanma fikriyle takıntılı bir şekilde meşgul olan fakat bu konuda hiçbir şey yapamayan bir adamı örnek gösterir ve bu kişinin eşinden boşanmaya değil, ondan psişik ve sembolik olarak ayrılmaya ihtiyaç duyma olasılığından bahseder. Somut ve sembolik iki farklı gerçeklik düzeyleridir ve birbirlerinden ayrı değerlendirilmeleri

gerekir. Bu yapılabildikten sonra nesnel bir karara varmak son derece kolaydır.

‘Separatio’ vasıtasıyla yaratmak bazı metinlerde ‘dörde bölme’ olarak ifade edilir. Dünyanın yaratılışında ilk ayrımın dört element arasında gerçekleştiği söylenir. Bu motif psikolojik olarak, herhangi bir deneyime dört işlevin⁹ uygulanması demektir. ‘Duyumsama’ bizlere olgusal gerçeklerden bahseder. ‘Düşünme’ bu gerçekleri hangi genel kavramlar dahilinde değerlendirebileceğimizi söyler. ‘Hissetme’ bu gerçekleri beğenip beğenmediğimize karar verir. ‘Sezme’ bu gerçeklerin nereden gelmiş ve nereye gidiyor olabileceğinden ve başka gerçeklerle muhtemel ilişkisinden, yani kesin doğrulardan değil olasılıklardan bahseder. Edinger, dört işlev arasında ayrım yapmanın önemini vurgular. Örneğin bir gerçeklik karşısındaki ‘hissetme’ tepkimiz onun var olma şeklini görme kapasitemizi engellememeli veya bir olasılık, kesin bir gerçeklikle karıştırılmamalıdır.

7) Coniunctio

Kavuşumun Esrarı

‘Coniunctio’ simya opusunun doruk noktasıdır. Edinger ‘coniunctio’nun, tarihsel olarak, dışa dönük ve içe dönük iki veçhesi olduğundan bahseder. Dışa dönük veçhesi, simyacıların kimyasal kombinasyonlarla çalışmalarını teşvik ederek modern kimya ve nükleer fiziğin öncüsü oldu. İçedönük veçhesi bilinçdışı imge ve süreçlere ilgi uyandırarak 20. yüzyılın derinlik psikolojisinin temelini attı.

9 Jungiye tipolojideki dört işlev kastediliyor. -ç.n.

Simyasal fantezinin önemli imgeleri, simya laboratuvarındaki deneyler vasıtasıyla gelişti. Erimiş metallerin difüzyonu, özellikle cıvanın (Merkür) diğer metallerle birleşerek oluşturduğu amalgamlar bunun etkileyici bir örneğidir. Çok kullanılan bir simya imgesi olan Güneş ve Ayın cıva havuzuna girmesi, köken itibarıyla altın ve gümüşün cıva içinde çözülmesine dayanıyordu. Cıva ve sülfür birleşiminin oluşturduğu kırmızı cıva sülfürü de muhtemelen kırmızı felsefe taşı fikrinin kökenindeki orijinal laboratuvar imgesiydi.

Edinger, ‘coniunctio’nun zengin sembolizmini anlamaya çalışırken bu işlem ve aşamanın iki aşamasını birbirinden ayırmanın önemli olduğunu söyler. ‘*Küçük coniunctio*’ tam manasıyla ayrışmamış maddelerin birleşmesidir. ‘*Büyük coniunctio*’ ise simya opusunun hedefidir ve çok önemli bir başarı olarak kabul edilir.¹⁰ Aslen bu iki veçhe her zaman (farklı oranlarda) bir arada bulunur fakat anlatım kolaylığı sağlamak açısından ayrı ayrı incelenmeleri gerekebilir.

Hatalı ve eksik bir şekilde ayrılan karşıtlar ‘küçük coiunctio’yu tanımlar. Ortaya çıkan ürün genellikle öldürülmüş, sakatlanmış veya parçalanmış olarak diğer fazlarla (mortificatio, solutio) örtüşen imgelerle tasvir edilir; kontamine olmuştur, temiz değildir ve daha fazla işleme tabi tutulması gerekir. Örneğin, Edinger’in aktardığı bir metin, Anne Beya ve oğul Gabritus’un evliliğinden şu şekilde bahseder:

“Ancak büyük bir sevinç ifadesiyle başlayan bu evlilik, yas acısıyla sona erdi. Çiçeğin içine onu kemiren pamukçuk girdi. Bala

10 Bu tabirleri önemsiz ve önemli; değersiz ve değerli ‘coniunctio’ olarak çevirmek de mümkündür. -ç.n.

safra bulaştı. Sütle dolu göğüste frengi çıbanı çıktı. Çünkü oğul annesiyle yatarsa, annesi onu bir engerek darbesiyle öldürür.”

Bu sözler pek çoklarına tanıdık gelecek Oedipus kompleksini hatırlatsa da simyacılar açısından anne, iyileşme, canlanma veya ölüm getiren ‘prima materia’dır. Burada ‘coniunctio’nun tehlikeli veçhesi tarif edilir. Olgunlaşmamış oğul-ego, anne-bilinçdışını safça kucakladığında (güneş tutulmasındaki gibi) ışığını kaybeder ve yok edilme tehdidiyle karşı karşıya kalır. Fakat böyle bir tutulmanın dölleyici ve canlandırıcı olabileceğini ifade eden imgeler de mevcuttur.

Edinger, ‘Küçük coniunctio’nun, ego bilinçdışının içerikleriyle özdeşleştiği zaman meydana geldiğinden bahseder. Bu analiz sürecinde sık gerçekleşen bir şeydir: Ego sırasıyla gölge, anima/animus ve Benlik ile özdeşleşmeye maruz kalır. Bu şekilde ‘kirlenmiş’ bir ‘coniunctionis’in ‘mortificatio’ya ve daha fazla ‘separatio’ya tabi tutulmaya ihtiyacı vardır. Sürecin dışa dönük boyutunda da benzer bir süreç yaşanır. Ego, belirli bireyler, gruplar, kurumlar ve topluluklarla (bireysel ve kolektif aktarımlar) özdeşleşir. Bu özdeşleşmeler, bireyin sadakat kapasitesi ve nesne sevgisi¹¹ potansiyelini olduğu kadar, güç ve zevk arzularını da içeren kirlenmiş karışımlardır ve ‘büyük coniunctio’ gerçekleşmeden önce daha fazla arındırılmaları gerekir.

Simyanın en büyük ve mucizevi hedefi, ‘Felsefe Taşı’, ‘Altınımız’, ‘Nüfuz Eden Su’, ‘Tentür/Ruh’ gibi pek çok farklı isimle anılan ‘büyük coniunctio’dur. Arındırılmış karşıtların nihai birleşmesi sonunda meydana geldiği ve karşıtları birleştirdiği için,

11 Nesne ilişkileri kuramında kişinin kendisi gibi olmayan nesneyi sevebilme kapasitesi. -ç.n.

tüm tek yanlılıkları da hafifletir ve düzeltir. Bu nedenle felsefe taşı, bütün ölümlülere hayat verme, bütün çürümüşleri arındırma, bütün sertlikleri yumuşatma, bütün yumuşaklıkları sertleştirme gücüne sahip bir taş olarak tasvir edilir.

‘Taş’ hazırlanırken kullanılan malzeme defalarca tersine çevrilir. Edinger’in bir simya metninden aktardığı üzere,

“ateşte özenle pişirilen elementler keyiflenir ve farklı bir tabiat edinerek değişirler. Sıvılaştıran sıvılaşmaz hale gelir, nemli olan kurur, yoğun beden tin olur, uçuşkan tin güçlenir ve ateşle savaşabilecek hale gelir. Bu nedenle filozof şöyle der: Elementleri dönüştür ve aradığını bul. Fakat elementleri dönüştürmek, nemli olanı kurutup kaçağı sabit kılmaktır.”

Psikoterapi süreci de böyledir. Kişi karşıtlıklar arasında sürekli ileri geri savrulur. Ancak yavaş yavaş zıtlıkların aynı anda deneyimlenmesine olanak tanıyan yeni bir bakış açısı belirmeye başlar. İnsanı hem rahatlatan hem de büyük bir külfet olan bu yeni bakış açısı ‘coniunctio’dur. Jung der ki:

“ ‘Art arda’, ‘yan yana’nın derin bilgisine insanı hazırlayan katlanılabilir bir başlangıçtır. Çünkü ‘yan yana’ ‘art arda’ ile kıyaslanamayacak kadar zor bir sorundur. İyi ve kötünün bizim dışımızdaki manevi güçler olduğu ve insanın bu karşıtlar arasında kaldığını düşünmek, karşıtların psişik yaşamın yok sayılamaz ve vazgeçilmez bir önkoşulu olduğunu düşünmekten çok daha katlanılabilir gelir.”

Aşk veya sevgi ‘coniunctio’ fenomenolojisinin temelini oluşturur. Aşk ‘coniunctio’nun hem nedeni hem de sonucudur. Küçük ‘coniunctio’ şehvetli aşktan kaynaklanır. Benötesi aşk ise hem büyük ‘coniunctio’nun nedenidir hem de ondan dolayı var olur. Jung şöyle der: Nesne sevgisinin bireyleşmenin dışı dönük veç-

hesi olduğu söylenir. Nesne aşkı nesnel aşktır, kişisel arzulardan arınmış bir aşktır, karşıtlardan sadece birisi değildir, aksine karşıtların ötesindedir. Bu aşk, benötesi sevgi, aileye, partiye, ulusa, kiliseye ve bizzat insanlığa bağlılık gibi tüm grup ittifaklarının ve sosyal bağlaşıklıkların kökenindedir. ‘Coniunctio’ nun dışa dönük veçhesi, sosyal meselelerle ilgilenmeyi ve insanlığın birliğini teşvik eder. İçe dönük veçhesi, Benlik ile bağlantıyı ve bireysel psişenin bütünlüğünü teşvik eder. Nesneleri bir arada tutan şey ‘yapıştırıcı’ bir özelliğe sahiptir, dolayısıyla simyada tutkal, zamk ve reçine dönüştürücü maddeyle aynı anlamda kullanılır. Yaşam gücü olan bu maddeyi bir yorumcu, dünyayı bir arada tutan bir zamka benzetir. Bu zamk akıl ile beden arasında aracılık yapar ve aynı zamanda akıl ve bedenin birleşimidir.

Edinger, ‘Felsefe Taşı’ teriminin de karşıtların birliğini ifade ettiğini söyler. Felsefe; bilgelik sevgisi manevi bir uğraştır, taş ise kaba, sert maddi gerçeklik. Terim, bilgelik veya bilincin somut, pratik faydasından bahsediyor gibidir. Ondan bazı metinlerde ‘taş olmayan taş’ olarak da bahsedilir çünkü adi bir maddeyi asil bir maddeye dönüştürme kabiliyetine sahiptir.

.....

- . - C I R C U L A T I O - . -

Tavaf

“Bir simya metninde bireyleşme süreci, toprağın suya, suyun havaya, havanın ateşe dönüşümü olarak anlatılır. Bu, sürecin dört elementi dolaşarak her seferinde yeni bir düzeyde tekrarlandığı ‘circulatio’, diğer bir deyişle dört işlev vasıtasıyla Benliğin tavafıdır.

Bireyleşme sürecinde aynı sorunlar tekrar tekrar ortaya çıkar; önce çözülmüş gibi görünür fakat bir süre sonra yeniden belirirler. Bunu olumsuz bir şey olarak değerlendirirsek cesaretimiz kırılır. Halbuki daha yakından bakarsak durumun döngüsellliğini, yeniden fakat başka bir düzeyde (mesela bu sefer hissetmeyle ilgili bir sorun olarak) ortaya çıktığını görebiliriz.

Örneğin analitik süreci çok hızlı bir şekilde tamamlayan ve Jungiye psikolojiyi ve içsel hayatı gayet iyi tanıyan entelektüel-sezgisel bir tipi ele alalım. Bu kişi, önemli miktarda içeriği özümseyebilir fakat bu içerikler onun için etik bir sorun haline gelmez, hissetme boyutu es geçilir. Etik boyutun ihmali, dış dünyadaki davranışlarının eskiden olduğu gibi (belki sadece mantığa dayanarak veya kolektifin etkisi altında) devam etmesi demektir. Bireyleşmeden bu süreç hakkında her şeyi biliyormuş veya o noktaya ulaşmış gibi bahseder ki bu bir bakıma gayet doğrudur çünkü bireyleşmeyi, diyelim ki ateşte özümsemiştir ama henüz toprakta özümsememiştir. Yani ateşin suya, suyun toprağa dönüşmesi ve sonra da bunların etik bir sorun olarak yeni baştan yaşanması gerekir.

Psikolojik kavrayışta bu sık gerçekleşen bir şeydir. Pek çok katman mevcuttur ve bir şeyler her zaman yeni ve daha derin bir düzeyde... çok daha zengin ve yaşamla bağlantılı bir şekilde anlaşılabilir. Kavradiğiniz şey tam manasıyla ‘gerçek’ suretini bulana kadar bu devam edecektir. Bir şeyi anladığınızı hissetseniz bile, bu şeyi şimdilik bu şekilde anladığınızı söyleyecek kadar alçak gönüllü olmalısınız; birkaç yıl sonra daha önce hiçbir şey bilmediğinizi, denilmek isteneni daha yeni anladığınızı söyleyebilirsiniz.” (Von Franz, M. L., *Alchemy: An Introduction to the Symbolism and the Psychology*, Toronto, Inner City Books, 1980, s.257-258)

KAYNAKÇA

- Abraham, L., *A Dictionary of Alchemical Imagery*, Cambridge, Cambridge University Press, 2000
- Edinger, E. F., *Anatomy of the Psyche: Alchemical Symbolism in Psychotherapy*, Illinois, Open Court, 1985
- Edinger, E. F., *The Mysterium Lectures: A Journey Through C.G. Jung's Mysterium Coniunctionis*, Ed. Blackmer, J. D., Toronto, Inner City Books, 1995
- Greene, L., *Saturn: A New Look at the Old Devil*, Maine, Samuel Weiser, Inc., 1976
- Hillman, J., *The Dream and the Underworld*, New York, Harper Perennial, 1979
- Jung, C. G., *Mysterium Coniunctionis*, CW 14 (Bollingen Series), Princeton, Princeton University Press, 1989
- Jung, C. G., *Psychology and Alchemy*, CW 12, London, Routledge, 2000
- Marlan, S., *The Black Sun: The Alchemy and Art of Darkness*, Texas, Texas A&M University Press, 2019
- Raff, J., *Jung and the Alchemical Imagination*, Maine, Nicolas-Hays. Inc., 2000
- Von Franz, M. L., *Alchemy: An Introduction to the Symbolism and the Psychology*, Toronto, Inner City Books, 1980
- Von Franz, M. L., *Alchemical Active Imagination*, Shambala, London, 1997
- Wikman, M., *Pregnant Darkness: Alchemy and the Rebirth of Consciousness*, Maine, Nicolas-Hays. Inc., 2004

Dipnotlarda Açıklanan Önemli Kavramlar Dizini

Bazı kavramlara açıklık getirmek için çevirmenin eklediği dipnotlara başvuru kolaylığı sağlamak amacıyla bölüm, dipnot ve sayfa sayısı ile birlikte bir indeks düzenledik. Kitabın arkasındaki, yazarın kendi hazırladığı Jungiye Terimler Sözlüğü (JTS) ile birlikte kullanılabilir.

Akıl ve Beden: 4. Bölüm, dipnot 15, s.81

Aktif İmgelem: 1. Bölüm, dipnot 10, s.23

Amplifikasyon: Önsöz, dipnot 7, s.15

Coniunctio: 5. Bölüm, dipnot 17, s.99

Dissosiyasyon, Çözölme: 1. Bölüm, dipnot 18, s.29

Duygulanım: 5. Bölüm, dipnot 12, s.96

Ego-Benlik Eksen: 1. Bölüm, dipnot 15, s.25

Ego-Bilinç İlişkisi: 4. Bölüm, dipnot 10, s.74

Fiksasyon, Saplanma: 5. Bölüm, dipnot 11, s.94

İmago: 1. Bölüm, dipnot 12, s.24

İmajinal: 2. Bölüm, dipnot 10, s.48

Kişileşme, Kişileştirme: 1. Bölüm, dipnot 20, s.29

Konstelasyon, Konstele Olmak: 2. Bölüm, dipnot 9, s.45

Numinos, Numinos veya Numinosum: 1. Bölüm, dipnot 7, s.20

Prima Materia: 9. Bölüm, dipnot 4, s.152

Rüyaların Yapısı: 4. Bölüm, dipnot 12, s.77

Sizigi: 1. Bölüm, dipnot 4, s.19

Şişkinlik, şişinme, Enflasyon: 1. Bölüm, dipnot 15, s.25

Teleoloji: 5. Bölüm, dipnot 10, s.94

Yeni kitap önerimiz için
karekodu telefon
kameranıza okutunuz.



Jungiyen Rüya Analizi

James A. Hall

Rüya görmek insanlığın evrensel bir deneyimidir. Fenomenolojik olarak, uyku esnasında zihinde gerçekleştiğini sonradan kabul ettiğimiz bir deneyimdir ama bunlar rüyada bize uyanırken yaşadıklarımız kadar gerçek görünür. Yani her şey, rüya âlemi olduğunu ancak sonradan kabul ettiğimiz ve 'gerçek' olduğu izlenimini veren bir dünyada gerçekleşmiştir.

Rüyaların, rüya görenin kişisel psikolojisi, tavırları ve davranış örüntüleriyle yakından ilişkili olduğuna dair modern inanç, bilinçdışının rüyalarda can kazandığını gösteren İsviçreli psikiyatr Carl Gustav Jung'un öncü nitelikteki çalışmalarına çok şey borçludur.

Bu kitap Jung'un Analitik Psikolojisinin temel ilkeleri ışığında rüyaları anlamaya yardımcı olacak kapsamlı ve pratik bir rehberdir.

Kitapta Jung'un psişe modeli, pek çok klinik rüya örneği verilerek ve bunların bağlam içinde nasıl yorumlanabileceği gösterilerek tanımlanmış ve anlatılmıştır.

Jungiyen analist James A. Hall'un yaygın ve tekrarlayan rüya motiflerini, travmatik rüyaları, rüyaların telafi edici ve amaçlı işlevlerini, hastalık veya fiziksel değişimin habercisi olarak rüyaları ve rüyaların rüya görenin yaşam evresi ve bireyleşme süreciyle ilişkisini özenle açıkladığı *Jungiyen Rüya Analizi Özgür Ertana*'nın nitelikli çevirisi ve son derece özverili bir çabayla dipnotlar ve eklerle metni zenginleştirmesiyle Türkçe yazında bu sahada önemli bir kaynak haline geldi.

Rüyaları anlamak, aynı hataların farklı şekillerde yinelendiği örüntüleri keşfetmeyi mümkün kılar ve tekrar eden bu örüntüleri egonun gözleri önüne serer. Bu çatışmalar berrak bir şekilde görüldüğünde sorumlu bir tavır alma fırsatı doğar. Rüya psişenin tamamının hizmetindedir; ancak bu esas görevden sonra, ikincil bir görev olarak, herhangi bir ego tavrına veya bakış açısına karşı çıkmakla ilgilenir. Uyanıklık hali egosu rüyaların neyi başarmaya çalıştığına bakarak kendi konumunu değerlendirebilir ve arzu ederse daha derin süreçlere katılabilir.



PSİKOLOJİ

ISBN: 978-605-08-4829-8



timas.com.tr



timasyayin grubu