

Keyifli Okumalar Dileriz

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

RESMİ WEB SİTEMİZ

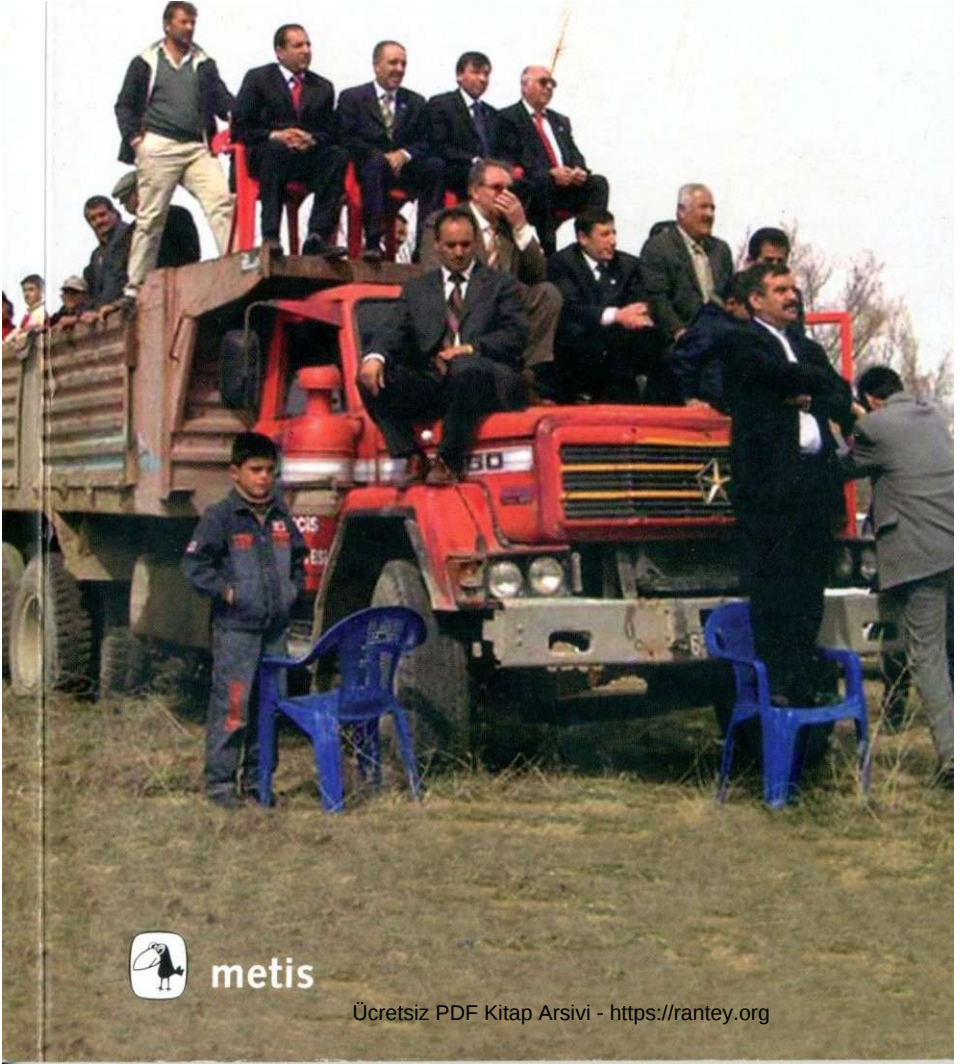
<https://rantey.org>

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>

Engin Geçtan Zamane



metis

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

Engin Geçtan
BÜTÜN YAPITLARI

Edebiyat

DERSAADETTE DANS, 1996
BİR GÜNLÜK YERİM KALDI İSTER MİSİNİZ? 1997
KIRMIZI KİTAP, (1993) 1999
KIZARMIŞ PALAMUTUN KOKUSU, 2001
TREN, 2004
KURU SU, 2008

Edebiyat Dışı

PSİKODİNAMİK PSİKİYATRİ VE
NORMALDİŞİ DAVRANIŞLAR, 1975
İNSAN OLMAK. 1983
PSİKANALİZ VE SONRASI, 1988
VAROLUŞ VE PSİKİYATRİ, 1990
KİMBİLİR? 1998
HAYAT, 2002
ZAMANE, 2010
SEYYAR, Söyleşiler, 2005

• • İ İÇİNDEKİLER

"TÜRKİYE ADALETLİ BİR YER DEĞİL"	11
SÜREÇLER	13
DİNLEMEK, İŞİTMEK	15
VAROLUŞ SUÇLULUĞU	18
TOPLUMSAL DEĞİŞME	22
ÖZERK İNSAN	24
ŞEYLER DÜNYASI	29
KİMLİK SORUNLARI	34
OTORİTE VE ÖFKE	37
ÜÇ BEYİNLİ İNSAN	40
ÇÖZÜLEN DEĞERLER VE UMURSAMAZLIK	45
AİDİYET DUYGUSU	49
DEPRESYON VE SIKIŞMIŞ KIZGINLIKLAR	52
ÇOCUK YALNIZLIĞI	56
KORKU	60
KOLEKTİF REGRESYON	62
PERSONA VE GÖLGE	70
GÖLGENİN BAŞKALDIRISI	73
SIRADIŞI DAVRANIŞ SALGINLARI	80
ENSEST	84
AHVALİMİZ	90

"Eski hali hiç göremem
Bana n'oldu ben bilemem."

Hacı Arif Bey'in bir şarkısından

• • I "TÜRKİYE ADALETLİ BİR YER DEĞİL"

Karşıdan bir anne ve on yaşlarındaki oğlu geliyordu, konuşarak. Yanımdan geçerlerken çocuğun annesine "Türkiye adaletli bir yer değil," dediğini duydum. Kesin olarak bilemesem de konuşması bana, büyüklerden duyduklarını tekrarlayan çocukları gibi gelmedi ve duyduğum cümle beni düşündürdü. Konuşmanın öncesini ve sonrasını dinleyebilmiş olmayı istedim. Gerçekten o da ülkenin yükünü üzerinde hissediyor muydu? Eğer öyleyse, bu sözü o yaşta eden çocuğu nasıl bir gelecek bekliyor olabilirdi? Pek çok çocuk farkında olmadan zaten ebeveyninin duygusal yükünü çekmek zorunda ve geleceğin "yaşlı gençleri" olmaya aday. Benim çocukluğumda, o çocuğun yaşında biri böyle bir görüşü dile getiremezdi. Çocukluğum İkinci Dünya Savaşı yıllarında geçti sayılır. Sofrada misafir olduğunda mutlaka savaş tartışılırdı. Müttefikler, Naziler ve Kızıl Ordu'nun katıldığı bu acımasız satranç oyunuyla ilgili anlatılanları ilgiyle dinlerdim. Kaygılanmazdım, çünkü büyükler kaygılı değillerdi. Hatta, babamın Berlin'de eğitim görmüş Nazi yanlısı arkadaşı geldiğinde çıkan tartışmalar beni eğlendirirdi. Bir kez bile Almanlar'ın bize de saldırabilecekleri olasılığının konuşulduğunu duymadım. Ülke sakin ve huzurluydu, tanıdığım kimse evine hırsız girmemişti; cinayet, filmlerin ve romanların konusuydu. Etrafta şikâyet kültürü yoktu; ekmek karnesi ve içinde

kılçıksı buğday sapları barındıran, şimdilerde sapsızları rağbet gören siyah ekmeklerden hoşlanmaz, ama bunu ve bazı diğer yoksunlukları dert etmezdik. Savaşta Müttefik donanması tarafından kovalanıp İzmir Körfezi'ne sığınan İtalyan savaş gemileri tam karşımızdaki uzaklara demir atmışlardı. Tutsaktılar, savaş sonuna kadar orada kalmaları gerekiyordu. Ailelerimizin karşı çıkmasına rağmen birkaç kez gizlice gemilere kadar yüzmeyi deneyip başaramamıştık, zaten son girişimimiz aileler tarafından fark edilmiş, bazı pencerelerden çarşaf lar sallandırılmıştı. O gemiler trajedi simgesi değildi, yeni bir oyundu, çocukluğun dokunulmazlığını yaşıyoruz, dünyanın yükü bizden uzaktı. Ülke kendini yenilemiş olmanın coşkusunu hâlâ yaşıyordu, gelecekte olacaklardan habersiz.

Bu anlattıklarım, 1940'ı yılların ilk yarısının çocuklarını ve büyüklerini dile getiriyor. Hayatın daha kendiliğinden ve yavaş aktığı günleri. Kaygılar o zaman da yaşıyordu, ama bugün baktığımda, üretilmiş kaygıdan çok, somut nedenlerle ilintilirmiş gibi görünüyor. Trajedi yaşandığında acısı da içten paylaşıldı. Kadercilikten farklıydı bu, hayatı geldiği gibi kabuldü. İnsanlar bulundukları konumu da kabul etmiş gibiydiler. Daha iyi yaşayanlara özenip onlara benzemeye çalışılmazdı, açgözlülük ve sınıf atlama çabaları yoktu, zaten kimse aniden zengin olmazdı. "Psikolojik sorun" diye bir kavram yoktu, sadece bazı insanlar biraz ayrıksıydılar. Bunların, toplum yapısı dediğimiz şeyin bugünkü eşdeğeri sayılabilecek dünyalara baktığımızda gördüklerimizden farklı olduğunu biliyorum. Tabii ki anlattıklarım o günlere bugünden bir bakışı yansıtıyor, abartılı mı bakıyorum sorusuyla birlikte, ama o dönemi başka türlü nasıl anlatacağımı da bilemiyorum. Ancak, geçmişi özelemlerle ananlardan da değilim, bugünü olduğu haliyle yaşıyorum, olmakta olanlara sürecin şimdiki aşaması olarak bakarak.

Annesine "Türkiye adaletli bir yer değil," diyen çocukla karşılaştığımda yayıncımın ofisine gitmekteydim. Referans olarak kullanılabilecek bir metin yazmıştım, o metinden bir kitap olup

olamayacağım konuşacaktık, ama böyle bir projeye karşı içimde biraz isteksizlik de vardı. Daha önce yaşamadığım bir şey, belki de yazacaklarımın içeriğinden ötürü, bilemiyorum. Aradan birkaç hafta geçtikten sonra kendimi okumakta olduğunuz satırları yazarken buldum. Yolda karşılaştığım çocuğun bunda payı varmış gibi geliyor bana, nedenini bilemesem de.

Yazmaya başlamadan önceki aylarda, etrafta "Bize neler oluyor?" sorularının uçuşmakta olduğunun farkındaydım, bu soruya kimsenin tam bir cevap bulamayacağını da. Çünkü yaşanan karmaşık olguların bazı yönlerini bilenlerin, diğer yönlerini bilmele ri ya da anlamaları mümkün değil. Bu nedenle, birazdan anlatacaklarım, mesleki birikimim ve bazı kişisel deneyimlerim sonucu edinilmiş bazı izlenimlerle sınırlı olacak.

• • I SÜREÇLER

Başlarken, anlatmak istediklerime temel oluşturacak bazı genel görüşlere değinme gereğini duyuyorum, önce kısaca tarihten ne anladığımı dile getirerek; insanlık tarihi ya da kişilerin tarihi, ben ce fark etmiyor. Bana göre insanlık tarihi, vaktiyle bize öğrettikleri gibi, birbirini izleyen bağımsız olaylar dizisinden ve dönemlerden oluşmuyor. Münferit bir olayın, tarihin yönünü belirleyici bir unsur olarak değerlendirilebileceğini de düşünmüyorum. Çünkü her bir olay sürecin akışı doğrultusunda ortaya çıkıyor. İnsanın yaşam öyküsü gibi insanlık tarihi de kesintisiz bir süreç, durağanlıkları ve sıçramalarıyla. Zaten tarihin akışı gereği ortaya çıkan bir olay tarihi nasıl değiştirmiş olabilir ki? O olay da tarihin kendiliğinden gelen bir parçası. Dolayısıyla, örneğin 11 Eylül öncesi ve sonrası diye bir ayrıma katılamıyorum. Bana göre bu olay akmakta olan sürecin sıçramalı bir aşamasıydı. Çünkü süreçler zaman zaman sıçrama gösterirler, ama doruk yaratmazlar. Doruk bir şe-

yin sonu anlamına gelir, ötesi ya da yukarısı yoktur, cinsel ilişkinin finalinde olduğu gibi. Cumhuriyet ve İnkılâpları da akmakta olan sürecin sıçramalı bir aşamasıydı. Aydınların yüzünü Batı'ya çevirmesi ve ulus-devlet kavramının kıpırtıları on dokuzuncu yüzyılın sonlarında zaten belirmeye başlamıştı. Yokoluş tehdidi ve sıradışı bir liderin belirmesi, bu sürecin sıçramaya dönüşmesini sağladı. Ulus olarak bizler zaten tehdit altında güdülenen varlıklarız. Dibe vurmaya az kala dayanışmaya geçip silkiniveririz.

Bazen görünürde yapıcı ya da yıkıcı olan sıçramaların, sonradan görünürün tam karşısı bazı etkileri ortaya çıkabilir. Bu nedenle sıçramaları yapıcı ya da yıkıcı olarak nitelendirmenin zaman içerisinde yapılmasının daha doğru olacağına inanıyorum. İlk günlerinde 12 Eylül darbesinin toplumu biraz rahatlatacağı düşünülmüştü, yıkıcı etkilerinden hâlâ arınamadık ya da ardından gelen siyasilere arındırılmamayı seçtiler. Kozmik dansın temel özelliklerinden biri, bir şeyler yok edilirken bir şeylerin var edilmesidir ya da bir şeyler var edilirken bir şeylerin yok edilmesi. Atomaltı parçacıkların dansında da bu böyle. Hindular bunu Şiva tanrılarında simgeleştirmişler. Süreç sıçramalar yapmadığında da çeşitli boyutlarda dalgalanan, hatta çalkantılı olabilen bir olgudur. Durağan dönemleri ise çoğu zaman ileride olacakların kuluçka dönemleri.

Süreçlerin temel özelliği kestirilemezlikleridir. Bu nedenle, gelecekbilimcilerin tahminlerini ciddiye alamıyorum. Çünkü, akmakta olan süreç, yaşanan bir sıçramanın ardından, önceden kestirilemeyen bir yöne doğru mecra değiştirir. İnsanın yaşam süreci ile tarihsel süreçler bu yönden özdeşlik gösterirler. Üst-sistemler gibi bireyler de kestirilemezliğe tahammül edemezler ve hayatlarını belirli formatlara sokarak aynılığın güvenliğini arama çabasıdadırlar. Kendilerine yabancılaşma pahasına da olsa. Oysa insanın tek gerçeği o anda yaşadıkları ve bir an sonra yaşamak üzere olduklarıdır. Keşke şimdinin yaşanmakta olması, geçmiş ve onun şartlanmalarından tümüyle özgür olabilseydi! Çünkü geçmiş yeni-yi anlamamızı engeller. Şimdi bağımsız bir andır ve aslında insa-

nın tek rehberidir, ama çoğumuz buna izin vermiyoruz. Çünkü şimdinin otantik yaşantısı genellikle şartlanmalarımızla çeliştiğinden, insana ürkütücü gelir. Şimdinin zengin yaşantıları tehdit olarak algılandığından, geçmiş ya da gelecek şimdiye davet edilir. Bir şeyler sürekli düzene konmaya çabalanır, çevreden şikâyet edilir ve böylece çerçöple doldurulan şimdi geçirilir. İktidar ve para tutkusu üzerine kurulu üst-sistemlerin tutsağı olduğumuz görmezden gelinerek, gerçek, hangi konumda ve biçimde olursa olsun otorite imgelerinde aranır.

• I DİNLEMEK, İŞİTMEK

Bazıları mesleğimin dert dinleme olduğu sanısındalar. Muhtemelen kendilerini yansıtarak. Çünkü kültürümüzde pek çok beraberlik, dert anlatma ve dinleme zemininde hareket etme eğiliminde. Monolog ve dinleyicisi, ardından yaşanan boşluk. Oysa psikoterapi çok çeşitli duyguları barındıran "ilişki" temelinde sürdürülür. Asimetrik görünümüne rağmen, birlikte sürdürülen bir yolculuk, ikili bir dans söz konusudur. Bu dansın başlangıcında adımların uyuşmasında bazen zorlanmalar yaşanabilir, ama çoğu kez bir süre sonra bir ahenk tutturulur. Bir buluşma süresince o kadar çok şey olur ki bunların yalnızca bazıları, o süre içinde iki tarafa da açıktır ya da yalnızca bir tarafa, bazen de yaşananların kimi sonradan fark edilir. Bir de hiç fark edilmeyen, ancak etkileri zaman içinde ortaya çıkan yaşantılar vardır. Bazı aşamaların nasıl olup da gerçekleştiğini iki tarafın da anlayamadığı durumlar da yaşanır. Nasıl olup da böyle bir aşamaya gelindiğini açıklamaya çalışmak da varsayımdan öteye gidemeyebilir, önemli olan varılan aşamadır. Bu da ilişkide ortaya çıkan her duygunun ve düşünmenin andan ana farkındalığıyla karşılıklı zenginleşmeyi içerir. İnsanın kendini tanıması kitaplarla ya da önerilmiş düşünceler, programlar

ve stratejilerle gerçekleştirilemez. Az önce "düşünce" sözcüğünün yerine "düşünme" sözcüğünü kullanmamın nedeni de buydu. Yaşantılarımıza farkındalık kazanmak, belli bir düşünce tarzını öğrenmekle, yani bazı alıntı inanç ve fikirlerle gerçekleştirilemez. Bunlar sadece bilgidir, oysa ortada yaşayan bir şeyler olmalıdır.

Çoğu sosyal ortamda dinlemek iştmenin fazla ötesine geçmez. İnsan bir konuyu dinlerken gözlemlerinden kurtulup gerçekten konuşulanın içine girebilirse çok zengin bir deneyim yaşar. Bazen yirmi ya da otuz yıl önce bana gelmiş insanların benimle tekrar görüşmek istedikleri olur. Onca zamandan sonra vaktiyle konuştuklarımızı hâlâ hatırlıyor olmam onları şaşırtır. Böylesi seçici bir belleğin gerisinde Heidegger'in "otantik dinleme" dediği olgu bulunur. Bu tür dinleme sosyal ortamlardaki dinlemeden farklıdır, çünkü "otantik dinleme"de beyin birkaç algı sürecini birden harekete geçirir, sesin tonundan beden diline ya da neyin ne zaman söylendiğine kadar, farkında olduğumuz ya da olmadığımız pek çok şeyi eşzamanlı algılar. Dolayısıyla böyle bir algının belleği de daha kalıcı olur. Sosyal diye nitelendirilen ortamlarda beraberliklerin performans ağırlıklı olması nedeniyle böyle bir dinlemeyi gerçekleştirmek pek mümkün olamıyor.

Bu nedenle, psikoterapi buluşmalarını sosyal ilişkilerden daha hakiki bulduğum zamanlar olur. Gerçi, psikoterapi süreci görünürde bir insanın diğerinden yararlanması temelinde hareket eder ve başlangıçta gerçekten de öyledir. Ancak zaman içinde psikoterapiye gelen kişi kendini ortaya koyup açtıkça farklı bir süreç başlar ve beraberlik giderek düşünceden olabildiğince özgür bir ilişkiye dönüşür. Taraflardan biri, yani terapist, kendini ortaya koymuyormuş gibi olabilir, ancak bir insanı tanımak onun hakkında bilgi sahibi olmak değildir ve terapist de farklı bir dilde kendini zamanla ortaya koyar. Psikoterapi başlangıçta bir proje-süreçtir, ancak zamanla iki insanın ortaklaşa bir şey yaratma çabasına dönüşür. Sosyal ayinlerden farklı olarak, bu çabanın temel özelliklerinden biri, buluşma süresi içinde yaşanacakların kestirilemezliği-

dir. Gelenler paylaşacaklarını bazen önceden tasarladıkları halde, bunların hiçbirini konuşmadan gittikleri de olur. Psikoterapi, bir genç kadının ifadesiyle "yanlış kurulan denklemlerin yeniden yapılandırılması"dır. Ancak, bu amacın gerçekleştirilmesinde izlenen yol ve içerik, her bir buluşma süresinde bile, önceden kestirilemeyecek mecralardan geçer. Evdeki çalışanla, ekmek makinesinde soğanlı ekmek pişirme konusunda geçen bir tartışmanın hemen ardından ülkenin sonu gelmez politik gündeminin sonuncusundan nasıl etkilenildiği paylaşılabilir. Aşına olmayanlar, soğanlı ekmek pişirmenin psikoterapide ne işi olduğunu düşünebilir. Ancak bu örneğin gerisinde o insanın personel yönetimindeki zaafı, tabii bunun da gerisindeki psikodinamikler bulunmaktaydı. Hayat zaten ayrıntı görünümündeki bu satır aralarında.

Kırk yıl kadar önceydi, yer Ankara. Terapiye gelmekte olan bir genç kadın bir hafta sonu beni arayarak acilen görüşmek istediğini, yaşadıklarını telefonda anlatmasının mümkün olmadığını söyledi. Alışılmış bir durum değildi, ancak arayan saygılı ve disiplinli bir insandı, gerçekten önemli bir gerekçesi olmasa aramazdı, buluştuk. Sürekli özür diliyordu, böyle saçma bir konuyla beni tatil günü ofisime getirttiği için. Sonunda konuyu açıkladı: ızgara sucuk. Annesiyle tartışmıştı. Sucuk ve ekmek birlikte mi ızgaraya konur, yoksa sucuk önce kızartılıp sonra mı ekmeğin içine konur gibi bir şey üzerine. Konuşmamız devam ettikçe, genç kadının annesiyle ve ailenin geri kalanıyla yaşamış olduğu sorunlar daha önce açıklanmamış ayrıntılarıyla, yüksek bir duygusal tonda paylaşıldı ve bu buluşma terapi sürecindeki dönemeçlerden biri oldu. İlginç olan yön, sucuk tartışmasının başka konulara yol açmasından çok, anne ve kızı arasında yaşananların uzunca bir süre sucuk konusu çevresinde dolanmış olmasıydı. İnsanlar sucuk sözcüğü aracılığıyla bile, daha önce birbirlerine söyleyemedikleri neleri ifade edebiliyorlar. Bu, benim için de düşündürücü ve öğretici bir buluşma olmuştu. Hayatın, görünür içeriğin derininde nice zengin yaşantılar barındırmasına bir kez daha tanık olma yönünden.

• • I VAROLUŞ SUÇLULUĞU

Çoğumuz kendi aleyhimize oynadığımız oyunlardan haberdar gibiyizdir, ama başka seçenekler yokmuşçasına bunları sürekli görmezden gelip alışageldiğimiz kısırdöngülere tutunuruz. Bizi mutsuz da etse. Denenmemişin korkusundan ötürü, bizim için zararlı olduğunu bile bile, bilinene tutunmak. Bu nedenle, psikoterapide, gereksiz savunma sistemleri terapist tarafından köşeye sıkıştırıldığında insanlar bazen yakalanmışlık duygusu yaşarlar. Ancak bu, insanın toplum normlarına değil, kendine karşı işlemiş olduğu suçun yakalanmışlığıdır. Yakalanmışlığın içeriğini oluşturan gerçek duygu, insanların kendilerine ulaşma umudunu ve hafiflemeyi içerir, hatta bazen gülererek karşılandığı bile olur. Kendimize karşı işlediğimiz suçlara "varoluş suçluluğu" denir ve vicdanımızdan kaynaklanan suçluluktan farklı bir olgudur.

Geçen yüzyılın ilk yansında Alfred Adler, psikoterapiye gelen kişinin temel sorunu yüreksizliktir, demişti. Tabii ki bu ifade psikoterapiye gelenlerle sınırlanmıyor. Çeşitli oranlarda hepimiz, alıştırdığımız şartlanmalar ve geliştirdiğimiz psikolojik savunma mekanizmaları dışındaki seçeneklere yönelme konusunda yüreksiziz. Psikoterapiye gelenler, bunun farkında olmakla yetinmeyip, üstesinden gelebilmek için niyetli ya da kararlı olan kişilerdir. Gerçi enderde olsa, bu konuda niyetli olduğuna kendini inandırmış ama çaba gösteremeyen insanlar da var ve psikoterapi ortamını, monologlarını sürdürecekleri yer olarak görmekten asla vazgeçmezler. Genellikle bir psikiyatristten diğerine dolaşma eğiliminde olduklarından "profesyonel hasta" olarak nitelendirilirler. Çünkü psikiyatrik hasta olmak kimliklerinin önemli boyutlarından biri haline gelmiş, "terapi oyunu" "hayat oyunu'nun yerini almıştır. Profesyonel hastalarla çalışmalarımın ilk döneminde zaman zaman karşılaşmıştım, daha sonraki yıllarda yalnızca bir ya da iki kez karşı-

laştım. Hepsi daha önce başka psikiyatristlere gitmişlerdi. Bana geldikleri için memnundular, ama bir ilişki yaratılmasının mümkün olmadığı bu ortamlarda katabileceğim fazla bir şey olmadığını bile bile böyle bir beraberliği sürdürmenin yararına inanmadığımdan, onların bu duygularını pek paylaşamadım. Buna karşılık öyle kararlı ve hazır insanlar var ki biraz destekle mucize yaratabiliyorlar.

Yirmi yıl kadar önce olmalı, yaşadığı hayattan memnun olmayan bir genç kadın ön görüşme için ofisime gelmişti. Psikoterapi uzun ve yavaş bir süreç olduğundan sistemli bir şekilde görüşmeye başlamamız için kendisinden önce başvuruları beklemesi gerekiyordu. Uzun bir aradan sonra sırası geldiğinde aradım. Keyifli bir sesle bana kendisini çok iyi hissettiğini, beni görmediği süre içinde olanları yine de bana anlatmak istediğini söyledi, buluştuk. Bana, bekleme süresi uzun olduğu için aradaki zamanı değerlendirmek istediğini ve bir hastanede görevli orta yaşlı bir psikolog hanımla görüşmeye başladığını anlattı. Psikolog hanım onun benimle olan bağlantısını öğrenince, buluşmalarında kitaplarımdan birini kullanarak onunla birlikte çalışmaya başlamış. Zaten genç kadın da o kitabımı okuduktan sonra bana başvurmuştu. Böylece, simgesel de olsa beni de aralarına almışlar.

/ Psikolog hanımla ilişkisini sürdürdüğü sırada bir gün ani bir kararla işe gitmemiş, eşine de nerede olduğunu bildirmeden bir not bırakıp gerekli eşyalarını ve caz kasetlerini yanına alarak arabasına atlayıp yola koyulmuş. Şehrin çeşitli yerlerinde dört gün ve gece arabasında yaşamış, çoğu zaman caz dinleyerek. Beşinci sabah yine ani bir kararla işine gitmiş, insanlar ona merakla bakmışlar ama kimse günlerdir nerede olduğunu sormamış. Akşam olup evine gittiğinde kocası da öyle. Kendi kendine dans etmeye başlayınca hiç dans etmeyen kocası da bir süre sonra ona katılmış. Sonraki günlerde kocasıyla ilişkileri giderek canlanmaya başlamış ve farklı bir boyuta geçmiş. Anlattıklarını biraz şaşıracak ama sevindik dinlerken, kendisini ve tanımadığım psikolog hanımı kutla-

dım. Karşılıklı içtenliğin neler yaratabileceğine olan inancım pekişti. O günden sonra da onu tekrar görmedim^u hikâyenin başka öğretici yanları da var. Biri, gerçekten kararlı davrandığımızda, insanların bazen soru bile sormadan bizi o halimizle kabul edebilmeleri. Bu kararlılığın temelinde tabii ki risk alabilme, dolayısıyla yüreklilik var. Diğeri de biz kendimiz olup içimizden geldiğince davranabildiğimizde, bizi dibe çekme eğiliminde olan diğer kişinin de bu tavrından vazgeçip bize katılabileceği gerçeği. Çünkü insanlar genellikle hayatıyetin olduğu alanları yeğliyorlar, kendileriyle birlikte siyahlara doğru sürüklenenleri değil. Tabii ki bu her zaman böyle olmuyor, kendi öfkesi içinde yoğrulmaktan asla vazgeçmeyen kendine dönük yıkıcı insanlar da var. Ama kendi klinik deneyimlerimde, pek çok zaman, yaşam ışığının olduğu yerde ona katılma isteğinin üstün geldiğine tanık oldum.

Uzak geçmişe ait örnekler verdiğimin farkındayım. O yıllardan bu yana insanlık çok hızlı dönüşümlerden geçti ve insanın temel çatışmalarının ortaya çıkış şekilleri daha da karmaşılaştı. Bugüne baktığımda gördüğüm en çarpıcı şey, giderek artmakta olan zaman ve mekân sıkışmasının insanlar üzerindeki etkileri. Çoğunluğu kentlerde yaşayan insanların coğrafyaları yok gibi, dört duvar dışına çıktıklarında da iç mekândaymış gibi yaşıyorlar, sıkışık. Zaman akıyor, dişli çark gibi birbirinden kopuk dilimler halinde yaşanıyor ve insanlar bunun farkında değil. Yetişme, yetiştirme, bitirme, başlama kaygısı yaşanıyor, sürekli "bir şey yapmak" zorundalar. Üst-sistemler tarafından savrulup sürüklenirken, kendini taşımakta zorlanan insanların sayısı giderek artmakta ve bazılarının kumandası gerçekten kendilerinde değil. Kent merkezi nüfusunda proje çocuklar yetiştiriliyor ve bu projeler yarışırılıyor.

Yıllar boyunca toplumun geçirdiği dönüşümleri hem doğru-
dan yaşadım, hem de ofisimin duvarları arasında başkalarıyla paylaştım. Bir şeylerin hem parçası, hem gözlemcisi olmak başlangıçta pek kolay olmamış, bunu şimdi fark ediyorum. İki yıl önce,

psikiyatriye adım atışımdan bu yana geçen yarım yüzyılı geride bıraktım. Yıllar içinde mesleğim ve ben bütün haline geldik, potansiyelim sınırlarını ve çalıştığım alanın sınırsızlığını fark edebildim. Bunlar bana dünyanın hali nasıl olursa olsun, eleştirel bakmak yerine, olmakta olanları anlamaya çalışmayı asla bırakmama heyecanını hâlâ yaşatmakta.

Çalıştığım alanın sınırsızlığıyla, yıllar içinde yaşanan dönüşümlerin doğal olarak psikiyatrideki anlayışlara yansımaları ve zaman zaman bu dönüşümlerin kendilerinin de psikiyatrinin konusu haline gelmelerini kastediyorum. Klasik psikanalizin ilk döneminde, yani geçen yüzyılın ilk yarısında, psikiyatri tamamen bireye odaklanmış, hatta topluma uyum ruh sağlığının temel ölçülerinden biri olarak değerlendirilmişti. İkinci Dünya Savaşı'nda Avrupa'da yaşananlardan sonra toplumların da hastalanabileceği fark edildiğinde, "normal" kavramının yeniden değerlendirilmesi gereği ortaya çıkmıştı. Aradan geçen zaman içinde, normalliğin durum değil süreç olduğu şeklinde görüşler oluştu, daha yakın zamanlarda ise normal sözcüğü kendiliğinden tedavülden çekildi. Artık hepimiz günün deyimiyle "arıza"yız çeşitli şekillerde.

Uzmanlık eğitimimi gördüğüm ABD'deki gençlik yıllarımda da psikiyatri tamamen bireyin içsel çatışmalarına odaklanmıştı. Toplum kusursuz sayılıyordu. Amerikan Rüyasına körü körüne inanıldığı yıllardı. Zaman geçti ve 1968 yılında Avrupa'nın bazı ülkelerinde gelişen öğrenci hareketleri hızla yayıldı. ABD'de hippiler, katı orta sınıf değerlerinin sorgulanmasına yol açtı. Bu olgular ve ardından gelen başkaları, bazı psikiyatristleri, kendi alanları ile toplumsal, politik ve kültürel olgular arasındaki ilişkilere yöneltti. Daha sonra kimilerini Uzakdoğu düşünce biçimlerine ya da varoluşçuluk gibi felsefi akımlara yöneltti. Yakın zamanlarda ise kimimiz modern fizik ve kaos olgusunun felsefi boyutlarına yöneldik. Tabii günümüzde de bu farklı boyutlara yönelen psikiyatristler dahi, aynı zamanda, klinik çalışmalarını bireyin içsel sorunlarına odaklanarak sürdürmekteler. Çünkü psikiyatri öncelikle tıb-

bin bir uzmanlık dalı ve insanın kendi içindeki kargaşanın dış dünyadaki kargaşadan daha ürkütücü olduğu gerçeği hâlâ geçerliğini korumakta.

Bununla birlikte, içinde bulunduğumuz dönemin, birey ile üst-sistemler arasındaki çizgiyi zaman zaman belirsizleştirmesi bir başka sorun. Yirmi ya da otuz yıl öncesinde de üst-sistemler, değerler ve normlar insanlar üzerinde etkiliydi, ancak muhtemelen bu kadar katlanması zor değillerdi. Bugün ise üst-sistemler, çeşitli biçimlerde, iç dünyamıza her zamankinden fazla girmiş durumda. Üstelik pek çoğumuz, hatta belki de "Türkiye adaletli bir yer değil" diyen çocuk bile artık bunun farkında ve bu farkındalık, zaman zaman, kavramsal sanatta olduğu gibi sanata ve bazen de edebiyata yansımakta. Her figürün bir fonu vardır ve fon olmaksızın figür de olamaz. Eskiden psikiyatristler izledikleri insanların fonunu aile ve yakın çevre ile tanımlarlar ve bu da yeterli olurdu. Günümüzde ise ülkenin, hatta bazen dünyanın, sınıfsal değerler gibi toplumsal ya da kültürel, politik, ekonomik, teknolojik dönüşümlerini bireyin fonuna dahil ederek değerlendirme gereği ortaya çıktı. Günümüz insanının dünyasındaki bu boyutlar psikoterapi ortamına pek doğrudan getirilmiyor olsa da kişilerin yaşam biçimlerine ve yaşadıkları zorlanmaların bazılarına etkileri çok açık.

• • • TOPLUMSAL DEĞİŞME

Altmışlı yılların sonlarına doğru bir gün Prof. Dr. Nermin Abadan-Unat'ın daveti üzerine Siyasal Bilgiler Fakültesi'ne gitmiştim. Hatırladığıma göre, benden başka bir ya da iki kişi daha çağırılmıştı. Küçük bir odada genç bir doçent bize "sosyal değişim" olgusunu anlatmıştı. Benim için yeni olan konu o kadar açık ve aydınlatıcı bir şekilde anlatılmıştı ki makaleler okusam bu kadar iyi öğrenemezdim. Bu buluşmanın benim için, bireyin yanı sıra toplumsal

boyutları da fark etme açısından önemi zaman geçtikçe daha belirginleşecekti. Genç doçentin adı Deniz Baykal'dı. Sonradan politikaya atıldığını duyduğumda, bu nitelikte bir hocadan yoksun kalacağı için üniversite adına üzülmuştum. Ardından, bireyin sınırlarını aşıp toplumsal boyutlara da yönelişim bu bilgilendirilmeyle de sınırlı kalmadı ve benim için yeni bir sürecin başlangıcı oldu. O yıllarda sosyal bilimler alanında yayımlanan bazı yabancı kitap ve makalelerde, gezegenimizin giderek küresel bir köye dönüşmekte olduğuyla ilgili görüşler bir kutlama havası içinde dile getiriliyor, ama bunların olası sonuçlarından hiç söz edilmiyordu. Bu olgunun zaman içinde gücünü artırarak, dünyamızı yalnızlık çeken bir gezegene dönüştüreceğini kimse tahmin edememişti.

Aynı yıllarda, yani öğrenci olaylarının başlamasından önceki iki yıl sabah saatlerinde, o zamanlar yeni açılan Ankara Üniversitesi Medikososyal Merkezi'ne gidiyor, öğrencilerin ruhsal sorunlarıyla ilgileniyordum. Oradaki çalışmalarım, öğrencileri daha çabuk tanıyabilmek için uygulanan bazı testlerle desteklenerek arşivlenmiş, ama bunların üzerinde çalışacak zamanım olmamıştı. Akademik nedenlerle bir çalışma sunmam gerektiğinde, orada edindiğim bilgileri bu amaçla gözden geçirmeye karar verdim. Psikiyatrik literatür zemininde değerlendirilen veriler, o zamanlar yeterince bilmediğim bir olguya işaret ediyordu: "kimlik bunalımı (*identity crisis*)". Bu ciddi bir durumdu ve bulgular özerkliği öğrenememiş olma sorunuyla doğrudan ilintiliydi. Yıl 1967 idi ve bir yıl sonra üniversite gençliği arasında olaylar patlak verdi.

Araştırma sonuçları, söz konusu öğrencilerde ortak olarak kişisel kimlik bunalımlarına işaret ediyordu ve bu olgu o öğrencilerle sınırlıydı. Ancak izleyen yıllarda, öğretim üyesi olmam nedeniyle durumun, özellikle de özerkliği öğrenememiş olma sorununun, gençler arasında çeşitli derecelerde ve oldukça yaygın olduğunu gözlemlene imkânım oldu. Zamanla, gerek klinik çalışmalarında gerek gözlemlerimde, özerk birey olamama meselesinin toplumun büyük çoğunluğu için geçerli olabileceğini fark etmeye

başladım. Bu ortak sorunumuzun bugün de aşılma yoluna girmiş olduğu düşüncesinde değilim. Hâlâ halk için değil, devlet için düzenlenmiş yasalarla yaşamaktayız ve bunu öylece kabul etmiş haldeyiz. Ayrıca töre ya da mahalle baskısı gibi olgulardan söz ediliyor ve hepinizin bildiği daha neler.

Her egonun bir benliği, her benliğin de bir kimliği vardır. Kimlik, bir insanın normlarını, değerlerini, seçimlerini içerir ve egonun dünya içindeki tavrı ve konumu bu doğrultuda şekillenir. Davranışları yönlendirecek referans noktalarının netliği bozulduğunda kimlik algılaması da bulanıklaşır. Bu durumun zemininde çoğu zaman özerk bir varlık olmayı öğrenememiş olma bulunur. En ciddi tehlike de bu durumun insanın dünyasına "yabancılaşma"sına dönüşmesidir. Bazen insanı canına kıymaya kadar götürebilen katlanılması zor bir duygu, ama o dönemde izlediğim öğrencilerde bu denli ağır bir durumla karşılaşmamıştım. Buna eğilimi olanlar var idiyse de bir süre sonra politize olup bir aidiyet edinerek böyle bir olasılıktan kendilerini korumuş olmalılar.

• • I ÖZERK İNSAN

İnsanın belirli bir referans çerçevesinde tutarlı bir kimlik geliştirebilmesi, iç sesiyle uyumlu seçimler yapabilme oranına önemli ölçüde bağlıdır. Bir başka deyişle, seçimlerini ne oranda özerk bir şekilde yapabildiğine. Özerklik, bir insanın seçimlerini dış etkenlerden ve şartlanmalardan bağımsız şekilde ve iç sesi doğrultusunda yapabiliyor olma özgürlüğüdür. Politik özerklik, insan hakları, ifade özgürlüğü gibi üst-sistemle ilgili kavramlardan sık söz edildiği halde, bireysel özerklikten neredeyse hiç söz edilmez. Belki de böyle bir hakkımız olduğunu bilmediğimizden, öğrenemediğimizden. Özgürlükten sık söz ederiz, ama özgür olduğu varsayılan bir insanın da özerkliği öğrenememiş olabileceğini düşünmeyiz.

İnsan özerk olma eğilimleriyle birlikte doğar. Bu eğilimin gerçekleştirilememiş olması ise bunun için gerekli ortamın sağlanmaması, hatta bu eğilimin doğrudan engellenerek dumura uğratılması ile doğrudan ilintilidir. Özerk insan olamama sorununu aile içi ilişkilere indirgeyerek tartışmak insafsızlık olabilir, ama konu nedense hep bu sınırlar içinde tutulmuştur. Ancak daha genelinde konu oldukça karmaşık. Çünkü bireysel özerkliğimiz ailenin ötesinde birçok unsur tarafından zaten ipoteklenmiş durumda, ailenin kendisi de öyle. Sahiplenicilik konusuna daha sonra değineceğim, ama bu aşamada Krishnamurti'den bir alıntıyla yetinmek istiyorum: "Toplum adını verdiğimiz şey geçmiş kuşaklarca yaratılmıştır ve bizim açgözlülüğümüze, sahipleniciliğimize katkıda bulunur." Bir başka deyişle, hepimiz şu ya da bu şekilde bize nasıl olunması gerektiğini empoze eden bilgilerle, ideolojilerle, dinsel inançlarla donatılmış bir üst-sistemler karmaşasının, yani bize göre geçmişin ipoteğiyle dünyaya geliyoruz. Yani hiçbirisi kendi seçiminiz değil. Yine de sınırlarımı aşmamak için özerklik konusunu ebeveyn-çocuk ilişkileri ile sınırlayarak devam etmek istiyorum.

Çocuk ilk özerklik denemelerini bir ila üç yaşlar arasında gerçekleştirmeye başlar ve fiziksel gücünün arttığını fark ettikçe kendi başına bazı denemelerde bulunur. Bunu yaparken bir yandan da göz ucuyla annesini izlemek ve onun evin neresinde olduğunu bilmek ihtiyacıdır. Hepimizin çocukluk dönemindeki özerklik denemeleri, bazıları iyi niyetle de olsa çeşitli gerekçelerle kısmen engellenmiştir. Tabii yine de bunun ne oranda ve hangi şartlarda yaşandığı önemli. Çocuğun özerklik denemelerine ebeveyn doğal olarak bir sınır koyma durumundadır, öncelikle düzen ve çocuğun güvenliği adına. Ancak bu süreç ebeveynin kişilik özelliklerine ve o dönemdeki ruh hallerine göre farklı şekillerde yaşanabilir. Özerkliğin engellenmesi, bağımsızlık denemelerine ket vurma ya da ebeveyne bağımlı kılmanın yanı sıra çocuğun makul sayılabilecek seçimlerine müdahaleyi de içerir. Çocuğun seçimleri yerine ona kendi seçimlerini empoze eden ebeveynin, kendi geçmişlerinde özerk-

likten engellenmiş olma hikâyelerine sık rastlanır. Yani bu olgu pek çok zaman kuşaktan kuşağa aktarılan bir hal de olabiliyor.

Özerk olmayı öğrenememiş olmanın başlıca belirtileri, karar verememe ya da verilen kararlar ilgili şüpheye düşme ve kendini ortaya koymaktan utanmaktır. Yıllar önce bana gelmekte olan bir genç kadının doğru seçimi yaptığından bir türlü emin olamayıp, satın aldığı güneş gözlüğünü dört ya da beş kez değiştirdiğini hatırlıyorum. Öğretmenin sorduğu sorunun cevabını bildiğinden emin olduğu halde "ya yanlışsa" kaygısıyla cevap vermekten imtina eden ya da yanlış cevap verdiğinde küçük düştüğü kaygılarına kapılan öğrenci de özerklik sorunu yaşıyor olabilir. 'Özerkliği aşırı engellenmiş insanın iç dünyasına kızgınlık ve isyan duygusu egemendir. Bu birikim genellikle bilinçaltında tutulsa da kişinin davranışlarını dolaylı olarak yönlendirir. Yani özerkliği yeterince kazanamamış olma, örtülü ve açık bir saldırgan potansiyeli de beraberinde getirir, y

Özerkliği yeterince öğrenememiş insanlar yapacakları şeyleri kendileri için değil, kim olduğu belli olmayan birileri için yaparcasına gerçekleştirirler. Öğrenci dersini, bir şeyler öğrenmenin ve meraklarını gidermenin doyumunu yaşamak için değil, sınıfta kalmamak için çalışır. Dolayısıyla sınav hazırlığı genellikle son saatlere bırakılır. Ev misafir geleceği zaman temizlenir ve toplanır. Evden zamanında çıkılamadığı için her yere telaşla yetişilir. Çoğunuza bildik gelen bu örnekler böyle sürer gider. Yıllar önce bir büyüğümün Amerikalı eşi anlatmıştı. İstanbul Uluslararası Müzik Festivali'nin ilkinin düzenleme komitesindeymiş: "İlk festivaldi ve her şey karmakarışık. Festivalin başlamasından bir sabah önce, bu festivalin ertesi gün gerçekleşmesinin imkânsız olduğunu düşünüyordum. O gün ve o gece nasıl bir tempoda neler oldu anlayamadım, ertesi gün festivalin açılışına hazırдық. Siz Türkler sürekli o son saatlerde olduğunuz gibi olabilseniz, dünyaya hâkim olurdunuz."

Yaptığımız seçimlerin çok azı, zaten ender duyabildiğimiz iç

sesimiz doğrultusunda gerçekleştirilir. Çoğu seçimlerimiz şartlanmalar sonucu yapıldığından, zaman zaman can sıkıntısı, durgunluk ve bir türlü giderilemeyen boşluk ve anlamsızlık duygusu yaşanabilir. Viktor Frankl bu durumu "varoluş vakumu" olarak adlandırmıştı. Böyle durumdaki insan kendine ve dünyaya inancını yitirmiş gibidir, yönünü bilemez ve yaptığı şeylerin anlamını soruşturup cevap bulamaz. ,Özgür olduğu zamanlarda ne yapacağını bilemez. Frankl'a göre, varoluş vakumuyla yüzleşmek durumunda kalma hallerinde, günümüz insanının sezgilerine yabancılaşmasının ve sağduyudan kaynaklanan bazı değerlerini yitirmiş olmasının önemli payı var. Ne istediğini seçmekte zorlanan günümüz insanı genellikle ya başkalarının yaptığı yapıyor ya da üst-sistemlerin taleplerine boyun eğiyor. Bu da hayatına yön verebileceğine ve çevresi üzerinde etkili olabileceğine olan inancını yitirmesine neden olabiliyor. Şartlandırılmalarımızdan ötürü çeşitli oranlarda proje insanlar olduğumuzdan, hepimizin içinde birimizden diğeri-ne değişebilen genişlikte birer vakum bulunur.

Vakumun büyüklüğü ve niteliğine göre, mevcut boşluk bazı insanlarda giderek psikiyatrik semptomlarla dolmaya başlar. Böylece varoluş vakumu, varoluş nevrozuna dönüşür. Vakum her zaman bilindik psikiyatrik semptomlarla doldurulmayabilir. Örneğin bazı insanlar vakumlarının karşı cins ilişkilerinde giderilmesi beklentisini yaşıyor ve bu durum, çoğu zaman ilişkilerin geleceği açısından pek hayırlı olmuyor. Çünkü tek alana odaklanarak boşluk giderilmek istendiğinde o alan bu yükü kaldıramaz. Kimi ise kompulsif seyahat etme, kompulsif alışveriş gibi durumlarla ya da umutlarını Uzakdoğu felsefelerinin çeşitli türevlerine bağlayarak bunun üstesinden gelmeye çalışıyorlar. Ve tabii daha pek çok şey. Aslında hepimiz vakumumuzu kısmen de olsa çerçöple dolduruyoruz. Bir yanımız bunu fark eder gibi olduğu halde, bunların iç sesimizin seçimi olmadığını görmezden geliyoruz, yerine ne koyacağımızı bilemediğimizden. Anlamsızlık ve boşluk duyguları, beraberinde yalnızlık ve yalnız kalma korkularını getirir. Çocuk-

luk döneminde ebeveyne ya da onların yerine geçen kişilere duyulan ihtiyaç, yalnızca bakım ve güvenlik için değil, benliğimizi algılayabilmeniz açısından da önemli. Yetişkin hayatta da bizler benliğimizi ilişkiler içinde algılayabiliriz. Dolayısıyla, yalnızlıktan hoşlanılmamasının temelinde benlik algılamasını kaybetme korkuları bulunur. Herhangi bir anda yaşamakta olduğumuz gerçeğe, ancak bir ilişki içinde kendimizi anlayarak ulaşabiliriz. Ne var ki, ideallerin, inançların, ideolojilerin tutsağı olup kendimizi içtenlikle ortaya koymaktan sürekli kaçınıyoruz.

Özellikle büyük kentlerde bir kısım insan, yalnız kalmamak için ilişkisizliklerin yaşandığı, birbirinin benzeri kalabalıklarda bunu gidermeye çalışıyor. Kent merkezinin bir kesim insanı beraberliklerde bir tampon kullanma gereği duyuyor, ancak bir "program" yaparak birlikte olabiliyor. Kültürümüzde hâlâ varolan "keyif" ile gerilim boşaltmaktan öte pek işlevi olmayan "proje beraberlikler" bence birbirinden farklı şeyler. Kırsal kökenli birinin çayını yudumlamaktan aldığı haz ile insanların ne kendileriyle, ne de birbirleriyle ne yapacaklarını bildikleri bazı şehir davetleri bana her zaman farklı görünür. Keyifo anda yaşanır, proje eğlenceler ısmarlanır. Pek az insan bu proje türü beraberliklerde "Benim burada ne işim var?" sorusuyla yüzleşebiliyorsa da çoğu farkına varmadan, kendine yabancılaşma pahasına, performanslarının tutsağı oluyorlar. Beğenilmek, fark edilmek, kendini önemli hissetmek ya da sevgi görebilmek için sergilenen performanslardan söz ediyorum. Üstelik, bu sergilemeler sırasında bir paradoksun da yaşanmasına neden olarak. Çevrelerinin beklentisi olarak gördüğü davranışları sergilerken, bir yandan da sergiledikleri yapay kimlikleri gerçekleştirmeye çalışıyorlar. Olmadığı biri gibi davranırken, o olmadığı biri olmak için ayrıca çaba göstermekten söz ediyorum. Bu da genellikle, insanın vaktiyle ebeveyni tarafından kabul edilme beklentisiyle geliştirmiş olduğu modelden esinlenir. Doğal olarak, geliştirilen model aynı zamanda, insanın içinde yaşadığı toplum grubuna o dönem hâkim olan değerlerden de

önemli ölçüde etkilenir. Bunlar Batı etkisindeki büyük kent kültürü ya da mahalle ve cemaat beklentileri de olabilir. Son zamanlarda psikoterapi ortamında azımsanmayacak sayıda insan, ikili ya da çoklu beraberliklerde sıkıldıklarını ve kendilerini bezgin hissettiklerini anlatır oldu. Böyle durumları terapi ortamında paranteze alıp yaşananları anlamaya çalışırken, karşı tarafa bazen o beraberlik süresince ne oranda kendini beraberliğe öylece bırakabildiğini ya da farkına varmaksızın ne kadar performans çabası gösterdiğini sorduğumda durum daha bir açıklık kazanıyor. Ralph Waldo Emerson'un dediği gibi "Başkalarının olmadan önce kendimizin olmalıyız."

Gerçekten de çoğu zaman davranışlarımızdaki performans ağırlığının farkında bile olmuyoruz, böyle bir soru sorulana kadar. Fark edilse de üstesinden gelmek kolay değil. Çünkü doğduğumuz günden bu yana bizden beklenen bu olmuş. Annesi ona gülümsediğinde küçük bebek de annesine gülümser. Her ne kadar anne, bebeğin kendi gülümsemesine karşılık verdiğini fark edemeyip, bebeğin kendiliğinden gülümsediği yanılgısını yaşasa da. Çoğumuz için sadece karşılık verme niteliğindeki bu gülümseme ilk performansımızdır. Sonrasının nasıl devam ettiğini herkes, yaşamış olduğu kadarıyla kendi hayatına bakarak görebilir. Kendimiz olmaktan vazgeçmeye başlamamız, özerk bir varlık olabilmemize zaten en başından bazı sınırlar getiriyor. Zamanla başka boyutlar kazanarak.

• • I ŞEYLER DÜNYASI

Bana göre, insanın temel sorunlarından belki de en önemlisi mülkiyet tutkusu. Bunu açıklayabilmek için, uygarlaşmanın özet bir hikâyesini hatırlatmam gerekiyor. Bilindiği gibi, ilk insanlar avcılıkta geçinirler, çoğu hayvanın yaptığı gibi kendilerine yetecek ka-

dar avlanıp yaşadıkları alana dönerlermiş. Zamanla, erkekler ava çıktığında etraftaki toprağı eşleyip keşfetmeye çalışan kadınlar, elde ettikleri tohumları ekip çevrelerindeki toprağı değerlendirerek tarımı başlatmışlar. Bugün de kadınların dükkân dükkân dolaşmaları, bana toprağı eşleyip işe yarayacak bir şeyler arayan, insanlık tarihinin uzak geçmişinden kadınları hatırlatır.

Tarımın başlaması yerleşik düzenin, dolayısıyla sonradan uygarlık denecek sürecin de başlangıcı olmuştur. Ancak, zaman içinde toprağın mülkiyeti ve bu mülkiyetin korunması önem kazanmış, önce klanlar arası, sonra da aileler arası çatışmalar ve savaşlar da kaçınılmaz olarak yaşanmaya başlamıştır. Dolayısıyla, uygarlık denen olgunun mülkiyet edinme ve onu koruma güdüsüyle eşzamanlı olarak ortaya çıktığı söylenebilir. Bu arada, yaşamlarını hâlâ avcılıkla sürdüren avcılar tepelerde av ararken aşağıdaki ovalarda zahmetsizce ihtiyaçlarını karşılayan insanları gördükçe onlara imrenip, topraklarına baskınlar düzenleyerek yağmalamaya başlamışlardı. Geçmişteki sömürgeciliği ve günümüzdeki petrol eşkıyalığını ya da deniz korsanlıklarını çağrıştırırcasına. Ve böylece sahip olma ve başkasına ait olanı çalma üzerine kurulu, adına uygarlık denen süreç de başlamış oldu. Uygarlığın insan ve onun ilişkileri üzerindeki etkilerini Freud da vaktiyle "Uygarlığın bedeli nevrozla ödenir" sözüyle dile getirmişti.

Mülkiyet olgusu insanlık tarihi içinde giderek karmaşıklaşmıştır. Sosyal oluşumların feodal yapılanmaya doğru yol almasıyla, toprak mülkiyeti veraset konusunu da beraberinde getirmeye başladı. Bu, hayvanlarda erkek türünün kendi genlerini geleceğe aktarmak için verdiği mücadelenin bir türevi gibiydi. Sahip olunan şeylerin sonraki kuşaklara aktarılması meselesi giderek toplulukların değerlerine de yön verir oldu ve cinsiyet farklılıkları önem kazanmaya başladı. Erkek evlat, kız çocuğa oranla daha değerli bir varlık olarak algılanır oldu.

Mülkiyetten söz ederken, bir başka kitabımda anlattığım, ancak okumamış olanlar için kısaca yineleme gereğini duyduğum

bir olguya değinmek istiyorum. Martin Buber'in geçen yüzyılda yazdıklarına. Buber, bebeğin insan rahmindeyken evrenle ilişki halinde olduğunu, ama doğduktan sonra bu ilişkiyi giderek unutmak zorunda kaldığını anlatır. Doğduğu anda bebek çevresiyle "ilişki kurma" dürtüsünü yalın bir şekilde yaşar. "Ben" diye bir şey bilmez, çünkü ilişkiden başka varoluşu tanımaz.

Böyle bir yaşantıda tek başına bir "ben" yoktur, "ben-sen" tek bir yaşantıdır. "Ben-sen" ilişkisindeki "ben", birlikte olduğu "sen"le ilişkisi içinde belirlenir. Burada "sen" ile kastedilen yalnızca insanlar dünyası değil, doğadaki her şey ve onun da ötesinde evrenle kurulan ilişki içinde, yani teklikte varolmaktır. (Bu ilişkinin, iki insanın kendilerini birbirleriyle tamamlamaya çalıştıkları ortak yaşam tarzı bağımlılık beraberlikleriyle hiçbir ortak yanı yoktur. Ortak yaşam tarzı bağımlılık sadece birazdan sözünü edeceğim "ben-benim şeyim" ilişkisinin uç bir tezahürüdür.) Ne var ki dünyaya gelen bebek, doğduktan sonra giderek onu gezegendeki tüm varlıklardan koparacak bir sürecin kurbanı olma durumundadır ve ebeveyninin onu "benim bebeğim (şeyim)" tarzı bir ilişkiye zorlaması sonucu hızla ebeveyninin mülkiyeti konumuna geçer. Böylece kendi dünyasına da "ben-sen" ilişkisi yerine artık "ben-şey" ya da "ben-benim şeyim" tarzı bir ilişki egemen olmaya başlar.

Aslında bir bakıma, psikoterapi beraberliğinde de temel amaçlardan biri, "ben-şey" ilişkisinden olabildiğince arınabilmektir. Tabii ne kadarı mümkünse. Ne kadarı mümkünse dedim, çünkü başlangıçtan yitirilmiş "ben-sen" ilişkisinin karşısında koca bir engel bulunur: insanlar dünyası. İnsanlar dünyası evrenin bir parçası olduğu halde, giderek kabaran kibiriyle, tarihi boyunca kendisini evrenin geri kalanından koparmak için her şeyi yapmış ve yapmaktadır. Durum öyle hale gelmiştir ki böyle bir dünya içindeki bir insan benliğini hissedebilmek ve onu sürdürebilmek için yakınında ve çevresinde başka insanların bulunmasına muhtaçtır. Dolayısıyla insan evrenin tekliğiyle bütünleşmek isterken bir yandan da zaten evrenden kopmuş, ben-şey yönelimli insan kitlesine ve o kitlenin

yaratıp kendisinin de içinde tutsak olduğu sistemlere ihtiyaç duyar. Bu, insanın en temel açmazlarından biridir.

Bu açmazı kısmen de olsa aşabilmenin yolu benliğini diğer insanlara göre tanımlamaktan olabildiğince özgürleşebilmesidir. Kendimize dikkatle bakarsak, benliğimizi ne oranda başkalarının varsaydığımız beklentilerine göre oluşturduğumuzu görebiliriz. Kendimizi "kimlere göre ben nerdeyim" rüşvetine göre algılayacağımıza, "bana göre kimler nerede"yi dikkate alarak düzenlemek benmerkezcilik değil, benliğimize sahip çıkabilmektir. Bunu gerçekleştirebildiğimiz oranda "ben-sen" ilişkilerine, dolayısıyla evrenin tekliğine yakınlaşma yolları biraz olsun aralanabilir.

"Ben-şey" ilişkisindeki "ben" kendini önemli ölçüde kendine saklar, "şey" olarak algıladığı insanlar dünyasını çeşitli açılardan inceler, sınıflandırır, yargılar ve onların şeyler dünyasında ne işe yarayacağına karar verir. Burada şeyler dünyası derken üçüncü şahısları kastetmiyorum. Hepimiz bu dünyanın bir parçasıyız. Kimimiz kendimize karşı dürüst olabildiğimiz zamanlarda bunu görüp kabul edebiliyoruz, çoğu insan ise hiçbir zaman. Ne kadar huzurlu olursak olalım, derinimizden bir türlü gitmeyen ve gitmesi mümkün olmayan eksiklik duygusunun nedeni de bu olmalı. İnsanlar, farkında olarak ya da olmayarak, birtakım beklentilerle birbirlerine yaklaşıyorlar. Biri diğerinden, diğeri de ondan kendisini yaşatmasını beklerken, ilişki olduğuna inandıkları bu durumun içinde kilitlenip beraberliklerini tüketiyorlar. "Ben-şey" ilişkisindeki sahiplenme isteklerinin yarattığı bağımlılık, beraberlikleri tehdit haline getirebiliyor. Aslında sahiplenilme isteği de sahiplenme isteğinin dolaylı yoldan ifadesidir. Tehdit de ilişki içinde benliğini yitirme olasılığı.

Çocukluk yıllarımızı hiçbirimiz kusursuz bir ortamda geçirmedik. Hepimiz önce ebeveynimizin, sonra da üst-sistemlerin "şeyleri" olduk çeşitli oranlarda. Özerkliğimiz de doğal olarak, "şeyler" dünyasında seçimler yapabilmekle sınırlı kaldı. Kaçımız çocuklarımızın iç dünyalarına ulaşabiliyoruz? Ya da onların iç dünyalarını

tanımdan korktuğumuzun farkında mıyız? Eşinizin, partnerinizin ya da yakın dostlarınızın sizi tanımasına ne kadar izin veriyorsunuz ya da onlara yansıttığınız ihtiyaçlarınızın ötesinde, onları ne kadar tanıyorsunuz ya da tanımak istiyorsunuz? Azımsanmayacak sayıda insan birbirlerini tanıdıkları varsayımlarıyla birlikte bir ömür geçiriyor. Çünkü bütün bu ilişkilerin içindeyken biz kendimizi anlamaya çalışmaktan kaçmıyoruz. İlişki içinde karşı tarafı değerlendirmeye çalışıp ona göre tepki vermekle sınırlanmış bir beraberlikte, kendi içimizde olanları algılayıp kendimizi olduğumuz gibi ortaya koyabilmemiz zaten mümkün değil.

"Şey" bir bakıma, başkalarının bizde gördüklerine inandıkları ve aslında biz olmayan imgelerden oluşur. "Şey" olmaya zorlandığımız için güvenliğimiz nedeniyle bilinçaltında sinsice biriktirdiğimiz kızgınlığımız, kendimizi değersiz hissetmemize neden olur. Değersizlik duygusunun temelinde bu kızgınlık bulunur ve insanın dünyayla olan ilişkilerini çeşitli biçimlerde ve dolaylı olarak yönlendirir. Bilinçaltındaki kızgınlık ve isyanı denetim altında tutabilmek için çevresine sürekli ödün veren, verdikçe daha çok kızan, kızdıkça daha çok veren, kısırdöngüye kapılmış insanların sayısı hiç de az değil. Bu nedenle etrafımızdaki meleklerle temkinli yaklaşmalıyız, iyice tanıyana dek. Bunu sadece klinik deneyimlerimden değil, kendi yaşadıklarımın da biliyorum.

"Ben-şey" ilişkilerinden tümünden arınmanın mümkün olup olmadığı sorusunun cevabını bilmiyorum, ama oraya doğru nasıl hareket edilebileceği ile ilgili bazı yaşantılarım olduğunu düşünüyorum. Bunları bilinen sözcüklerle dile getirmek zor, ama deneyeceğim. Bir beraberlik içinde an be an ne yaşadığımızı olabildiğince algılamaya çalışmanın önceliği olduğuna inanıyorum. Bu, birlikte olduğumuz insanın "bize ne yaşattığına" öncelik vermekten farklı bir olgu ve insana açtığı yol, zamanla, insanın kendisini ve karşısındakini yargılamaktan arınmasını sağlayabiliyor. Gözlem ve düşünce yoluyla durum değerlendirmesinden, klişelerden, ideolojilerden ve inanç sitemlerinden özgür yaşantılardan söz ediyorum.

rum. Kendimizi algılamaya odaklanmak, başkalarının yaşadıklarına duyarsız kalma anlamına gelmez. İnsan kendi yaşadıklarını algılayabildiğinde karşısındaki insanın yaşadıklarını daha açık hissedebilir. Sözcükler denetimden geçmeden kendiliğinden dö-külüverirler. Psikoterapi ilişkilerinde terapistin de kendi yaşadıklarını algılayabilmesi beklenir. Bu, "otantik dinleme" olgusunun önemli bir boyutudur. İki kişinin konuşulan şeyin içinde bütünleşip birlikte arınması.

• • I KİMLİK SORUNLARI

Altmışların sonunda başlamış görünen dönemin psikolojik açıdan çeşitli boyutları vardı, ama bana en çarpıcı gelen yanı geleneksel otorite kavramına karşı geliştirilen tutumdur. Bildiğiniz gibi, gençlik ikiye bölünmüş görünümdeydi. Bir kesim liderleri çevresinde toplanmış, oradan gelen talimatlar doğrultusunda tutum belirli-yordu. Dolayısıyla görünürde özerkliği sorun etmelerine gerek yoktu, otoriteye karşı isyanlarını derinlere bastırıp otoritenin kendi adlarına seçim yapmasını kabullenmeyi seçmişlerdi. Diğer kesim ise her türlü otorite figürüne ve kuruma karşı çıkıyor, ancak ne istedikleri konusunda alıntı ideolojilere başvurmadan öte modeller geliştiremiyorlardı. Oysa bu ideolojiler kendilerinden önce var olmuş ve başkalarının geliştirdiği dünün fikirleriydi. Gençtiler ve içinde bulunduğumuz çağı şekillendirecek yaşam deneyimleri yoktu, ama bir şeyler anlatmaya çalışıyorlardı. Kitleleri harekete geçiremediler, çünkü kuşaklar arası fenomenal dünya farklılıkları artık çok belirginleşmişti. Kaldı ki toplumumuzun zaten ataerki-otoriter yapı, bugün de olduğu gibi, hâlâ sürmekteydi, dolayısıyla sıradışı davranışlar hoş görülüyordu. Sonunda zaten otoriter güç baskın geldi.

Yetmişli yıllarda politik inançlar, bazı gençlerde "kimlik geçişi" (*identity diffusion*) sendromu"na dönüşmekte ve ideoloji zaman zaman kimliğin temel boyutu olarak yaşanmaktaydı. "Kimlik geçişi" kimliğin cılızlaştığı durumlarda ortaya çıkan bir olgu ve insanı tek boyutlu bir kimliğe indirgemekle birlikte, onu dağılmaktan koruyan bir mekanizma. Tabii, bu tek boyutun içeriğini oluşturan ideoloji, geçerliğini ve güncelliğini koruduğu sürece. Nazi Almanyası'ndaki nasyonal sosyalistlerde olduğu gibi, geçerli ideoloji çöktüğü an bu tek boyut da yitirildiği için bazı fanatik yandaşlarında oluşan boşluk kişilik dağılmalarına neden olmuş ve intihar olayları yaşanmıştı. Bazen bu ideolojiler, artık geçerliği olmasa da inatla sürdürülebiliyor, bu insanların dünyadaki yeni dönüşümleri kavrayamamasına neden olma pahasına. Bunun dünyanın daha yakın tarihinde de örnekleri var, başka yerlerde ya da ülkemizde.

"Benim için iki seçenek var: sinema yapmak ya da gerilla olmak... Ama arkadaşlarım dağlarda ölüyorlar." Karşımdaki genç insan benden tek bir görüşme talep etmişti. Üniversite öğrenimini prestijli bir fakültede tamamlamış, ama Türkçeyi ağır bir aksanla konuşuyordu. Sosyalizm cenneti olarak bilinen bir ülkeden yeni dönmüştü, düş kırıklığıyla. Geldiği aile yapısına ve feodal düzenin ayrıntılarına girmeyeceğim, sınırlı bir sürede zaten ne kadar konuşulabilmişti ki? Bilindik bir dram ilk kez bu kadar yakınımaya gelmişti. Özerkliği öğrenememiş olmanın bu kadar uç örneğiyle daha önce karşılaşmamıştım. Tüm varlığıyla boşlukta asılı gibiydi. Onu dinlerken, söylediği iki seçeneği de gerçekleştiremeyecekmiş duygusunu yaşadım. Sinema sadece bir düş gibi görünüyordu. Bu sanat dalı insanın oturduğu yerde öylece ısmarlayabileceği bir şey değildi ve herkes Yılmaz Güney olamazdı. Kaldı ki lisan pek de hâkim sayılmazdı. Dağdakilere katılmak içinse yeterince yürekli görünmedi, en azından görüşmemiz sırasında. Bir aşiretin mülkü olmak nasıl bir varoluş biçimidir bilmem mümkün değil, ancak insanda yarattığı boşluk ve kimliksizlik tek bir boyut-

la karşılanabilir: etnik kimliğinden başka tutunacak bir seçeneği olamama ve "kimlik geçişi" olgusu.

Tabii özerk olmayı öğrenememiş olmanın saldırgan potansiyelini sadece bu kimlikle denetlemekte zorlanıldığında, bu potansiyel kolayca etkinlik kazanıp yıkıcı eyleme dönüşebilir. On küsur yıl kadar önce görmüş olduğum bu genç insan sonradan dağlara çıkmışsa şaşırmam, çünkü başka seçeneği yok gibiydi. Oy kaygısıyla aşiret düzeninin sürdürülmesine göz yuman ve zamanında toprak reformunu rafa kaldıran siyasilerimizin, bu insanları seçeneksizlikle baş başa bırakmaları kabul edilebilir bir şey değil, ama olan olmuş. Bu anlattıklarımla, o topraklara egemen olan ölüm içgüdüğü Thanatos'un, yani Anadolu'da egemen olan kahrseverliğin oralarda ölümseverliğe dönüşmüş olması arasında bir bağ olup olmadığını bilmiyorum. Çünkü o kültürü yeterince tanımiyorum. Bu çok karmaşık konunun sadece bir boyutuna değindim, ama bence önemli bir boyutuna. Diğer yönleri zaten alanım dışında kalıyor. Bu insanların kişisel özerklik edinmeleri konusunda biraz olsun ilerleme kaydedilemezse, sorunun önemli bir boyutu atlanmış olacak kaygısını taşıyorum. Üstelik, en az birkaç kuşak süresinde üstesinden gelinebilecek bir olgudan söz ediyorum.

Eylül darbesinin ardından da "kimlik geçişi" olgusu devam etti ve etmekte, sadece içerikler değişti. Çünkü toplumsal ve küresel dönüşümler daha da hızlandı ve karmaşıklaştı. Daha çok sayıda insanın, kavramakta zorlandıkları ürkütücü bir dünyada tek bir boyuta tutunup kalmalarına neden olarak. Bu arada bazı insanlar bugüne, geçmişteki değerleri ya da ideolojileri çerçevesinden bakmayı sürdürdüler, bugüne karşı sürekli öfkeli ve eleştirel. Bazı kesimlerin farklı içerikteki kimlik geçişmeleri sonucu oluşan fanatizmin meydan okuyucu, saldırgan ve baskıcı tavrı, edinebildiğimiz kadarıyla özerkliğimizin tehdit altında olduğu duygusunu yaratır nitelikte.

Askeri darbenin ardından otorite figürlerine ve kurumlarına karşı tepkiler sindirilmişti, ama daha uzun vadede bunun yerini

farklı ve çoklu dinamikler aldı. Artık siyasi ya da toplumsal bir kutuplaşma olduğunda, şaşırtıcı bir hızla karşıt bir kutup odağı oluşmakta. Bu bir bakıma yoğun bir dinamizmin de ifadesi, tabii beraberinde bir soruyla birlikte. Bu dinamikler bizi ileriye doğru mu taşıyor, yoksa kısır döngüye kapılıp sürüklenmemize mi neden oluyor? Bu sorunun cevabının hangi ölçülere göre verilebileceği tabii ki net değil, ama izlenimim sık sık geri kaymalara rağmen ileriye doğru hareket eden bir süreç olduğu yönünde. Yönetilen ülkeden neredeyse bağımsız, kendi kendini ileriye taşıyan bir başka ülke de var gibi. Psikoterapide de zaman zaman mehteran yürüyüşüne benzer bir süreç yaşandığından benim için oldukça bildik. Bilgilendirilme açısından medyaya bağımlıyız ve ileri adımların fark edilememesinin gerisinde, reyting kaygısındaki medyanın kendisini sığ siyasi çekişmeler ve popüler kültürle sınırlamasının payı önemli. Yaratıcılık dahil, öylesi zengin ve şaşırtıcı projeler gerçekleştiriliyor ya da deneniyor ki bunlar popüler kültürün egemen olduğu bir ortamda zaten kolay fark edilemez. Belki bazen bir ya da iki gazetede köşeye sıkıştırılmış bir haber olmaları dışında. Sınırlı sayıda insanla da olsa süregelen bazı dinamik gelişmeleri çalışma ortamımda doğrudan paylaşma ve güncellenme imkânına sahip olduğum için kendimi şanslı sayıyorum.

• • I OTORİTE VE ÖFKE

Otorite nedir? Türkçe sözlüğe baktığımda şu tanımlamaları gördüm: yaptırma ya da yasak etme hakkı ya da gücü; sulta; psikolojik anlamdaki karşılığı da, yeterliğine herkesi inandırarak, bir kimsenin kendine sağladığı itaat ve güven; velayet. İngilizce sözlükte ise şu ifadeyle karşılaştım: itaati sağlayan yasal güç. Otoriteler karşılığında ise şu tanımlamalar var: devlet görevlileri; saygı uyandıran etkileri olan kişiler; doğru bilgi kaynakları. Türkçe söz-

lükteki "yaptırma ya da yasak etme hakkı ya da gücü" ifadesi, otorite sözcüğüne iktidar sahibi olmakla eşanlam taşıyan bir izlenim vermekte. Tarih kitaplarında anlatıldığına göre, ilk topluluklarda klanlar arası savaşlar çıktığında klan üyelerinden biri savaşa önderlik eder, savaş bittikten sonra ise statüsü olmayan sıradan bir klan üyesi olarak topluluktaki varlığını sürdürürmüş. Yani kriz döneminde otorite rolünü üstlenen klan üyesi, aynı zamanda iktidar sahibi değilmiş. Nasıl bir süreç yaşanıp da zamanla, değerli ve daha az değerli insanlar ayırımına geçildiğinin cevabını konunun uzmanlarına bırakmam gerek, ancak şahsen mülkiyetin bu ölçülerde payı olmuş olabileceğini düşünüyorum. Köleler ve paryalar dönemleri geride bırakılmış gibi görünse de günümüzde dünyanın pek çok yerinde varlığını üstü kapalı bir biçimde sürdürmekte.

Sözlükte otoritenin karşılığı "velayet" olarak verilmiş. Kişisel yorumuma göre bu, bir insanın ya da bir toplumun sorumluluğunu, onun çıkarlarını gözetmek üzere görevlendirilmek anlamına geliyor. Bu da velayeti üstlenilen kişilerin, üstlenen kişilerin "şeyleri" olamayacağı demek. Kurumlarımızdaki hiyerarşik ilişkilerde müdürüm, bakanım gibi "m" harfi ile sonlanmak zorunda olan hitap tarzlarını hatırladığımızda, ülkemizde bunun pek de öyle yaşanmadığı anlaşılabiliyor. Hiyerarşik skalada üstte olana onun mülkü olduğu kabulüyle hitap edilmesinden ya da üstte olanın altta olanı mülkü olarak tanımlamasından söz ediyorum. Koloni döneminde sıradan Hintlilerin İngilizlere "sahip" diye hitap etmelerini çağırıştırırcasına. Tarih boyunca çoğu zaman yönetenler yönetilenlere yük olmuşlardır ve bu, ebeveynin çocuklarına manen yük olması örneğinde olduğu gibi her seviyede gözlemlenebilir.

Tiyatronun temel ilkelerini geliştirdiği kabul edilen Sofokles'e göre, katarsis seyirciye aittir. Katarsis dilimize "duygusal arınım" olarak çevrildi, ama karşılığını tam tanımlayabildiğinden emin değilim. Tiyatro metnini canlandıran oyuncular seyircide duygusal bir etki ve boşalım yaratmakla yükümlüdürler. Çünkü sahne alan kişinin kendi katarsisini yaşaması, kendi duygusal yükünü seyirci-

ye aktarma hakkı olamaz. Son yıllarda televizyon ekranlarında kavga eden jürileri ya da yemek yerken kavga edenleri izlerken sadizmle tatmin etmeye dalanlar olabiliyor ve farkına varmaksızın ekrandakilerin boşalttıklarını kendileri yüklenmiş oluyorlar. Kendi içimizdeki kavgaların gerilimi, başkalarının kavgalarını seyretmekten duyduğumuz tatminle giderilemez.

Bu satırları yazdığım sıralarda bir gün evimden ofisime doğru yürüyordum. İlk köşeyi döndüğümde her yandan yankılanan bir sesle irkildim. Ses yakından gelmiyordu, ama her yerdedi ve tonu söyleye benziyordu. Ofisime geldiğimde ses de benimle birlikte binaya girdi ve bir türlü sona ermiyordu. Sesin sahibinin, bağlı bulunduğumuz ilçenin yöneticisi olduğu söylendi, bir kültür merkezinin açılış konuşmasıymış. Bana ters gelen bir siyasi şahsiyet olduğu için bu kadar rahatsız olduğum sanılmasın, son seçimlerde oyumu ona vermiştim, ama bu huyunu bilmiyordum. Bana göre o ses kişisel alanıma tacizdi. Ama ülkemizde o konumda birinin mikrofonu sonuna kadar açıp uzun uzun konuşmasının müeyyidesi olamıyor. Zaten şikâyet edebileceğim merci de kendi ofisi. Otorite konumunda olup da bağırma seven kişilerden ne kadarının, bu huyunu çocukluk dönemindeki ev ortamından edinmiş olduğunu bilmiyorum. Ancak aile içi bağırmanın, durumla baş edeme kaygısıyla ilintili olduğuna ilişkin veriler mevcut. Terörize olsa da çocuk, çoğu zaman, bunun anne ya da babanın aczi olduğunu belli belirsiz seçebiliyor. Çünkü bu bağırmanın çoğu anlamlı bir içerikten yoksun ve gürültü niteliğinde. Bunu klinik yaşantılarımda paylaşılanlardan biliyorum.

Günümüzde bazı siyasi liderlerin neden kızgın tonlarla bağırarak konuştuklarını anlamak zor. Cumhuriyetimizin kurucusunun da bağırarak nutuk icra etmiş olduğunu biliyoruz. Bu, nutuk icra etmek ile kızgın tonda bağırma arasındaki farkı anlatmak için iyi bir örnek. Kurucumuzun nutku, yeni bir ulusa önderlik amaçlı ve ciz sözlerle donanmıştı, her sözcüğü özenle seçilmişti ve tonu kızgın değil heyecanlıydı. Üstelik 1920'lerden ve 30'lardan sözlediyo-

rum ve henüz demokrasiyi deneme aşamasına gelmemiştik. Benim kuşağında bizden, ezberletilen klişeleri, hatta şiirleri bağırarak okumamız istenirdi. Büyükler de bağırarak şiir okurlardı, hatta bazen ağlarlardı, nedenini anlayamaz, neden onlar gibi duygulanmadığımı kendime sorardım. Günümüzde bunun ne kadar değiştiğini bilmiyorum. Nefes nefese, bağırsı çağrışı okunan o sözler acaba sonradan yetişkinliğe mi taşınıyor? Ya da bağırarak kültürümüzde heybet ve güç simgesi olarak mı algılanıyor? Sonuçta, katarsis kimin hakkı sorusunun cevabı da boşlukta kalıyor.

• • I ÜÇ BEYİNLİ İNSAN

ABD'de Ulusal Ruh Sağlığı Enstitüsü'nün birimlerinden Beyin Evrimi ve Davranış Laboratuvarı'nın yıllarca başkanlığını yapmış olan Paul MacLean'e göre, beynin evrimsel yapısı hiyerarşik bir düzendeki üç katmandan oluşur. Ona göre, bu üç katman yapısal ve kimyasal yönden birbirinden oldukça farklıdır. En üstte beynin korteks tabakası bulunur. Bu bölge insanöncesi varlıklarda oldukça gelişmiş, insanda ise daha da karmaşık bir yapıya dönüşmüştür. Daha derin katmanlar ise memeliler ve sürüngenlerle ortak yapısal özellikler taşır. Paleopsişik süreçlerin incelenmesine yıllarını vermiş olan Paul MacLean'e göre bizler bir değil, üç beyne sahibiz ve her biri dünyayı kendine göre algılayıp tepki veriyor. Archipallium, paleopallium ve neopallium adlarını taşıyan bu bölgeler, sürüngen, eski memeli ve yeni memeli olarak da anılırlar. Bu üç beyin, birbiriyle bağlantılı üç ayrı biyolojik bilgisayardır. Her birinin kendi zekâsı, kendi öznelliği, kendi zaman ve mekân duygusu, kendi belleği ve kendine özgü işlevleri vardır. En derin katman R-komplekstir, beynin en eski kısmıdır ve bu organın Basal Ganglia denen bölgesine tekabül eder. Beynin en derininde, nörolog Richard Restak'ın deyimiyle, bodruma atılmış eski bir oyuncak gi-

bidir. Kertenkele ve sürüngenlerde beyin yapısının büyük bir bölümünü oluşturur. Reptilyen (sürüngen) beyin ya da R-kompleks, öğrenilmemiş ve programlanmamış davranış dizilerini sağlar. Selektif boyamayla, R-kompleks ile beynin diğer bölgeleri arasında belirgin bir farklılık saptanmıştır.

Kertenkelelerin davranışlarını videoteyp ile kaydederek inceleyen MacLean, yaklaşık yirmi davranış örüntüsü gözlemlemiştir: yaşam alanı edinme, kızgın sesler çıkarma, yiyecek arama, istifçilik, selamlaşma ve sosyal gruplaşma gibi. Bu gözlemlerde, özgeci davranışlar ya da anne ve babalık gibi bazı davranış örüntüleri dışında, kertenkelelerin birçok davranışının insanlarınkine çok benzediğini fark etmiştir. MacLean'e göre, R-kompleks gibi eski beyin bölgeleri, kendi programlarını bağımsızca uygulayarak davranışlarımızı etkilemektedir. MacLean, gözlemleri sonucu, ritüelizm, "otoriteden korku ve otoriteye boyun eğme" gibi bazı davranışların da R-kompleksin ürünü olabileceği izlenimini edinmişti. Hatta obsesif-kompulsif belirtilerin ve günlük yaşamımızda zaman zaman gösterdiğimiz bazı diğer mantıkdışı davranışların da bu bölgeden kaynaklanmasının güçlü bir olasılık olduğu görüşündeydi.

Hepimiz yaşamımız süresince şu ya da bu şekilde otorite konumunda olmuşuzdur. Bazen anlık, bazen de belirli bir dönem boyunca. Otorite konumunda olma konusunda hiçbir şansı olmadığı düşünülebilecek kişiler bile bir şekilde bu durumu yaratmışlardır. Konuyu irdelerken, önce otorite konumunda olduğumuz zamanlarda nasıl davrandığımıza ilişkin kendimizi değerlendirmeye çalışmamızda yarar olabilir. Her türlü otoriteden huylanana, karşı çıkan insanlar tanıdım. Otorite konumunda olduklarında, kendileri de en az karşı çıktıkları otoriteler kadar katı ve eleştireldiler ve bunun farkında değillerdi. Dolayısıyla bu durum, bazı insanlar, otorite figürlerinde kendi yansımalarını gördükleri için mi onlara bu kadar karşı çıkıyorlar sorusunu da akla getiriyor. Klinik çalışmalarım boyunca zaman zaman, toplum gözünde yüksek otorite olarak değerlendirilen bazı insanların yaşantılarını paylaştım. Bu ki-

şilerin bazıları otorite kimliklerini sürdürübilme çabalarında kendilerine ciddi oranlarda yabancılaşmışlardı. Kişisel deneyimlerimden hareket ederek genelleme yapamasam da iktidar sahibi olma bedelinin bazen ağır olduğunu düşünüyorum.

Bu satırları yazdığım günlerden iki ay kadar önceydi. Evimden ofisime mutad yürüyüşümü yaparken bir binanın bahçe kapısının ardında bir genç adam gördüm, elleri kelepçelenmişti, burarlardan olmadığı belliydi. Başındaki polis sık aralıklarla başına ve gövdesine vuruyordu, gencin acılı sesler çıkarmasına neden olarak. Sonra ikinci bir polis göründü, o da genci tekmelemeye başladı. Yakınımda inanılmaz gözlerle olanlara bakan adam "Televizyonda görüyorduk ama..." diye mırıldanmaya başladı. Gerisini duymadım, oradan uzaklaştım. Genç adam suçüstü yakalanmış bile olsa henüz bir zanlıydı, suçlu olup olmadığına yargı karar verecek ve suçun niteliğine göre onu cezalandıracaktı. Polisler onu yakalayarak kendilerine ait görevi yerine getirmişlerdi. Öyleyse neden görevlerinin ötesine geçip o genci acımasızca hırpalıyorlardı? Polislerin geçmişlerini düşündüm, özellikle de çocukluk yıllarında kendi babalarıyla yaşadıklarını. Kendi babalarından gördüklerini tekrarladıkları olasılığının ne kadar geçerli olabileceğini bilemezdim, yüzlerindeki hınç ve öfkenin gerisindeki hikâyenin ne olduğunu da, ama otorite olarak görevlerinin sorumluluğunu taşımakta ve kişisel duygularını frenlemekte zorlandıkları açıktı.

Bu polislerin babalarıyla olan ilişkilerinin aklıma düşmesinin nedeni, çoğumuzun hayatındaki ilk otorite modellerinin anne ve babamız olması. Psikoterapi beraberliklerimde, insanların anne ya da babalarını oldukça sık model almış olduklarına tanık oldum. Tekrarlayan bazı davranış örüntülerinin alıntı olduklarını sezdiğimde bazen "Bu davranış annenizin ya da babanızın tekrarı mı?" diye sorduğum olur, aldığım cevaplar çoğu zaman tahminimi doğrular nitelikte. Bu tür bir davranışın, kişi otorite konumunda iken ortaya çıktığı durumlarda ise toplumumuzda sık rastlanan bir olguyu hatırlama gereği de doğuyor: İlk kez otorite olduğumuz sa-

nısına kapıldığımız yaşantılarımıza dönmek istiyorum. Bebeklikten çocukluğa geçişte giderek daha fazla şeyi kendi başımıza yapabilmeye başladığımızı fark ettiğimizde, kendimizi her şeye kadir bir varlık olarak algılamaya başlarız. Bu olguya "infantil omnipotens" denir. (Bu terimin dilimize çevirisini [çocuksu tümgüçlülük] benimseyemediğim için yabancı dildeki okunuşuyla kullanmayı yeğledim.) Daha önce anlattığım gibi, çocuğun o dönemdeki davranışları doğal olarak ebeveyn tarafından denetlenir ve bu, çocuğun kendi alanının sınırları olduğunu, bunu aşarsa başkalarının alanına ya da ortak alanlarına gireceğini ve bunun da sonuçlarının hoş olmayabileceğini öğrenmesini sağlar. Ne var ki, bu denetim çoğu zaman, çeşitli oranlarda ve yönleriyle ya gevşek ve yetersiz ya da katı ve aşırı engelleyici olur. Infantil omnipotens döneminde çocuğa yumuşak ve sevecen, ama kararlı tavırlarla sınırlarını öğretebilmenin önünde, çocuğu "benim çocuğum" şeklinde narsisistik bir uzantı olarak görmekten, ebeveynin kendi ebeveyniyle yaşamış olduklarını çocuğa yansıtmaya dek kaçınılması zor engeller bulunur.

Dolayısıyla infantil omnipotens dönemi, aynı zamanda, otoriteyle ilk çatışmamızın da alanıdır. Bu dönemi nispeten yumuşak bir geçişle atlatamamış olmanın çeşitli kalıntı sorunları, doğal olarak yetişkin hayata taşınır. Geleneksel yapıda ebeveynine kayıtsız şartsız itaat etme durumunda olan çocuk, infantil omnipotens döneminde genellikle aşırı kısıtlanır. Böylece zamanında yaşanamamış olan bu dönem kendisi ebeveyn olana dek ertelenir ve sıra kendine gelip de ebeveyn olduğunda vaktiyle yaşayamadığı infantil omnipotensini ebeveyn kimliğiyle yaşamaya başlar. "Ben bilirim, ben ne istersem o olur" tavrıyla sahneyi çocuklarından çalan ana-babalar, bu taleplere katlanmak zorunda kalan çocuğun özerklik denemelerine zemin sağlayan infantil omnipotens dönemini engellemiş olur, o çocuk büyüyüp de sıra kendine gelene dek. Yetişkinlikte yaşanan ertelenmiş infantil omnipotensi irdelerken, örnekleri yakınlarımızda, uzaklarda ya da yukarı katlardakilerde ara-

madan önce bu konuda kendimize de daha dikkatli bakmamız gerekebilir. Çünkü insan kendisini evrenin merkezi gibi görürken, kendisini böyle görmekte olduğunu fark edemez.

Yetişkinlikte yaşanan infantil omnipotens tabii ki ebeveyn toplumunun dışında da tezahür eder; servet, şöhret, patron ve yönetici olmak ya da yüksek statü sahibi olmaktan siyasi iktidarda bulunmaya kadar pek çok alanda kendini gösterebilir. Farklı görüşlere aşırı tahammülsüzlük, olaylar istediği yönde gelişmediğinde yaşanan öfke nöbetleri, başkalarından sürekli olarak isteklerinin karşılanmasını bekleme, etrafındakilere aşağılayıcı davranışlarda bulunma, herkesten daha zeki ya da akıllı olduğuna inanma gibi durumlara daha pek çok örnek eklenebilir. Bu insanları yüceltmediğimizde, onlara körü körüne inanmadığımızda ya da onların onayına ihtiyacımız olmadığında, her şeye kadir kibirli görüntülerin gerisindeki çocuğu görmemiz bazen mümkün olabilir. Hatta arada bir müsamerede büyük rolü oynamaya çıkmış çocuk hallerini de.

Yetişkin omnipotensin yaşandığı örnekler arasında bazı insanların "bana bişey olmaz" şeklindeki çocuksu meydan okumalarını ve araba direksiyonunda olmayı da saymam gerekiyor. Yolların sadece kendileri için var olduğuna inanan insanlardan söz ediyorum. Direksiyon "bazı insanlarda" güçlü bir iktidar duygusunun yaşanmasına neden olabiliyor ve bu bazen rüyalara da yansıyor. Bu durum genellikle hayatının direksiyonuna sahip olamayan insanlarda daha sık gözlemlenmekte. Oysa kendini yönetebilmek, başka bir şeyi yönetmek kadar kolay olmuyor. Üstelik, T. S. Eliot'ın dediği gibi "Bu dünyaya verilen zararların yansı kendini önemli hissetmek isteyen insanların eseridir."

Toplumumuzda otorite olgusuyla ilgili sorunun günümüzde halledilmiş olduğunu düşünmüyorum. Ancak süreçlerin bazen kısır döngü görünümü kazanması bunun böyle kalacağı anlamına gelmez. Tarihçi Arnold Toynbee, "Toplumların karşılaştığı sorunlar onları bileyip güçlendirebilir, ama bu onların sorunları nasıl çöz-

düğüne bağlıdır," diye yazmıştı. Uzun vadede konuyu daha olgun bir yörüngeye oturtacağımıza inanma eğilimindeyim, çünkü buna zorunluyuz. Her ne kadar bu, otoriter kurumlar kayıtsız şartsız boyun eğenlerin, "otorite gerçektir, ama gerçek otorite değildir" gerçeğini idrak edebilecek olgunluğa ulaşmasıyla mümkün olsa da.

• • I ÇÖZÜLEN DEĞERLER VE UMURSAMAZLIK

1980 darbesinin açıklandığı sabah Çankaya'daki evimdeydim. Ama benim için olay bir gün öncesinden başlamış sayılırdı. Yurtdışındaki bir kongreden yeni dönmüştüm, hâlâ tatilde sayılırdım. Döndüğümü bildirmek için dekanlığa vekâlet eden arkadaşımı aradığımda, arabalarla ilgili bir sorun olduğu için üniversiteye nasıl gideceğini bilemediğini söyledi. O zamanlar şehir dışı sayılan bir yerde oturuyordu. Gidip onu evinden aldım, Eskişehir yolu olarak bilinen otoyola çıktıktan bir süre sonra önümüzde uzun bir tank konvoyu olduğunu gördük. Arkadaşım bana dönüp "Bu gece bir şeyler olacak," dedi. İkna olmadığımı fark edince "Ben bu resmi daha önce görmüştüm," diye ekledi. Babası Yassıada duruşmalarında idamdan dönmüştü, tecrübe konuşuyormuş, o anda bilemedim. Oysa yıllardır part-time ders verdiğim ODTÜ'ye o yoldan gidip geliyordum ve böyle bir görüntüyle hiç karşılaşmamıştım. Tankları sollayıp yola devam ettim.

Ertesi sabah her şeye kadir bir yetişkin, ekranlardan bizleri ıslaha muhtaç varlıklar olarak gören bir konuşma yapıyordu, en azından konuşma tonu öyleydi. Nitekim bir süre kışla gibi yönetildik. Durumun sorumlusu tabii ki bizlerdik, felek değil. Bizlerde ne eksikti de bunları yaşamamız gerekmişti sorusunun cevabını da dolaylı olarak burada zaten tartışmaktayız. O dönemde bazı insanlar kalıcı sayılabilecek psikolojik hasar gördüler. İşkence gördük-

lerini söyleyen bu kişiler konudan fazla söz etmek istemez gibiydiler. Psikolojik yardım almayı seçenlerin önemli bir bölümü, bu konuya ciddiyle eğilmiş olan üniversite mensubu genç meslektaşlarıma başvurmuş olmalı, ama birkaçı da bana geldi. Gelişlerinin öncelikli nedeni işkence görmüş olmaları değildi. Ama biri klinik çalışmalarımın dışında, diğeri esnasında, iki kişinin bana söyledikleri ve neredeyse birbirinin aynı olan cümleyi unutmam mümkün değil: "İşkence gördüğümde bu yana diğer insanlara karşı duyarlılığım köreldi." O dönemin dolaylı olarak benim de hayatımı etkilemiş olduğunu sonradan fark ettim. Ankara'dan İstanbul'a taşındım ya da döndüm. Bir süre sonra pek çok insanın buraya benden önce gelmiş olduğunu fark ettim. Benden sonra da gelmeye devam ettiler. Meğer bir kitle göçünün parçasıymışım. Bu kadar çok sayıda insanın, çoğu birbirinden habersiz, aynı dönemde aynı şeyi yapmış olmasında, bizleri Ankara'dan kaçırın ortak bir neden paylaşmış olmalı.

Yetmişli yıllarda bir arayış vardı, artık sıkılaşmaya başlayan bir kabuğu çatlatmak istercesine. Askeri yönetim bunu engellemekle yetinmedi, gençliği politikadan uzak tutmak için özel bir çaba gösterdi ve izleri bugüne kadar taşınan ölçüde başarılı da oldu. Çağdaş bir insan için politik tavır kimliğinin doğal bir boyutudur. Bu boyutun oluşumu ketlendiğinde politik inançların yerini, yarattığı regresyondan ötürü, körü körüne bir kitlesel fanatizm alabilir. Körü körüne deme ihtiyacını duymamın nedeni, "politikayla ilgilenmeyen toplumların kaderinde cahiller tarafından yönetilmek de olabilir" sözünün çağrıştırdığı bazı olasılıkları da beraberinde getirmesi. Bence, daha önce sözünü ettiğim "kimlik geçişi sendromu"nun, yani kimlik boşluğunun bir ideoloji ya da inanç sistemiyle giderilmeye çalışılmasının içeriği, 1980 sonrasında farklı alanlara yönelerek varlığını sürdürmekte. Toplumun bir kesimi İslami inançlarını ideolojik boyuta taşıırken, bir diğer kesimi aynı boşluğu milliyetçi görüşlerle dengelemeye çalıştı. Bir diğer kesim ise cumhuriyetin başlangıcındaki ilkelere eskisinden daha katı ve

kararlı bir biçimde tutundu. Tabii seçim zamanlarında kime oy vereceğini bilemez halde olan bir kitle de var. Dolayısıyla gelinen aşamada, demokrasi yolunda ilerleyişi ketleyici etkisi olan ve toplumun biz ve ötekiler şeklinde ayrılmasına neden olan kolektif bir kilitlenme söz konusu. Askeri darbe olmasaydı neler yaşardık sorusunun cevabını ise hiçbir zaman bilemeyeceğiz.

Askeri yönetimin ardından, açılımı ve girişimi destekleyen sivil bir yönetim geldi. Yapılanlar, dünyanın geri kalanıyla daha uyumlu yaşamamıza imkân veren şeylerdi, ama belki de sindirilmeleri için yeterli zaman tanınmadan uygulamaya koyulmuşlardı, çünkü bu sürecin yarattığı bazı ruhsal zorlanmalar o dönemde klinik çalışmalarına yansdı. Bunlar daha çok, hızla değişen değerlerle ilgili sorunlardı ve kafaları karışan insanlar neyle baş etmeleri gerektiğini kavramakta zorlanıyorlardı. Kişiselikten profesyonelliğe geçişte, hem işveren hem de çalışan kesimin hangi normlara göre davranacağını bilemez halde olduğu zamanları hatırlıyorum. Klinik çalışmalarımda böyle konular daha önce hiç ön planda olmamıştı, belki o dönemde biraz da şirket gibi yönetildiğimiz için. Yapılan reformlar ekonomi ve teknolojiye odaklanmıştı, ama sosyal ve kültürel boyutları cılızdı. Ekonomi canlandı ve toplumda bu konuda yaşanan pek çok tıkanıklık aşıldı, ama gelir dağılımı da bozulmaya başlamıştı. İçerikten çok biçim öne geçmeye başladı, yetmişli yıllarda zaten bazı zorlamalara maruz kalmış olan Türkçe iyice rasgele kullanılmaya başladı. Mülkiyet tutkusu hırsla dönüşerek toplumun köklü bazı değerlerinin erozyona uğramasına neden oldu, ahlak sözcüğü tedavülden çekilerek, yerine dilimizdeki anlamı yüklü olmayan etik sözcüğü kullanılmaya başladı. Keskin vizyon ürünü olarak yüceltilen açılımlar devrim sayılırdı, ama her şeyin olduğu gibi bunun da siyah bir yönü vardı. Bunları o dönemi eleştirmek adına anlatmıyorum. Ama o zaman başlayan sürecin etkileri, olumlu ve olumsuz yanlarıyla, bugün de katlanarak devam etmekte ve büyük ülke olma yönünde atılan başarılı adımların bedelleri de çeşitli şekillerde ödenmekte.

Bu satırları yazdığım sırada, gazetelerde dünyada gelir dağılımının en kötü olduğu ülkelerin sıralaması vardı. Ülkemiz Meksika'nın üzerinde ve sondan ikinci sırada. Yirmi sekiz yıl önce gittiğim Meksika'da bana en çarpıcı gelen şeylerden biri, açık bir şekilde gözlemlenen, gelir dağılımındaki dengesizlikti. O zamanlar halimize şükretmemiz gerektiğini düşünmüştüm. Anlaşılan, 1980 sonrasında giderek artan farklılıklar zamanla bizi o ülkeyle eşit konuma getirmiş. O günlerden bu yana sayıları giderek artan, bazı yönlerden içerik yoksunu ama girişimci, fırsatçı ve dinamik "Yeni Türkler", düşünce ve fikir zengini ama eylem yoksunu aydın kesimi yavaşça toplumun periferisine doğru iteklemeye başladılar. Bu satırları yazdığım sırada bana, bir arabanın arkasına yazılmış bir yazı aktarıldı: "Magandayım ama para bende." Bir meydan okuma örneği daha ya da yeni bir kimlik. Kültüre, sanata, estetiğe ve görgüye ilgi duyulmayan bir ülkede ekonomik güç kazanmış olmanın sınıf atlamayı da kapsayabileceğini düşünmüyorum. Kaldı ki sınıf, zaten tanımlanması zor ve soyut bir kavram.

Doksanlı yılların başına dönmek istiyorum, pek çok şeyin hızla dönüşümden geçtiği yıllara. Sürecin farklı bir evreye ulaştığını düşündüren pek çok şey oldu o yıllarda. Bir akşam televizyonda haberleri seyrederken, ekranda polisin yan çıplak bir adamı uzun saçlarından çekip itekleyerek götürdüğünü gördüm. Bir tarikatın lideri olduğu söylenen adamın yatakta seviştiği genç kadın pek gösterilmedi, ama sonraki akşamlarda o da ekranlarda görünüp kendi hikâyesini anlatacaktı. Akça pakça, açık renk gözlü, başı örtülü, göz kapakları eflatun farlı bir genç kadın, adı F. Ş. Heyecanlı bir sesle hikâyesini anlatıyordu. Tarikat lideri olduğu söylenen adama onun müridi olma beklentisiyle gitmiş ve zaman içinde, kendi deyimiyle kandırılarak, cinsel beraberlik yaşamıştı. Sonra olayın burada bitmediği anlaşıldı; genç kadın bir başka tarikatın lideri olduğu söylenen birine de gönderildiğini ve onunla da yakınlık yaşadığını anlattı. Derken ikinci tarikat liderinin Burberry desenli tesettüre bürünmüş genç eşi de ekranlarda görüldü. Hatır-

layabildiğim kadarıyla "esas kadın benim" benzeri bir mesaj vermiş, bir süre sonra da eşinden ayrılmıştı.

Olay benim için düşündürücü idi, çünkü olay kendini ortaya koymaktan utanan bir toplumun, bu konuda içinin dışına çıkmaya başlamasının benim fark edebildiğim ilk belirtilerinden biri gibiydi. "Rezil olma" diye dile getirilen durumların anlamını yitireceği sürecin de başlangıcı. Nitekim bu olaydan bir süre sonra genç bir kadın Cumhurbaşkanlığı Köşkü önünde soyundu ve benzeri olaylar sonradan bir süre için neredeyse sıradanlaştı. Bunlar değerlerdeki hızlı bir çözülmenin işaretiydi ve bizi nerelere götüreceğini kestirmek mümkün değildi. Ticaret hayatında giderek daha sık görülmekte olan umursamazlık örneklerinin, özel hayatlarda da sergilenmeye başladığının göstergesi gibiydi. Bu, özerkliği öğrenmeye başlamanın belirtisi de değildi. Çünkü özerklik benlik sınırlarına sahip çıkabilmeyi de tanımlar. Durum, özerk olmayı bilememenin bir başka örneğiydi, aynı paranın diğer yüzü. Bu örnekler, bir bakıma, toplumun önemli bir bölümünün hâlâ muhtaç olduğu değerlerin altını oyarak, zamanla daha büyük bir kesimin yاپay ve fanatik inanç sistemlerine yönelmesinin de başlangıcı sayılabilirdi.

• • I AİDİYET DUYGUSU

Beyin herhangi bir anda dış dünyadan kendisine ulaşan yaklaşık beş milyar bilgi biriminden pek azını işleme sokabilir. Bunu yaparken, gelen uyarıları kendince bir düzene sokarak kavranabilir ve anlaşılabilir hale getirmeye çalışır. Yani, gerçeklik olarak algıladığımız şeyler, beynimizin bizde yarattığı ve bize göre düzenlenmiş farkındalıklardır. Dolayısıyla her zihnin yorumladığı gerçeklik diğerlerinden bazı farklılıklar gösterebilir. Önceki yaz bir tatil yöresinde ay tutulmasına tanık olmuştuk. Altı kişiydik. Her

birimiz gördüğünü farklı şekilde tanımladı, yalnızca bir kişi gördüğünü benimkiyle özdeşmiş gibi tanımladı. Yine de emin olamadım, çünkü tanımlamaların benzemesi aynı şeyi gördüğümüz anlamına gelmeyebilirdi. Konu birbirimizi algılamaya geldiğinde işler daha da karışıyor. Öyleyse nasıl oluyor da ortak bir gerçeklikte mutabık olabiliyoruz? Varsayımsal olarak, bunda ortak kültür ve geleneklerin, yani şartlanmaların payı olduğu düşünülebilir. Oysa belki de gerçeklik, aslında, beynimize ulaşan ve çok azını değerlendirebildiğimiz milyarlarca uyarandır. Bizim gerçeklik dediğimiz şey insanın yarattığı bir kavram ve çeşitli yönere çekilerek farklı anlamlarda kullanılmakta. Gerçeği kavramaktan bizi alıko-yan nedir sorusunun cevabını Krishnamurti *İlişki Üzerine* adlı kitabında şöyle cevaplandırmış: "Kavrayamıyoruz, çünkü kendimiz, korkularımız, ideallerimiz, inançlarımız, umutlarımız, geleneklerimiz, vb. şeyler örtü işlevi görüyor. Bu saptırmaların ardındaki nedenleri anlamadan, algılananı değiştirmeye ya da ona tutunmaya çalışıyoruz, bu da daha çok direnç ve sıkıntı yaratıyor. Asıl üzerinde durmamız gereken nokta, bu saptırmayı ortaya çıkaran nedenleri kavramaktır... İvedi sonuçlar aramak, anlayabilme olasılığını yok etmektir."

Kişisel algılarıma göre, yaklaşık son yirmi yıldır zihinlerimize ulaşan uyarın sayısı hızlanarak arttı. Bunların bir bölümü ülkemizdeki toplumsal ve politik olaylara ilişkin; ama beslenme konusundaki çeşitli, bazen de çelişkili bilgiler örneğinde olduğu gibi, insanlar artık neyin kendileri için doğru olduğunu kavrayamaz oldular. Beynin değerlendirebileceği uyarın sayısı sınırlı olduğuna göre, "toplumumuzun belleği yok" tarzındaki yorumların ne denli hakça olduğunu bilemiyorum, çünkü ülkemizde olup bitenlerin hızı başdöndürücü ve çoğu kavranması zor durumlar. Kaldı ki gelir dağılımının iyice bozulduğu ülkemizde toplumun büyük çoğunluğu için, günlük gaileler, geçim sıkıntısı ve kişisel psikolojik sorunlar öncelikli olma durumunda. Bir de toplumda olup bitenleri ve siyasi çalkantıları kaldıracak güçleri, üstelik pek çoğunun ye-

terli formasyonları da yok. Sonuç, toplumun tamamı için söylene-mese de Bekir Coşkun'un tanımlamasıyla, "sessiz, tepkisiz, kaderci ve ezik" kitlelerin oluşmasına da yol açıyor. Uyarın bombardımanının ne kadarının amaçlı yapay gündemlerle oluşturulduğu sorusu ise ilgili uzmanların konusu.

Toplumun geçirdiği dönüşümler, insanın doğduğu andan itibaren çevresi tarafından şartlandırılmaları ve geçirdiği yaşantılardan edindiği izlenimlere göre kendine oluşturduğu referans çerçevesini sarsar halde. İnsan yaşantılarını ve çevresindeki olayları bu çerçeveye göre algılama ve anlamlandırma ihtiyacıdadır. Bir insanın referans çerçevesi yaşamı boyunca bazı değişikliklere uğrayabilir. Geçmiş kuşaklarda bu değişiklikler yavaş, dolayısıyla yumuşak bir biçimde gerçekleştirilirdi. Ama artık öyle olamıyor, bu da kısmi bir etken olarak, toplumumuz bireylerinde daha önce görülmemiş türde davranışların ortaya çıkmasına yol açabiliyor. Bunun nedenlerinden biri de aidiyet duygusunun sarsılması ki bu, özellikle geleneksel değerlere bağlı insanlar için temel yaşam desteğinden yoksun kalma tehdidini de beraberinde getiriyor. Bu baş edilmesi zor durum, zamanla, bir kısım insanın var olmuş olan değerlere daha katı bir biçimde tutunmasına yol açmakta. Geleneklerin bazı esnekliklerle dengelediği katılıklar, artık yerini daha mutlak bir tutuculuğa bırakmakta. Din ya da alternatif inanç sistemlerine fanatik bir biçimde bağlanma bazı insanları dağılmaktan bir süre için koruyor olabilir. Ancak, giderek felsefesinden uzaklaşma ve biçime yönelme eğiliminde olan din, kimileri tarafından farklı amaçlarla kullanıldığında olay daha da karmaşıklaşabiliyor.

Ulvi duyguların dış dünyadan ithal edilebileceğine inanmıyorum. Değersizlik ve eziklik duyguları yaşayanların da bu tür duyguları, iktidar ve varlık sahibi olmakla telafi edilemiyor. Kendilerini kendileri olarak kabul edebilmekten uzak olduklarından. Sınıf atlamak için debelenmek de ters tepen bir çaba. Bu ya kendiliğinden ve farkına varmadan oluverir ya da ne yapılırsa yapılsın ger-

çekleştirilemez. Bunlara, eleştiri amacıyla değil, insan doğasının günümüzdeki trajedisinin bana önemli görünen bir boyutu olduğu için değindim. Çünkü anlattıklarım ciddi bir ruh sağlığı sorunu olan depresyona da zemin hazırlamakta.

••I DEPRESYON VE SIKIŞMIŞ KIZGINLIKLAR

Dünya Sağlık Örgütü, depresyonun kalp hastalıklarından sonra dünyadaki en yaygın ikinci sağlık sorunu olduğunu açıklamakta. Ancak, çok sayıda insan depresyon yaşamakta olduğunu farkında değil. Çünkü biyolojik kökenli esas depresyonlar dışında, psikolojik temelde oluşan orta ölçekli depresyon çok farklı şekillerde ve derecelerde tezahür edebiliyor. Depresyonun dinamiklerinde dışa vurulamayan sıkışmış kızgınlığın kişinin kendine çevrilmesi bulunur. Sıkışmış kızgınlığın temel nedeni yaşamazlıktır. İyi yaşamakta olduğuna kendini inandırmış olan biri, yaşamını biçimsel etkinliklerle dolduruyor ve ilişkisizliğini bu şekilde ödüllüyorsa, oluşan vakumun depresyon yoluyla ifade bulması kaçınılmaz oluyor. Depresyonun değişmez belirtisi karamsarlıktır. Yalnızca bunu göz önünde bulundurduğumuzda, depresyon olgusunun toplumuzda ne denli yaygın olduğu anlaşılabilir. Kaldı ki, son yıllarda ülkemizde giderek artan sayıda insanın dünyadaki yerini ve kendi yörüngesini kavrayamaz hale gelmiş olmasının, durumu geçmiştekinden de yaygın hale getirmiş olduğunu düşünüyorum. Bu konuda somut bilgi sahibi olmasam da izlenimlerim var. Azımsanmayacak sayıda insanın sürüklenircesine yaşadığı oldukça açık.

Depresif insan depresyonu aracılığı ile de bu bilinçaltı kızgınlığı dolaylı olarak çevresine yansıtır. Kültürümüzde oldukça yaygın olan kahırseverliği örnek alırsak, bu durum aslında birbiriyle ilintili çeşitli öğeleri birlikte barındırır. Olumsuzluğu çevresine bulaştırma eğilimi pasif-saldırgan bir davranıştır ve insanın kendi

sorumluluğundan kaçınması açısından etkili bir uyuşturucudur. Depresif insan bardağın boş yansını algılama eğilimindedir. Bazı insanlar çevresine sessizce kasvet yayar, kimi ise hiçbir şeyden memnun olmaz, kusur arar, arayınca da bulur, neredeyse sürekli eleştirir. Kimi insanlarda entelekt de karamsarlığı yayma amacıyla kullanılır ve entelekte ağırlık veren bazı kişilerde zaman zaman görülebilen narsisistik şişmelerin de katılımıyla yaşamın yalın özü küçümsenir.

Bazı insanlar sıkışan kızgınlıklarını denetleyebilmek için, bilinçdışı bir mekanizma aracılığıyla, dış dünyayla ilişkilerinde bunların tam karşısı tutumlar geliştirirler. Bilinçli dünyalarında sevecen davranışlar sergileyip gerçekten de öyle olduklarına inanırlar. Bazen bu kınlanması güç bir mekanizmadır, melek olduğuna inanmış bir insanın aslında hiç de öyle olmadığını kabullenmesinin zorluğundan ötürü. İnsan kızgınlıklarını küllemek ve kendini iyi biri olarak niteleyebilmek için kendinden bir şeyler verdikçe daha çok kızar, kızgınlığı arttıkça daha çok verir ve bu hal, katılığı giderek artan bir kıyırdöngü olarak sürer gider. Giderdi demek belki daha doğru olabilir, çünkü geçmişte insanlar böylesi mekanizmalarla, kendilerine yabancı yaşama pahasına ömürlerini sonlandırdılar. Günümüzde bu, artık yaşam boyu sürdürülebilecek bir şey olamayabilir.

Bence, insanların bize siyah görünen yanlarına direnıp beyaz yanlarıyla ilişki kurabilmenin mümkün olup olamayacağı, bizim kendi dünyamızla doğrudan ilintilidir. Çünkü bize ikiyüzlü görünen davranışlarla baş edebilmek için kendi kızgınlık dağırımızın da hafiflemiş olması gerekiyor. Bilinçaltında birikmiş düşmanca eğilimlerimizi yönetebilmek bir sanat ve zor bir sanat. Ancak klinik deneyimlerim bana, yeni kızgınlıklar biriktirmemeyi önemli ölçüde becerebildiğimizde, geçmişten kalan kızgınlıklarımızın etkisinin de soluklaşabileceğini gösterdi. Tabii, ağır travmaların silinmesi zor izleri dışındakiler. Kızgınlık biriktirmemenin yollar alanımızı korumak ve tanımlamaktan geçer. Alanımızı koruyama-

miş ve yeterince tanımlayamamışsak, bunu telafi etme çabalarımız bazen hoyrat tepkiler vermemize neden olabilir, ama olmaya bilir de. Genellikle bu tepkiler giderek yumuşar, hatta zamanla estetik formlar alabilir. Bu yumuşama daha az korkmaya başladığımız anlamına gelir. Zaten asıl korktuğumuz, kızgınlığımızın denetimden çıkmasıyla insanların onayını kaybedeceğimize inanmış olmamızdır. Psikoterapinin bu konuda katkısının önemli olduğuna inanıyorum. Çünkü insanlar denemekten çekindikleri tepkileri, terapistle kurdukları ittifaktan aldıkları destekle çoğu zaman gerçekleştirebiliyorlar. İnsanlardan korkarken, yani bilinçaltımızda onlara yönelik hak ettikleri ya da etmedikleri kızgınlıkları farkına vararak ya da varmayarak yaşarken onları nasıl sevebiliriz? İnsanları onları hissedebildiğimiz oranda sevebiliriz, tabii eğer kendimizi hissediyor ve hissettirebiliyorsak. Toplumumuzda anlamak ve hissetmenin sıklıkla karıştırıldığını düşünüyorum. Hissetmek duygusal ve sezgisel düzeyde yaşanır, anlamak daha çok düşünce düzeyinde kalır. Kendini sevdirebilmek kolaydır, ama aslolan sevebilmek. Bazılarımız sevilme uğruna sevmeyi gözden çıkarabiliyorlar.

Biri bize olumsuz bir davranışta bulunduğunda duygusal dünyamızda inciniriz, ama kültürümüzde incindiğini kabul etmek küçük düşürücü bir durum olarak değerlendirildiğinden, incitilmiş olma duygusu bastırılır ve yüzeyde yaşanan şey kızgınlık ve yargılama olur, çoğu zaman alınganlık görünümünde. Küsmeyi seven bir toplumuz. Her vesileyle küsmeyi huy haline getirmiş insanlarımız bile var. Oysa küsmek yoğun bir ilişki sürdürme biçimidir. Çoğu zaman, küsülen insan dost kabul edilenlerden daha sık hatırlanır. Biri bizi incittiğinde tepkimiz kızgınlık ve yargılama olursa, karşımızdaki insan bize ne yaşattığını anlayamaz ve kızgınlık tepkimize karşı kendini savunmaya geçerek vicdanından kurtulmuş olur. Onu yargılamadan incindiğimizi ona hissettirebildiğimizde ise vicdanıyla yüzleşme olasılığı artar. Bunu da yapamıyorsa, o kişinin hayatımızdaki yerini yeniden gözden geçir-

mekte yarar olabilir. Başkalarını yargılamaktan arınmanın yolu, kendimizi yargılamaktan arınabilmekten geçer. Kendimizi yargılamak ise iç dünyamızda olanlara yabancı kalmamızın başlıca nedenlerinden biridir.

Meraklılık toplumumuzda oldukça yaygın ve kendine özgü psikodinamikleri var. Gençlik yıllarımda bir tren yolculuğu yapmam gerekmişti. Yerimi bulduğumda kompartmandaki kişiler ben-den önce gelip yerlerini almışlardı. Küçük çantamı yerleştirip koridora çıktım. Kompartmandaki kadınlı erkekli kişiler konuşuyorlardı, arada bir konuştukları kulağıma çalınıyordu. Birbirleri hakkında bilgi edinmekle meşguldüler. Böyle bir bilgi alışverişi kendi dünyama yabancı olmakla birlikte yine de ne olup bittiğini kavrayacak bir yaşıydım. Dolayısıyla, konuşmalar ilerledikçe, diğerleri kendilerine göre üstte mi altta mı değerlendirilmelerinin yapılmakta olduğunu anlayabilmişim. Eşitleri yoktu, sadece alttakiler ve üsttekiler şeklinde bir değerlendirmeydi bu. Soruşturmalar bitip kompartmana sessizlik hâkim olunca içeri girip yerime oturdum, üzerimde beş çift göz. Onlarla göz temasından kaçınarak kitabımı açıp okumaya başladım ya da belki okur gibi yaptım. Bana soru sormadılar ya da soramadılar. Ya onlardan genç olduğum için, ya onlara iyi gelmeyen bir koku yaydığım için ya da oturum zaten kapanmış olduğundan, bilemiyorum. Zaten yolculuğun geri kalanında da pek konuşan olmadı. Gerekli bilgiler edinilip notlar verilmişti, önemli olan da buydu, ilişki değil. Dünya içindeki yerlerini birbirlerine göre saptamışlardı, belki biraz da düşmanca amaçlarla. Kendi hayatlarına kendilerini kaptırmış yaşayan insanlar başkalarının hayatını bu kadar merak ederler mi ki? Lao Tse'nin dediği gibi: "Bашkalarını bilen bilgi edinir, kendini bilen aydınlanır."

Hepimiz büyürken, bazen iyi niyetle de olsa yargılanıyoruz, değerlendirmelere konu oluyoruz. Sonunda "benim şeyim" doğrultusunda, çoğumuz kendimizi başkalarının değerlendirmelerine göre algılama eğilimine giriyoruz ki bu da "şey" olduğumuzu kabullenme anlamına geliyor. Bence önemli olan, bize göre hayatı-

mızda kimin nerede olduğunu belirleyebilmek. Dalai Lama buna sağlıklı bencillik diyor. Sağlıklı, çünkü böylesi bir koordinatta aşağı-yukarı değerlendirmesi yok. Sadece kimi kendimize ne kadar yakın ya da uzak hissettiğimizin farkında olabilmek söz konusu ki bu da zaman içinde değişimden geçebilir. Hatta geçirdiğimiz dönüşümlere göre kimileri hayatımızdan çıkabilir, yenileri girebilir. Kendimizi yakın hissettiğimiz kişilere duyduğumuz yakınlığı hissettirebilmemizi önemli buluyorum. Çünkü kültürümüzde olumsuz tepkiler daha kolay verilebildiği halde, olumlu tepkiler verme konusunda cimriyiz. Sanırım daha çok, ya karşımızdaki insan bizim olumlu tepkimize karşılık vermezse kaygısıyla. Muhtemelen yetişirken yeterince ödüllendirilmememizden ve toplumun bazı kesimlerinde sevgiyi dile getirmenin zaaf ifadesi olarak algılanması kaygısından. Ancak böyle bir kaygıya kapılmak, diğer insanlardan olumlu bir karşılık alma garantisi beklentisi demektir ve bizi yine şeyler dünyasına götürür. Dünyadaki yerimizi belirlerken bazı duygusal riskleri alacak cesareti gösteremediğimizde, hayatımız olabileceğinden daha kuru yaşıyor.

• • I ÇOCUK YALNIZLIĞI

Bu satırları yazdığım sıralarda ülkemizdeki UNICEF temsilcisinden, neredeyse tüm Türkiye'yi dolaşmasının ardından ciddi bir uyarı geldi: "Türkiye, 19 yaşın altındaki 27 milyon çocuğa (ki bu, nüfusun yüzde 36'sını temsil ediyormuş) gerekli yatırımı yapmazsa, onlarla daha düzgün bir diyalog kurmazsa, sadece bugününü değil yarınını da yitirecek..." "Türkiye'de çocukların temel ihtiyaçlarının, daha çok tolerans, daha çok anlayış, daha çok ilgi olduğunu düşünüyoruz. Çocuklar, büyüklerle anlaşmak, toplumla konuşmak ve kendilerini ifade etmek istiyorlar. Çocukluklarını yaşıyorlar, ama anlayış eksikliği ortamındalar. Toplumun her kesimi-

nin çocuklarla diyalogu zayıf. Çocuklarla diyalog gelişirse, onların gerçekten bir barış unsuru olduğu fark edilebilir..." "Çocuklar genellikle evde ailesinden kopuk yaşıyor. Okulda öğretmenlerine derdini anlatamıyor. Yeteneklerini ve düşüncelerini paylaşmakta sıkıntı yaşıyor. Giderek artan sayıda çocuk ya ailelerini geçindirmek için ya da evde yoksulluğun zorlu etkilerinden kaçmak için sokağa yöneliyor."

Bunlar çoğumuzun zaten bildiği ve görmezden gelmeye çalıştığı gerçekler, ama sanırım asıl konu "çocuk yalnızlığı." Çocuk yalnızlığına, çeşitli oranlarda, çaresizlik duygusu eşlik eder. Daha zorlu şartlarda ise çocuk kendini "düşman bir dünya içinde yalnız ve çaresiz" hissedebilir. Çocuk masumiyetinin en büyük düşmanı olan çocuk yalnızlığının yetişkin yaşamdaki izleri psikoterapi beraberliklerinde paylaşılanların temelini oluşturur, doğrudan ele alınmadığı zamanlarda bile. O insan kaç yaşında olursa olsun. Ebeveynin, çocuklarının iç dünyalarını gerçekten tanıyabilmeleri, bizimki gibi bir toplum yapısında oldukça zor. Çünkü çocuklar, kendi duyguları, düşünceleri ve düşlerinden çok, ebeveynin davranışlarına ve beklentilerine verdikleri tepkilerle değerlendiriliyorlar. Terapi sırasında bazen gelen kişinin çocukluk fotoğraflarını paylaşıyoruz. Yıllar sonra orada gördüğümüz ifadeleri, zamanında ebeveynin görememiş olmasını yadırgamamak gerek. Çünkü onların iç dünyalarının da kendi zamanlarında fark edilmemiş olduğunu kestirmek zor değil. Kaç ebeveyn görünürde uyumlu ve sessiz çocuğunun belki de için için kızgınlık biriktirdiğinin farkında ki? Daha eğitilmiş kesimde, çocukların ebeveynin narsistik beklentilerini karşılayacak varlıklar olarak algılanması da yaygın, hatta bazen kendi görkem düşlerini yansıtarak onlara hayranlık duyma derecesinde. Hayranlığın gerisinde de çoğu kez hangi şekliyle olursa olsun başarı sözcüğü yatar. Yoksul kesimde çocuk çoğu kez doyurulacak bir boğaz ve ebeveyn, çocukların kendilerine özgü bir dünyaları olabileceğinden habersiz. Son zamanlarda siyasi liderlerin çok kullandıkları sözcüklerden biri yatırım. Üzücü

olan, bu sözcüğün çocuk sözcüğüyle birlikte hiç kullanılmıyor olması. Oysa onlar toplumumuzun geleceği.

Medyanın üzerimizde güçlü bir etkisi var. Gazete okuyanların sayısı az ama çoğunluk sık sık ekran karşısında, yayın kanalları da dünyayı kendi gördükleri şekliyle kişisel yaşam alanlarımıza getiriyorlar. Televizyonla ilişki, telefon bağlantılarına açık bazı programlar dışında, interaktif bir olay değil. Sunulanı seyretmekle sınırlı ve edilgin bir konumda oluyoruz. Regresyona eğilimli bir toplumda, tiryakiliğe, hatta bağımlılığa yatkın bir ilişki. Ekrandan emilen materyalin ne kadarının gerçekten özümsemediği kişiden kişiye değişebilir. Ancak çocukların ekranda gördüklerini özümseme eğilimi, doğaları gereği, yetişkinlerden çok daha güçlü. Aileler filmlerdeki yaş sınırına özen gösterse bile, program aralarındaki fragmanlarda şiddet ve acı sahnelerine oldukça sık rastlanıyor. Bu gibi durumların, gelişim sürecini sürdürmekte olan çocukların, insan hayatının değerini kavrayabilmelerini olumsuz yönde etkilemesi de doğal karşılanmalı. Nitekim yakın geçmişte, ortaöğretim öğrencilerinin yüzde on beşinin okula bıçak, tabanca gibi öldürücü aletlerle gittiği yönünde bir bilgi açıklandı. Ayrıca, çocuklara yönelik ürünlerle ilgili bazı reklamların, yoksulluk oranının yüksek olduğu ülkemizde bazı çocuklarda yoksunluk ve değersizlik duygularını pekiştirdiği kaygısını taşıyorum. "Bir şeyler var ama bizim için değil" duygusunun, kimilerini zaman içinde suça yönlendirebileceğini de.

Yedek subaylığımı Anadolu'nun büyük kentlerinden birinde yaptım. Oraya gidişimden bir süre sonra, hastaneden kalan zamanımı değerlendirmek amacıyla muayenehane açmıştım, pek kimsenin geleceğini ummaksızın. Sonuç şaşırtıcıydı. Büyük kentlerde yaşamış, üstelik yurtdışından yeni dönmüş biri için kırsal kesim insanıyla ilişki kurmak, insanımızı tanımak açısından ömrümün geri kalanını da etkileyecek bir devrimdi. Oradaki çalışmalarında bende en çok iz bırakan şey, bu insanları daha önce kimsenin dinlememiş olmasıydı, ama gerçekten hiç kimsenin. Ebeveynleri de

dahil, otoriteyle ancak yanlış bir şey yaptıklarında muhatap olmuşlardı. Biriyle konuşup ona dünyasını açabilmek ve bir başka insanın onları dinleyip anlamaya çalışması onlar için çok yeni bir şeydi. Alınan olumlu sonuçlarda, belki de verilen ilaçlardan çok bunun payı olmuştur diye düşünmüşümdür sonradan.

Çocuk yalnızlığı, içinde bulunduğu koşullara göre, onu sokağa ve suça yöneltmediği gibi, bazı uç durumlarda katı bir kişilik yapısı geliştirmesine de neden olabilir. Ebeveynin benmerkezci ve kendilerini ön plana alan tutumları sonucu kendini dünyada yalnız ve anlaşılmamış hisseden çocuk, dış dünyadan gelen zedeleyici uyarılara karşı korunabilmek için, çaresizlikten, zamanla kendi içinde bir ebeveyn yaratma durumunda kalır. Ne var ki, bu içsel ve yapay ebeveyn, gerçek ebeveyninden daha acımasız bir şekilde yapılabılır ve insanın kendi içine kilitlenmesine neden olur. Bu durum o insanın duygusal yönden gelişmemesi sonucunu da beraberinde getirir. Çünkü böyle bir yapılanmanın yarattığı sadist süperegö ve mazoşist ego ilişkisi, dış dünyayla gerçek ilişkiler kurabilmesine izin vermez. İnsanlarla birlikteken bile zihninde süregelmekte olan, sadist süperegönün faşizan ve eleştirel, bazen de ürkütücü düşünce yayınları, egonun dış dünyayla irtibatını bozar, hatta bazen karşısındakini dinleyemez hale getirebilir. Dolayısıyla içindeki bu iç savaşın tutsağı olarak kilitlenip kalır. Dünya sadece gözlemlenip değerlendirilecek ve yargılanacak bir alandır. Görünürde hangi koşullarda olursa olsun, kendi içinde hep aynı durumu yaşar.

Böylesi bir kişilik organizasyonu yaşayan insanlar otorite konumuna geldiklerinde, hem kendilerini hem çevrelerini hırpalayacak davranışlar sergileyebilirler. Yargıları çoğu kez dayanaktan yoksun da olsa, mutlak ve değişmezdir; sıkıştıkları zaman başvurdukları mantıksal çıkarsamalar değişken ve tutarsız olabilir. Dolayısıyla böyle bir insanla mantık tartışmasına girerseniz kaybedeceğiniz neredeyse kesindir. Ne yapıp yapıp o tartışmadan galip çıkmaya çalışırlar, mantıksız bir mantıkla da olsa. Sıradan bir ye-

nilgi bile yok olma anlamını taşır. Eleştiriye hiç tahammülleri yoktur. Böyle bir durum, cılız ama inatçı savunma sistemlerine tehdit olarak algılandığından şiddetli tepkiler gösterebilirler. Bütün bunların gerisinde, inançlarının ve yargılarının ardına sığınmış kırılğan bir varlığın korkulan bulunur. Yani kendine yönelik baskılar içinde sıkışıp kalarak, duygusal gelişimi yalnızlığı sonucu engellenmiş masum çocuk varlığın korkuları...

• • I KORKU

Korkan insan korkutur. Korkutulan insan, korkutanın da korktuğunu kendi korkusundan ötürü fark edemez. Korkutanlarda kendi kınlgan varlıklarını savunma derdinde olduklarından, yaşattıkları terörün farkında değildirler. Ürkütücü tavırları kararlı bir şekilde umursanmadığında ya da aşağılamaksızın şaka yollu geçirtiliğinde savunmalarını yumuşatabilirler. Yenilikler ve değişiklikler onları çok rahatsız eder. Bazılarının, özellikle ahlaki, politik ve dini değerlerinin dokunulmazlığı vardır, karşıt bir görüşe tahammül edemezler. Bazen eşyalann yerinin değiştirilmesi ya da yemeğe fazla tuz konulması gibi durumlar bile öfkelenmelerine neden olabilir.

Yıllar önce bana gelmekte olan bir yüksek bürokrati hatırlıyorum. Bir gün onunla bir koltuk sorunu yaşamıştık. O zamanlar ofisimde kendi koltuğumun karşısında iki koltuk vardı. Şekilleri aynı ama renkleri farklı. O gün koltukların yeri değiştirilmişti. Sağdaki sola konmuş soldaki de sağa, temizlik sırasında olmalı. Bunun o kişi için sorun yaratabileceği aklıma geldiyse de bekleyip görmeyi yeğledim. Nitekim saati gelip de odaya girdiğinde önce hiçbir şey demeden koltuklara baktı ve ayakta beklemeye başladı. Her zaman solda otururdu, ama o gün soldaki koltuğun rengi farklıydı. Oturmak istediği renk ise sağdaydı. Dolayısıyla iki koltuğa

da oturması mümkün değildi. Koltukların yerini değiştirdim ve oturduktan sonra az önce yaşananları paylaşmaya başladık. Olay beni şaşırtmamıştı, aslında onun hayatında bu gibi şeyler yıllardır sıradandı. Geniş bir eşraf ailesinden geliyordu, çok erkek çocuklu. Baba oğulları, oğullar kendilerinden küçük olan kardeşleri ezmişlerdi. En küçükleri oydu, tabii en çok ezilen de. Üvey annesi tarafından sık sık karanlık yüklüklere kapatılmıştı. Yani bir çocuğun yaşamaması gereken her şey. Buna rağmen hayatı biçimsel olarak bir başarı hikâyesi sayılabilirdi, ama bir koltuğun sabit kalmaması bile güvenliğini sarsabiliyordu.

Davranışlarımızın bir bölümü narsisistik zemin üzerinde hareket ederler. İnsanlar narsisistik olanlar ve olmayanlar diye ikiye ayrılmıyor. Şeyler dünyasında hepimizin çeşitli oranlarda ve biçimlerde tezahür eden narsisistik yanları var. Bazı insanlarda bu daha belirgin ve kişilik narsisistik bir çekirdek etrafında oluşuyor. Daha ileri durumlarda ise kişilik yapısının bozulmasına neden olabiliyor. Ortalamanın üzerinde yaşanan narsisizm "benim şeyim" olgusunun abartılı biçimidir, muhtemelen o insanın geçmişinde fena halde "şey" olarak algılanmasından kaynaklanan bir olgu. İnsanın kendi içinde kilitlenmiş yaşamasıyla ve yalnızca kendiyile ilişkide olmasıyla tezahür eder. Diğer insanları kendi uzantısı olarak algılama eğilimindedir ve bütün bunların farkında değildir. Bir yandan için için yaşanan değersizlik duyguları, diğer yandan oluşan benlik şişmesiyle sürekli bir paradoks hali söz konusudur. Bir yandan kendini farklı ve önemli biri olarak algılar, diğer yandan etrafından bunun sık sık doğrulanmasını bekler. Ancak narsisizm sadece bireysel bir olgu olarak sınırlanamaz. Kriz dönemlerinde toplumların, Nazi Almanyası'nda olduğu gibi kolektif bir narsisistik gerileme yaşadıkları da gözlemlenmiştir. Bizlerde de bu yönde hareket etme eğilimi olup olmadığı ise bir başka soru.

Yeni doğan bebeğin kendisini ve anne memesini tek bir nesne olarak gördüğü, beslendiği organı kendisinin bir parçası olarak algıladığı varsayılır. Zamanla, bebeğin annesini kendinden ayrı bir

varlık olarak algılamaya başlamasıyla durum tersine döner ve bu kez bebek kendisini annesinin uzantısı konumunda algılamaya başlar. Bazı insanlar, anne-bebek ilişkisindeki olası bazı sorunlar nedeniyle yaşamın bu ilk dönemine saplanıp, yetişkin dönemlerinde de dünyayı kendilerini beslemekte yükümlü bir alan olarak görebiliyorlar. Hiçbir sorumluluk almaya yanaşmayıp asalak bir varoluşu sürmeye çalışan kişilerden söz ediyorum. Bu olgunun o kadar uçta olmayan saldırgan türevleri de var. İnsanlar vardır, enerjimizi bebeğin anne memesini emdiği gibi emerler, nasıl olduğunu anlayamadan kendimizi oynamamızı istedikleri rolde buluveririz. Eğer durumu fark edebilirsek kendimizi kullanılmış hissederiz, ama aslında saldırıya uğramış olduğumuzu kavrayamayız. Tabii bu durumlar o insanların tarzlarını ne denli katı bir şekilde sürdürdüklerine bağlı. Kiminde bu oluşum kişiliklerini öyle etkisi altına almıştır ki başka türlü var olabilme şansları azdır.

• I KOLEKTİF REGRESYON

Toplumumuzda geleneksel yapının çözülmesi (ki bana göre politize olmuş geleneksellik de bunun dolaylı bir tezahürüdür) ve referans çerçevelerinin bulanıklaşması sonucu, daha önce geleneksel yapının etkisinde yüzeyde yaşanmayan narsisistik eğilimler de giderek belirginleşmeye başladı ve örnekleri arttı. Daha çok sayıda insan, çevrelerini kendi çıkarları doğrultusunda algılamaya başlayınca saldırganlık ve suç da arttı. Buna "grup regresyonu" da deniyor. Regresyon, insanın duygusal gelişiminde bulunduğu yerden gerilemesi, yani hayatının daha önceki evrelerine dönmesi anlamını taşır. Ender de olsa çoğumuz, özellikle zorlandığımız ya da kendimizi çok yalnız hissettiğimiz zamanlarda geçici olarak çocukluğumuzun ilk dönemlerine gerileriz. Çaresiz ve bağımlı. Doğal felakete uğrayan ya da kaza, yangın gibi durumlardan sağ kur-

tulan insanlar, ilk şokun ardından geçici olarak regresyona uğrayıp çaresiz çocuklar gibi ortalıkta dolanırlar. Günümüzde insanlar belirsizliklerle dolu ve kavrayamadıkları bir dünyada kendilerine yörunge edinme çabasında zorlandıklarında, uzun süreli narsisistik regresyon yaşayabilirler. Burada, sadece geleneksel yapının çözülmesiyle ilgili sorunları doğrudan yaşayan çevre semtlerin sakinlerinden söz etmediğimi, durumun kent merkezi nüfusunu ve konumu ne olursa olsun her kesimden insanı kapsadığını vurgulamak istiyorum. Zaten bunu televizyon ekranlarındaki kızgın, ölçsüz, rasgele konuşmalarda da görmek mümkün.

Yaşadığım kentte, burada doğmamış insanların sayısı çok fazla. İnsan evrendeki yerini, kısmen yazgısı olan, kısmen de kendi yarattığı küçük dünyası olarak algılar ve bu dünyayı paylaştığı diğer insanlar tarafından varlığının fark edilmesine ihtiyaç duyar. Göç almayan yerleşim birimlerinde köklerinden ve tarihlerinden kopmadan yaşayanların bu konuda sorun yaşaması beklenmez. Gerçi bazı küçük yerleşim birimlerinde de gençlerin büyük kentlere göç etmesi sonucu geride kalanlar kolektif yas duygusu yaşayabiliyor. Geçmişteki klinik çalışmalarımda, babalarının görevi nedeniyle büyüme çağını ülkenin farklı yerlerinde geçirmek zorunda kalan insanların bir yerde kök salamamakla ilgili boşluklarının yarattığı sıkıntılara tanık olurdum. Günümüzde ise daha iyi bir yaşam umuduyla ya da zorunlu olarak kentlere göç etmiş insanlar var. Yapılan araştırmalar, genellikle kentin çevre semtlerine yerleşen bu insanların önemli bir bölümünün daha iyi yaşam koşulları bulamamış olmalarına rağmen geri dönmeyi düşünmediklerini gösteriyor. Göç eden kesim, başlangıçta aynı bölgeden gelen insanlarla gruplar, komşuluklar ve dernekler kurarak kimliklerini sürdürebilme ve dayanışma çabası göstermişti, hâlâ da çablayanlar var. Ancak yapılan araştırmalardan, sonraki kuşaklarda durumun farklılaştığı ve hemşerilik dayanışmasının zayıflayarak, amacın artık çevre semtlerden kent merkezine doğru hareket etmeye ve kentli kimliği edinme çabalarına odaklandığı anlaşıyor.

Hangi toplum kesiminden olursa olsun, insanın köklerine sırtını dönmesi, ileri yaşlarda daha belirgin hale gelen ve geri dönüşü olamadığı için maskelenmeye çalışılan bir yas duygusunun yaşanmasına neden oluyor. Klinik yaşantılarımda, genç yaşlarında bir süre bana gelip sonradan dönmemek üzere başka topraklara yerleşen bazı insanları yıllar sonra tekrar gördüm. Neden yaşlan ilerlediği zaman ülkelerini sık sık ziyaret etmek istemişlerdi ve neden yıllar sonra benden tekrar randevu talep etmişlerdi? İnsanların geçmişlerini cezalandırmak için başka yerlere gitmeleri onları geçmişlerinden arındıramıyor. Bunu onlara göstermek isteseniz bile, verilmiş olan karara neden olan geçmişin isyanıyla baş edebilmenin mümkün olabileceğini sanmıyorum. Üstelik, hangi nedenle olursa olsun, verilmiş ve uygulanmış kararlar saygıyla karşılanmalı. Beni tekrar görmek istemelerinin nedeni, muhtemelen geçmişteki az sayıdaki olumlu ilişkilerinden biri olmam. Bu geç dönem ziyaretlerinde bunları konuşup kafalarını karıştırmayı hiçbir zaman tercih etmedim. Bazıları için, geçmişleriyle başma isteğini hissetmek ve gerekirse paylaşmak yeterliydi. Uzun süredir görmedikleri bir yakınlarını ziyaret eder gibiydiler ve asıl istekleri yapmış oldukları seçimle birlikte kabul edilmektir. Kırsaldan kente göçenlerin de geldikleri yere yabancılaşmadan yaşamalarını sürdürebildiklerinde, daha az kimlik sorunu ve regresyon yaşayacaklarını düşünüyorum. Köklerinden kopmuş olma bazen özellikle ileri orta yaşlara ulaşıldığında ve çocukların kendilerinden farklı kimlik edinmesiyle, boşluk duyguları yaşanmasına neden olabiliyor.

Bazı çevre semt insanları, muhtemelen var olduklarını hissedilme amacıyla, seyirci katılımlı televizyon programlarında görünme, hatta mahrem dünyalarını paylaşma yolunu seçmeye başladı. Aralarında teşhirci eğilimleri olanlar da olabilir. Ancak çoğunun fark edilme ve seslerini duyurabilme amacıyla bu programlara katıldığı izlenimini taşıyorum. Çoğunluğunu kadınların oluşturduğu bu insanlar, dünyalarını paylaşma konusunda, kent mer-

kezindeki performans yönelimli kişilere göre açık ve samimiler. Konuşmaya ve kendilerini anlatmaya çok ihtiyaçları var. Bence, televizyon onları kullanırken, onların da televizyonu kullanmaya çalışması doğal, hatta içgüdüsel bir olgu. Tabii televizyon yapımcılarının onları sadece malzeme olarak görmemeleri koşuluyla. Başta ekonomik nedenlerle ve nereye ait oldukları konusunda kafaları karışık olduğu için pek çok yönden dertli olan bu insanların ekranda bazen pervasızca açılıp saçılmalarının ardından kendi dünyalarına döndüklerinde karşılaşılabilecekleri beklenmedik sorunların hesaba katılması ve parçası oldukları geleneksel yapının dinamiklerinin göz önünde bulundurulmasına özen gösterilmesi gerektiğini düşünüyorum.

Entelekt insanları regresyondan belki kısmen koruyabilir ya da kendilerini korunmuş hissetmelerini sağlayabilir. Ancak önemli sorunlardan biri de bazı insanların ruhsal dünyasında, duygu ve düşüncenin birbirinden bağımsız gelişmesidir. Çünkü duygusal dünyanın olumsuz koşullardan ötürü gelişmemesi, bazen entelektin aşırı gelişmesine neden olabiliyor. Entelekt ağırlıklı bir kimlik ise duygusal kompartmanın güdük kalmasıyla sonlanıyor. Entelekt ağırlıklı bazı insanların olgunlaşmamış davranışlar sergilemesinin nedeni de budur. Duygusal dünyada özümsememiş ve davranışlara yansımayan ham entelekt, yaşla gelen bilgece gelişimin önünde de engel oluşturabiliyor. Yine de bazılarımız, kendilerini ustaca sergileyen, ama dikkatli bir bakışla hamlığı fark edilebilecek entelektüel personaların etkisinde kalabiliyoruz, şartlandırılmalarımızdan ötürü. Yaşamla bütünleşmemiş bilgi zaten bilgi değildir. Özümsememiş entelekt bilgi kusmaz ve birikimini sergilemez. Zaman zaman böyle insanlarla karşılaştığım oldu, hepsi adları duyulmamış sıradan görünümüne sahip kişiler.

Regresyona eşlik eden bir başka olgu da birilerini yüceltme ihtiyacıdır, çoğu zaman körü körüne. Bu ihtiyacın temelinde genellikle narsisistik görkem yansıtılması bulunur. Yani kişi kendisinde olduğuna inandığı ya da sahip olmayı arzu ettiği görkemi,

yücelttiği insanın şahsında yaşar. Bir anlamda bu, bebeklikten çocukluğa geçildiğinde, çocuğun ebeveynini her şeye kadir görerek yüceltme ihtiyacının yetişkin hayatta yaşanması anlamını da taşır. Yüceltilen kişi ulaşılmaz bir konumda kaldıkça bu uzun bir süreç olabilir, ama yüceltilen kişinin zamanla değer kaybına uğraması, hatta eksi bir konuma indirgenmesi de sık görülen bir durumdur. Bazı insanların çevresindeki, başlangıçta yere göğe koyamadıkları kişiler, bir dönemden diğerine sürekli değişir. Devalüe edip dünyalarından çıkarıverdikleri insanlara, ne olup da ilişkinin koptuğunu kavrayamamanın şaşkınlığını yaşatarak. Bu da regresyon yaşamakta olan insanların yetişkin ilişki tarzını ve bağıni beceremediklerinin göstergesi sayılabilir. İnsanların birbirlerinin imgeleleriyle ilişki kurmaları günümüzde her zamankinden daha yaygın. İnsanların birbirlerinin dediklerini anlamaya çalışmak yerine, anladıklarını varsayarak konuşmalarını sürdürmeleri de öyle. O kadar ki bazı insanlara, olumlu ya da olumsuz, sahip olmadıkları nitelikler atfedilebiliyor. İnsanların birbirlerini sis bulutlan içinde algılamaya çalışmalannın bedeli ise giderilemeyen bir içsel yalnızlık.

Aslında makul bir çerçeve içinde tutulmaları kaydıyla bazı figürleri yüceltmeye, yani mitoslara ihtiyacımız var. Çünkü, tektanlı dinlerin varlığına rağmen pagan öğeler pek çok toplumda çeşitli biçimlerde varlıklarını sürdürmekte. Örneğin rock konserlerine baktığınızda bir tür pagan ayini sürdürüldüğünü görebilirsiniz. Coşkulu izleyiciler müzik dinlemekten çok sahnedeki figürlere tapınır halde oluyorlar. Zaten bu gruplardan söz edilirken başına daima bir efsane sıfatı getiriliyor. Yeniden keşfedilen "kolbastı" dansını ilk gördüğümde bunun bir pagan ayinini andırdığı izlenimini yaşamıştım, üstelik evrensel arketipleri barındırdığını düşündüğüm bir ayin, olağanüstü katartik. Bu nedenle, bazı işadamlarının neden kolbastı kurslarına gitmekte olduklarını anladığımı sanıyorum. Futbol da pek çok insan için sporun ötesinde bir mitolojiye dönüştü, maçlar da ayinlere. Çocukluğumun ve ergenliği-

min önemli bir bölümü deniz kenarında bir evde geçtiği için Hıdrellez geldiğinde insanların gün doğarken nasıl deniz kıyısına doluşup o ayini gerçekleştirdiğini seyretmek, olup biteni pek anlamadığım halde hoşuma giderdi. Belki de umut içeren bir ayin olduğu için. Nemrut Dağının zirvesinde çeşitli uluslardan insanlarla birlikte güneşin doğuşunu seyrederken olayı sessiz ve kutsal bir ayin gibi yaşamıştım. Giderek artan sayıda insan modern tıbbın yanı sıra, hatta bazen onun yerine, tarih boyunca var olmuş olan bazı şamanist uygulamalara yeniden yönelme eğiliminde. Dünya karmaşılaştıkça mitolojik fanatizmin de artmakta olması anlaşılabilir bir olgu. Ülkemizde ise yaratılan mitoslara ya şuursuzca tapılıyor ya da nefrete varan duygular yansıtılıyor. Bir olgunun bize siyah ve beyaz gelen yanlarını birlikte içerebileceği duyusundan bu denli uzaklaşmamızın gerisinde, yeterince olgunlaşmamış olma ya da çocukluğun bazı dönemlerine gerilemiş olma olgusu bulunur. Ebeveynimizi bazen şeytan bazen yüce gördüğümüz günlerden söz ediyorum.

Yine doksanlı yılların başlarına dönmek istiyorum. O sıralar bir seçim yapılmıştı ve televizyonda seçim sırasında yaşanan olaylar anlatılıyordu. Bir Karadeniz ilinin köyünde seçimin tamamlanmasının ardından bir grup köylü seçim mahallini basarak görevlileri etkisiz hale getirip seçim sandıklarını alarak kaçmışlar. Olayın mantığı beni şaşırtmış ve güldürmüştü. Herkesin birbirini tanıdığı bir kırsal alanda sandığı çalanların teşhis edilememesi nasıl mümkün olabilirdi? Sandıklan çalanlar onların içindeki oy pusulalarının niteliğini nasıl bilebilirlerdi? Nitekim iki gün sonra yakalandılar. O günlerden bu yana, toplumumuzda regresyon artık mantık düzeyinde de yaygın yaşanır oldu. Çevremizde, nasıl bir mantıkla öyle bir sonuca ulaştığını anlayamadığımız insanların sayısı artmakta. Bazen neredeyse herkesin kendine özgü bir mantığı var gibi durumlar yaşanıyor. Bazıları arkaik mantık denen ilk insan mantığını çağırıştırırcasına. İlk kitabımda da anlatmışım, Batı'nın Aristo mantığı olarak adlandırdığı mantık şöyle işler: Milli Futbol Ta-

kımı oyuncularını Türk vatandaşı olmalıdır; Arda Milli Futbol Takımı oyuncusudur; öyleyse Arda Türk vatandaşıdır. Arkaik mantık ise farklı işler. Milli Futbol Takımı oyuncusu Türk vatandaşı olmalıdır; ben Türk vatandaşım; öyleyse ben Milli Futbol Takımı oyuncusuyum. Fikir vermek için aktardığım ve bazen şizofrenide kullanılan arkaik mantık çok uç bir örnek olabilir, ama insanlar bazen kendilerini çileden çıkaran tuhaf çıkarsamalara giderek daha çok maruz kalmakta. Bunu klinik çalışmalarımda bana nakledilenlerden biliyorum. Aslında genellikle sağduyuyu da temsil eden ortak bir mantıkta buluşamadığımız durumlar, insanın kendini engellenmiş ve anlaşılamamış hissetmesinden öte, çaresizlik ve umutsuzluk duyguları yaşatabiliyor. Çeşitli düzeylerde arkaik mantık kullananlar ise genellikle, zedelenme ve yenilgi, hatta kendini yok hissetme korkularıyla kendi içine kilitlenmiş ve ne şekilde olursa olsun varoluşunu korumaya odaklanmış insanlar oluyor. Muhatapları olan insanların, kendilerine saçma gelen bu tür konuşmaların gerisindeki psikodinamikleri görebilmeleri ise neredeyse imkânsız.

İlişkilerde kurulan bağın, çeşitli şekillerde ve oranlarda bağımlılığı içermesi kaçınılmaz bir durum; bağımlılık, kurulan bağa egemen olduğunda ise iki özerk varlığın ilişkisinin yerini, ego sınırlarının birbirine karıştığı beraberlikler alır. Regresyonun ortaya çıkış biçimlerinden biri de çocuksu bağımlılıktan kaynaklanan davranışlardır. Regresyon halindeki insanlara göre, aslında kendi davranışları sonucu ortaya çıkan durumların sorumlusu, kendi dışındaki biri ya da birileridir. Bağımlı beraberliklerde de taraflar birbirlerine sık sık "beni yaşatmakla yükümlüsün" mesajları verirler. Genellikle aynı frekansta insanlar birbirine yaklaştığından, karşılıklı olarak vaktiyle ebeveynlerinden alamadıklarını birbirlerinden tahsil etmeye çalışırlar. Bu da gerek karşı cins ilişkilerinde, gerekse yakın dostluklarda ciddi çatışmalara neden olabilir. Çünkü kimse çocukken alamadıklarını yetişkin hayatta başkalarından tahsil edemez. Buna rağmen, çoğu zaman kimse de ayrılıp gitme-

ye cesaret edemediğinden, beraberlikler böylece sürer gider; ya da giderdi demek daha doğru olabilir, çünkü artık bu her zaman böyle değil. Bugün var olanın yarın olmayabileceğinin kabullenilmeye başladığı günümüz dünyasında, bazı insanlar ilişkiler içinde kilitlenip boğulduklarını hissettiklerinde, yok olma korkusu bağımlılığa baskın çıkıp yollarını ayırabilir oldular. Kimileri de evlilik ya da partnerlik dışı ilişkilerle sıkışmışlıklarını geçici olarak dengelemeye çalışıyor. Bir zaman öncesine kadar bu tür ilişkiler fark ettirilmeden yaşanabiliyordu. Günümüzde telefon mesajları ve elektronik posta nedeniyle artık o da kolay değil, kaldı ki artık görüntülü telefon zamanı.

Çocuksu varoluşa gerileme, ilişkiler ağı geliştirilerek de dengelemeye çalışılıyor. Güvenlik temelli bu klan ilişkilerinde ciddi çatışmalar da çıksa ilişkiler sona erdirilemiyor, çünkü aslolan güvenlik ağının korunması. Telefon ve mesaj haberleşmeleri de ağın sürdürülmesine katkıda bulunuyor. Bu durum sıcak bir dostluk ve dayanışma ağı gibi görünse de gerektiğinde herkesin birbirinin çocuğu olabildiği böyle bir düzende ego sınırları çok sık birbirine geçiyor. Eskiden çok yakın dostluklarda bile insanlar birbirlerinin alanlarını pek ihlal etmezlerdi, çünkü kendilerini taşıyabilmeleri bugüne kıyasla daha kolaydı. Günümüzdeki zorlanmaların yarattığı kolektif regresyon sonucu insanlar birbirinin alanına fazlasıyla girdiğinden, çatışmalar, hatta saldırgan davranışlar daha çok görülüyor.

Duygusal dünyalarımızda çocuksu bir varoluşa topluca gerilemenin biraz da uç sayılabilecek örneklerini, yaşamakta olduklarımızı anlamamıza boyut kazandırabileceği varsayımıyla dile getirdim, kategorize etme ve etiketleme niyetiyle değil. Anlatmakta olduğum olgularda çeşitli psikodinamikler birbiriyle etkileşim, hatta iç içe geçiş ve süreklilik gösteren karmaşık bir dans halindedir. Ancak, bunları bir bütün olarak sunmanın bir başka yolu olmadığından, her bir boyutunu tek tek anlatmaya çalışmak zorunlu hale geliyor.

Birey olarak çeşit çeşidiz, ama bence ortak toplumsal özelliklerimiz de çok belirgin. Yıllar önce Meksika'ya gittiğimde oradaki meslektaşlarıma gıpta etmiştim. Psikiyatristler, Meksika toplumu bireylerinin ortak özelliklerini anlayabilmek için bir proje geliştirmişlerdi ve bu amaçla haftanın bir günü ücretsiz hasta görüyorlardı. Bu projenin sonuçlarıyla ilgili bilgileri ve metodolojik ayrıntıları çok merak etmeme rağmen öğrenemedim, kendi ihmaleminden. Umarım ülkemizde de bir gün bu tür çalışmalar yapılabilir.

•I PERSONA VE GÖLGE 2=ss

Son yıllarda bize neler oluyor konusuna devam ederken önce Cari Gustav Jung'un tanımladığı arketiplerden ikisini kısaca özetlemek istiyorum: "persona" ve "gölge". *Persona* sözcüğü, tiyatro oyuncularının çeşitli rolleri canlandırırken taktıkları maske anlamına gelir. Jung'un kuramındaki anlamı ise insanın kendisi olmayan bir karakteri yaşaması durumudur. Yani persona, toplumun onayını sağlamak amacıyla insanın dış dünyaya karşı taktığı maske ya da takındığı kimliktir. Persona bir insanın yaşamını sürdürebilmesi için gereklidir. İnsanlarla iyi geçinmemizi, hatta hoşlanmadığımız insanlarla birlikteyken bile durumu idare edebilmemizi sağlar. Çoğu insanın birden fazla maskesi vardır. Çalışma ortamında, evinde ya da arkadaşlarıyla birlikteyken farklı maskeler kullanabilir. Ama eğer bu role kendisini fazla kaptırır ve egosu yalnızca bu kimlikle özdeşleşirse, kişiliğinin diğer bölümü, yani gölge arketipi bir yana itilir. Bu aşırı özdeşleşme sonucu "benlik şişmesi (ego enflasyonu)" ortaya çıkar.

Gölge arketipi ise çoğu insanın derininde saklandığından, kendisinin de ancak zaman zaman fark edebildiği, karanlıkta kalmış bir alandır. İnsanın kendi cinsiyetini temsil eden ve kendi cinsiyetinden kişilerle ilişkilerini de etkileyen arketiptir. Eğer bir kadının egosu gölgeyi reddetmiş ve benliğiyle uyumlu bir hale gel-

meşini engellemişse, o kadın reddedilmiş gölgesini kendi gölgesini andıran kadınlara yansıtabilir ve kadınlarla ilişkileri genellikle bozuk olur. Erkekler diğer erkeklerle yakın ve sıcak dostluklar kuramaz. İnsanın hayvan yönünü barındıran bu kişilik bölgesi, kökenini evrim tarihinin derinliklerinden alır. Arketiplerin belki de en güçlüsü ve tehlikelidir. İnsanın toplum içinde var olabilmesi ve grup üyeliğini sürdürebilmesi için gölgesindeki hayvansı eğilimleri evcilleştirmiş olması gerekir. Bu da gölgenin gücüne karşı çıkabilecek güçte bir persona geliştirerek gerçekleştirilir. Hayvansı eğilimlerini bastırmayı başarmış kişi "uygarlaşmış" sayılır. Ancak bu bastırma aşırı olursa, kendiliğindenliğini, yaratıcılığını, sezgilerini, duygusallığını ve içgörüsünü köreltmek zorunda kalır. Özdeşleştiği kültürün kendine sağlayabileceği imkânlardan çok daha önemli olan içgüdüsel yeteneklerinden yoksunlaşır. Gölgeden yoksun bir yaşam, cılız, ruhsuz ve sıkıcıdır. Böylesi plastik insanlarla günlük hayatımızda karşılaştığımızda, onlarla ne yapacağımızı bilemeyiz ya da içimiz kapanır. Yine de örneğin Batı kültüründen insanlarla kıyasladığımızda, toplumumuzdaki sayılarının daha az olduğunu düşünüyorum. Özellikle de son yıllarda.

Gölge genellikle ısrarcıdır ve personanın baskısına kolay boyun eğmez. Örneğin, başarılı kariyer sahibi biri ani bir kararla işini bırakıp yaratıcı işlere ya da bambaşka alanlara yönelebilir. Böylesi başkaldırıları tanık olmuşluğum var, ama bu kararlar aslında birdenbire oluşmuyor. Gölgenin bu tür istekleri birçok kez ortaya çıkıp reddedildikten sonra zamanla güç kazanıyor. Gölgenin içindeki "kötü" olarak nitelendirilmiş öğeler, bilinçli dünyada her şey yolunda gittiği sürece bilinçdışında etkisiz durumda kalır. Ancak insan bunalımlı bir dönemden geçerken ya da güçlü bir zorlanmayla karşılaştığında, gölgenin karanlık yönleri ego üzerinde ege-men olmaya çalışır. Önce de belirttiğim gibi, gölgenin tümünden reddedilmesi kişiliğin sönük kalmasına neden olur. Temel içgüdülerin kaynağı olduğundan gölge, canlı, yaratıcı, bazen de çılgın güdüleriyle farklı bir boyut katar. Gölgenin benliğe tümünden ege-

men olduğu durumlarda ise saldırgan ve yıkıcı, hatta vahşi davranışlar ortaya çıkar.

Geleneksel değerlerde çözülme başladığında ve farklı yaşam normlarıyla doğrudan ya da medya vb. araçlarla sık karşılaşıldıkça, personanın gölge üzerindeki denetimi de gevşemeye başladı. Geleneksel yapıda, her insanın, ait olduğu grup içinde tanımlanmış bir yeri vardır. Bu da her insan için gerekli olan aidiyet duygusunun yaşanabilmesini sağlar. Aidiyet duygusu, insanın, üzerine kimliğini inşa ettiği referans noktalarının önemli bir boyutudur. Bu duygunun cılızlaşması, personanın dayanaklarından yoksun bırakılmasına neden olur. Özellikle büyük kentlerin geçmiş olduğu kısa çevre semtlerinde göç sonucu oluşan nüfusun bu konudaki açmazları bayağı zorlayıcı. Kent merkezi ve çevre semtler ikilisinden söz etmem, ötekileştirme değil, sadece sosyal doku ve yaşam tarzı farklılığını tanımlama amacını taşıyor. Çünkü çevre semt insanı, bir yandan doğadan iyice kopmanın yalnızlığını ödünleme çabalarında bocalarken, diğer yandan kent merkezine geçişme isteklerinin yarattığı çatışmayı yaşamakta.

Tatil günlerinde yeşillendirilmiş alanlarda yaptıkları piknikler kent merkeziler tarafından yadırganmakta, hatta hoş karşılanmamakta. Kent merkezilere göre o alanlar seyredilmek üzere yaratılmış yerler. Geçiş toplumu özelliklerini taşıyanlar içinse, koptukları doğaya bir süreliğine geri dönebilmenin doyumu. Onlar için doğa, seyredilecek yer değil, birlikte yaşamaya alıştıkları dünyaları. Çimlere yayılmak, yaşadıkları kente daha fazla yabancılaşmamak için geliştirdikleri ödünleyici, belki de içgüdüsel bir davranış. Bu tavırlarında ayrıca, bilinçdışı bir meydan okuma olup olmadığını bilmiyorum. Bir başka yabancılaşma tehdidi ise çevre semtlerin genç nüfusuyla ilgili. Bazı gençler kent merkezine doğrudan ya da medya aracılığıyla baktıklarında, "bir şeyler var ama herkes için değil" duygusunun yarattığı öfke ve isyanı yaşamaktalar. Bu isyan denetlenmesi zor bir hale geldiğinde de pusuda bekleyen "gölge" benliğe kolayca egemen olup suça yönelebiliyor.

• • I GÖLGENİN BAŞKALDIRISI

Bilge kimliği atfedilen bazı inanç liderlerinin önderliğini kabul etmek, kendini taşımakta zorlanan insanların varoluşsal sorunlarının yükünü hafifletebilir. Ancak böyle bir yolun da her yol gibi bazı bedelleri var. İnsanın bu yolu benimseyip özerkliğinden önemli ölçüde vazgeçerek, bilinçaltında birikmiş kızgınlıklarına çözüm getirebilmesi mümkün değil, bilinçli dünyasında kendini huzurlu hissettiğine inansa da. Nitekim, son zamanlarda inanç sistemlerinin politik bir görünümde ortaya çıkması, üniformayı çağrıştıran kıyafetlerin ve sembollerin sık görülür olması, kişisel tercih görünümünün altında kolektif bir meydan okuma havası yaymakta. Fizikteki bileşik kaplar yasası psikolojik açıdan da geçerlidir ve bundan kaçınmanın çaresi yoktur. Bir yandan bastırılan başka bir yerden kendini ifade eder, bazen de pek çok yerden. Bunun örnekleriyle zaman zaman karşılaştım, ülkemizde de, yıllar önce ziyaret ettiğim aşırı tutuculuğuyla tanınan bir ülkede de.

İnsanın ortak içgüdüsel doğası kültürlerle göre değişmez, görünür farklılıklar şartlanmalar sonucu oluşur ve kabul edilir. Politik güç niteliği edinen inanç sistemlerinin ise artık inanç sistemi olup olmadığı zaten bir soru, özellikle birileri üzerinde baskıcı bir tavıra dönüştüğünde. Yoksa, herkesin kendince başının çaresine bakma durumunda olduğu bir çağda, kendine benzemeyenleri yargılayanların da başkalarınca yadırganacak yönleri olabileceğini kabullenme durumundayız. Birileri de Hintli guruların peşinden gidenleri ya da yüksek ücretler ödenerek başka ülkelerden getirilen umut dağıtıcılarına bel bağlayanları anlamakta zorlanabilir. Bize uymayan değerlerden ötürü daha az rahatsızlık duymanın yolunun, kendi değerlerimize "çocuksu olmayan yollardan" etkinlik kazandırmaktan geçtiğine inanıyorum. Çünkü, kolektif regresyonu tartışırken de dolaylı olarak anlatmaya çalıştığım gibi, top-

lumca çocuk bir hale geldik. Batı dünyasının müzeleşmiş toplumlarına göre hilkat garibesi görünümünde olabiliriz; ama çocuğun çabaları umudu, durağanlık ise ölümü simgeler.

Toplumumuzda gölge arketipi, yakın tarihimizde hiç bugünkü kadar ön plana çıkmamıştı, yaratıcı ve yıkıcı yanlarıyla. Sanatta, sanayide ve daha pek çok alandaki girişimcilik ve yaratıcılığın dinamizmi, sıkı politik çekişmelerin kakofonisine rağmen ülkeyi ileriye doğru taşımakta. Persona ağırlıklı girişimciler genellikle temkinli ve mantıklıdır, gölge ağırlıklı girişimciler ise gözüpek ve risk alabilenlerdir. Medya destekli popüler kültür baskınlığı, nitelikli yaratıcı ürünleri maskeleyesine rağmen, bu çabaları yine de yıldıramıyor. Ancak, gölge arketipinin bir de hayvansı yanı var; ortamı elverişli bulduğunda dozunu ayarlayamıyor ve yıkıcı, saldırgan ve pervasız davranışlarla ortaya çıkıyor. Ne oldu da toplumumuzun bir bölümünde gölge arketipi ipini koparmışçasına, cinayet, cinsel saldırı ve çocuk istismarı gibi şiddet içeren davranışlara yönelir oldu? Bu konuda yapılmış kapsamlı araştırma varsa da haberdar değilim. Bu nedenle bazı izlenimlerimi aktarmakla sınırlanma durumundayım.

Aslında gölge arketipinden kaynaklanan davranışlara çok da yabancı sayılmayız. Yalnızca çevremizdeki insanların değil, kendi gölgemizin de bazı anlarda başına buyruk ortaya çıkıverdiği olmuştur, ama burada kolektif bir gölge arketipi başkaldırısından söz ediyoruz. Gölge arketipinin başıbozukluğu, özerklikten alıkoymuş olmanın sıkışmış kızgınlığı ve infantil omnipotensin çocuksu pervasızlığı gibi daha önce sözünü ettiğim olgulardan soyutlanamaz. İnsanın kendi değerini, dolayısıyla insan yaşamının değerini kavrayabilmesinin, ebeveyn-çocuk ilişkilerinin doğasıyla doğrudan ilintili olduğundan daha önce de söz etmiştim. Dolayısıyla, ebeveynin kendi çocukluğunda değerini hissetme şansını bulabilmiş olmasıyla da. Çocuğuna aşırı ilgi gösteren ebeveyn ona değer veriyor gibi görünse de aslında çocuğunu kendi narsisistik uzantısı olarak yaşıyor olabilir. Nitekim bazı kesimlerde çocuğu-

na nasıl sınır koyacağını bilemeyen ve çocuğu merkez alan ebeveyn sayısında giderek bir artma var. Ancak çocuk kimsenin yalnızlık ilacı olamaz ve çocuklar başka insanların sınırlarını ihlal etmemeyi öğrenmekle yükümlüdürler. Ebeveynini bu bağlamda aciz bulan çocuk, istekleri yerine getirilse de kendini değerli hissedemez, daha çoğunu talep eder. Bu, aslında kendisine makul sınırlar koyabilen güçlü bir ebeveyn arayışıdır. Bulunamadığında, yetişkin yaşamı etkisi altına alan doyumsuzluk, anlamsızlık, benmerkezcilik ve daha uç durumlarda da kurallara aldırma gibi durumlar yaşama olasılığı artar.

Otoriteye duyulan ihtiyaca rağmen, otoriteye güvenememek ya da otoritenin gözünde değersizler sınıfında olduğuna inanmak, gölge arketipi başkaldırısının temel nedenlerinden biri. Bir başka deyişle, otorite zaafı ile gölge arketipinin başıbozukluğu doğrudan ilintilidir. Trafik denetiminin şimdikinden de yetersiz olduğu yıllarda Ankara'ya gelen yabancı diplomatların bazıları, kente geldikten bir süre sonra, diplomatik dokunulmazlıklarına da güvenilecek, kendi ülkelerinde düşünemeyecekleri kadar kuralsız araba kullanırlardı. Durum bir ara çığırından çıkmış, dolaylı olarak tanık olduğum küçük bir diplomatik skandala neden olmuştu. Bence otoritenin varlığını kabul etme konusundaki kilit sözcük, müeyyide ve onun hakkıyla uygulanabilmesi. Geleneksel yapının kendine göre müeyyideleri vardır, aile ve camia çerçevesinde. Bu yapının ilkeleri çözülmeye başladığında, değişen şartlara uyum sağlanamazsa, şiddete varan davranışlar kaçınılmaz hale gelebilir. Ülke yönetiminde müeyyidelerin adil bir şekilde uygulanamaması ise toplumun başıbozukluğa eğilimini pekiştirir.

Tarih boyunca ve dünyanın pek çok yerinde, daima değerliler ve daha az değerliler ayrımı olmuştur. Uygulanan müeyyideler arasında farklılıklar da öyle. Ancak, kime neden hangi müeyyide uygulanmış ya da uygulanmamış konusu anlaşılamaz hale geldikçe, gölge arketipi başkaldırıya geçen insanlar da kendi meselelerini kendileri hallederek adaleti yerine getirme yolunu seçebilirler.

Aslında son kırk yıldan söz ediyorum ama, bu durumun giderek karmaşıklaşma eğiliminde olduğu izlenimini de taşıyorum. Gölge arketipini denetim altında tutan sağduyu, vicdan, izan, başkalarının benlik alanlarına saygılı olma, dayanışma ve birbirine sevgi duyabilme gibi hasletlerimizi çocukken örnek aldığımız büyükle-
rimiz sayesinde ediniyoruz. Büyüklerimiz de topluma egemen olan değerlerden ve o değerleri temsil eden otorite kurumlarından. Hızlı dönüşümlerden geçen bir toplumu yönetmek kolay bir iş değil ve hangi düzeyde olursa olsun, otoritenin sık sık kendiyile çelişen durumlar yaşamasına neden olabilir. Ya da yerel bir otoritenin ani bir kararla pisuarları yasaklaması örneğinde olduğu gibi, gerekçesi anlaşılmaz keyfi kararlar vermesiyle sonuçlanabilir. Çünkü yönetenler de aynı dönüşümlerin birer parçası olmaktan masun olamıyor ve belki de fay hattımız işte bu can alıcı noktadan geçmekte. Yani hep birlikte yaşanan ve hiçbir toplumsal katman için muafiyeti olmayan, regresyon, infantil omnipotens ve gölge arketiplerinin hür iradesi. Sonuç, "kaosun kenarında" yaşam. Ya da "diyar-ı hengâme"de var olmak.

Kaosun kenarında yaşam, bazen pervasız ve düşüncesiz, bazen akılcı atılımları ve yaratıcılığıyla, uç noktalara yaklaşabilen kendine dönük çılgın yıkıcılığıyla yoğun bir dinamizmin ifadesi. Atom altı parçacıkların ya da Hint tanrısı Şiva'nın danslarında olduğu gibi, sürekli bir şeylerin yok edilmesi ve başka şeylerin yaratılmasını andıran bir dinamizm. Dolayısıyla, bilinen kategorilere ve formatlara yerleştirilmesi de imkânsız. Aynı nedenle, birilerinin bizim bazı başka ülkelere model olmamızı ya da Doğu ile Batı arasında köprü olmamızı beklemelerinin de bence bir anlamı yok. Model olabilmemiz için önce, bizim bilinen kalıplara göre "anlaşılabilir" olmamız gerekir ve değiliz.

Bazı ileri derecede regresyon hallerinde insanlar bazı eylemlerin olası sonuçlarını değerlendirebilecek halde olmayabilir ve anlık dürtülerine daha kolay teslim olabilirler. Bu olgu, psikiyatride "disosiyasyon (çözülme)" denen klinik olguya yakın bir du-

rumdur. Psikiyatrik sınıflandırmada, "kendi aralarında birlik oluşturan bir ruhsal etkinlik grubunun, kişiliğin geri kalan bölümüyle bağlarını kopararak bağımsız bir şekilde ortaya çıkması" durumuna disosiyasyon denir. Anksiyetenin çok yoğun olduğu durumlarda kişilik düzeni o denli bozulabilir ki bağımsız bir ada gibi beliren bu kişilik bölümü bilinci, belleği, hatta bazen kişiliğin tümünü altına alıp psikoza andıran belirtilerin ortaya çıkmasına neden olur. Psikiyatride disosiyasyonun farklı türleri tanımlanmıştır, ancak ortak olan nokta, yeterince olgunlaşmamış ve ego entegrasyonunu sürdürmekte zorlanan insanlarda ortaya çıkması. Bazen anlık, bazen daha uzun bir süre için kişiliğin bir bölümü kişiliğin geri kalanına yabancılaşıp ondan bağımsızlaşır. Eskiden bu durumlar, daha çok, doyurulmamış arzuların rüyada canlandırılması gibi ortaya çıkarlardı. Günümüzde ise sıkışmış düşmanca eğilimlerin bir an ya da bir süre için bağımsızlık kazanarak söz konusu zaman dilimine egemen olma durumları daha sık görülmeye başladı. Aslında herhangi birimiz de anlık disosiyasyon yaşayabilir. Aynaya bakıldığında bir an için "Bu kim?" ya da "Bu ben miyim?" duygusunun ender yaşandığını sanmıyorum.

"Gözü dönmüş" ya da "Ne yaptığını bilemez halde" ifadeleri muhtemelen disosiyatif haller ve gölge arketipi patlamaları için kullanılıyor olmalı. Bu satırları bitirmek üzere olduğum sıralarda bir gazete haberiyle karşılaştım: Eşi asansörde kalan bir adam eşini kurtarmasının ardından silahını alıp asansörü kurşun yağmuru-
na tutmuş. Bazen suç mahallinde yapılan yeniden canlandırmalarda, suçu işleyen kişinin yadırganacak bir rahatlıkla olayı nasıl gerçekleştirdiğini anlattığından söz edilir. Böyle durumlar, o insanın suçu işlediği süredeki kişiyi, sonraki kendine yabancı biri gibi algılama olasılığını düşündürmekte. Oranını bilememekle birlikte, cana kıyma olaylarının bazılarında öldüren kişinin geçici bir disosiyasyon yaşadığı, kişiliğin bir bölümünün bağımsızlaşarak olayı gerçekleştirdiği düşüncesindeyim. Adam öldürme olaylarının yaygınlaşmaya başladığı ilk dönemde televizyonda bir cinayet olayı

anlatılmıştı. Bir adam sokakta yürürken o sırada kahvehaneden çıkan tanımadığı bir adama saldırıp yere yatırmış, boğazını bıçakla keserek öldürmüştü. Adam olayı "Boğazını keserken tavuk gibi gluk gluk sesler çıkarıyordu" ifadesiyle anlatmıştı, yaptığı eyleme yabancı bir tonda. Cinayetin anlamsızlığı kadar, adamın olayı anlatış şekli de düşündürücüydü. Ancak, haber kaynağı olayın sadece sansasyon kısmıyla ilgilenip başka bir bilgi vermediği için zihinlerdeki bazı sorular da cevapsız kalmış oldu. Keşke psikiyatrik adli tıp uzmanları, sayıları giderek artan cana kıyma olaylarının gerisindeki psikodinamikler konusunda bizleri biraz olsun aydınlatabilseler.

İnsan ruhu bütün bir varlık ve aslında doğamızın temelinde aydınlık ve karanlık yanlar yok. Böyle bir ayırım, toplum tarafından onaylanmayacağı varsayılan değerler doğrultusundaki şartlanmalar sonucu, bazı yönlerimizi bilinçdışı mekanizmalarla karanlığa itme gereğini duymamızdan kaynaklanıyor. O kadar ki çoğu insan, Jung'un gölge arketipi dediği bu yanının varlığından bile habersiz. Tektanrılı dinler öncesinde böyle bir bölünmenin var olup olmadığı ise ayrı bir soru. Jung, Şilili diplomat Miguel Serrano ile yaptığı söyleşilerde konu Hindistan'a geldiğinde, bu ülkede görüşlerinin hiç ciddiye alınmadığını anlatmıştı. Aynı söyleşide Jung ayrıca, Hinduların bilinç ve bilinçdışı ikilisini yaşamadığını ima ederek, kendilerinin (Hristiyanların) iki bin yıldır bu bölünmeyi yaşamak zorunda kaldıklarını ve bunun geri dönüşü olmadığını da dile getirmişti. Tabii bu sözler diğer tektanrılı dinler için de geçerli olma durumunda. Zihnin çalışma şeklindeki bu farklılık nedeniyle, tektanrılı dinlere doğmuş insanların, Hinduizm ya da Budizm temelli öğretilere yönelmelerini ve bu düşünceleri özümseyebilmelerini de anlayamıyorum. Belki iyi bir örneğiyle henüz karşılaşmamış olduğum için.

Bir insanın egosu ne denli persona arketipinin egemenliğinde olursa, gölge arketipi de o oranda karanlığa itilir ve kişiliğin derininde öyle bir alan yokmuşçasına yaşanır. Geleneklerin ve göre-

neklerin de katkısıyla geçmişte böyle bir varoluş tarzı bir ömür boyu sürdürülebilirdi, ama görünen o ki pek çok değer geçergini yitirdiği günümüz şartlarında bu artık pek mümkün değil. Bir insan gölgesine uzak ve yabancı kaldığı oranda gölgenin potansiyeli de o denli güçlenir ve personanın yapaylığı o oranda artar. Böyle bir durum insanı kendine iyice yabancılaştıracağı için bilinçli dünyasında çok zorlanır ve ciddi ruhsal sorunlar yaşayabilir. Buna karşılık, gölgesinde barındırdığı ve toplumun onaylamayacağı türde eğilimlerinin oldukça farkında olan biri kendisini daha bütün hissedebilir. Üstelik, toplum tarafından suç ya da günah sayıldığına inandığı duygularla yüzleşebildiği oranda, kuraldışı davranma ya da suç işleme olasılığı da azalır. Duygular yargılanamaz, kimseyi neden böyle hissediyorsun diye eleştiremeyiz, duygu eyleme dönüşene dek. Bir insan kızdığı birinin dünyadaki kaydının silinmesini için için arzu ediyorsa, bu istek eyleme dönüşmediği sürece yargılanabilir mi? Tabii ki insanlar yaşadıkları bazı duygulardan ötürü kendilerini yargılayabilirler ki böyle bir durum şartlanmalarla ilintilidir. Gerçek vicdanın alıntı değil, insan doğasından kaynaklanan vicdan olduğuna inanıyorum ki bu da sağduyuyla doğrudan ilintilidir.

Bazı cana kıyma olaylarında farklı ve başka bir olgunun da payı olabileceği düşüncesindeyim. Günümüzde, toplumumuzda ego yapısının yeterince gelişmemesi sonucu aşırı bağımlılığa eğilimli bazı insanlar, farkına varmaksızın, içlerindeki boşluğu en yakınlarındaki insanları içselleştirerek giderme eğilimindedir. İçselleştirme (*introjection*) kişinin bir başka insanın varlığını ya da imgesini kendi benliğine mal etmesi anlamını taşır. İçselleştirilen kişi tarafından terk edildiklerinde, ki çoğu zaman bu bir eş ya da sevgili oluyor, terk edilen kişi, ruhunun içi boşaltılmışçasına, katlanılması çok zor bir hal yaşamaya başlıyor: terk eden kişi hâlâ içinde, ama dış dünyadaki karşılığı artık yok. Dolayısıyla, içindeki imgeden kurtulabilmek için, muhtemelen disosiyatif bir ruh haline girmesinin ardından, imgenin esas sureti olan terk eden kişi-

nin hayatına son verebiliyor. Bazen de belirli bir şahsın imgesi değil de namus ve töre gibi aşırı içselleştirilmiş değerler açısından kabul edilemez bir durum ortaya çıktığında benzer eylemlerde bulunulabiliyor. Egonun yapılanmasındaki yetersizlik derecesine göre, bu tür olgular bazen psikoza varan boyutlara ulaşabilir. Böyle durumlarda, içselleştiren kişiyle içselleştirilen kişi birbiriyle hiç karşılaşmamış da olabiliyorlar. Dolayısıyla, içselleştirilen kişinin kendisinin, ki bu genellikle imgeleştirilmiş bir ünlü kişi oluyor, bundan haberi bile olmuyor.

• • SIRADIŞI DAVRANIŞ SALGINLARI

Hristiyanlığın yayıldığı ilk dönemlerde Avrupa kıtasına baskıcı ve acımasız bir dinsel-baskı egemendi, cadı avları ve engizisyon mahkemeleriyle. Aynı dönemde, yani ortaçağın ikinci yarısında, psikiyatride sonradan "kitle histerileri" olarak adlandırılan olgu ortaya çıkmıştı. Bu olgu Avrupa'nın bazı bölgelerinde, bazen de tümünde grup halinde ortaya çıkan sıradışı davranışlardı. İnsandan insana geçen ve geniş insan kitlelerini etkileyen bu salgınlar İtalya'da Tarantizm, Almanya'da St. Vitus dansı olarak anılmıştı. Daha çok dans manileri şeklinde ortaya çıkan bu olgu, sakın bir yaz gününde bir kişinin adeta arı sokmuşçasına yerinden sıçramasıyla başlıyordu. Aynı anda çevresindeki diğer insanlar da buna katılarak sıçramaya başlıyorlar, yollara fırlıyorlardı. Kısa bir sürede tüm kasaba halkı meydanlarda sıçırıyor, dans ediyor, titriyor, bazıları ise giysilerini parçalayıp soyunuyor, yerlerde yuvarlanıyor, birbirlerine vuruyor, bazen bol şarap içip şarkılar söylüyorlardı. İlginç bir diğer kitle histerisi salgını ise Almanya'da bir manastırda bir rahibenin bir diğer rahibeyi ısırmasıyla başlamıştı. Olayın ardından manastırdaki diğer rahibeler de birbirlerini ısırma-ya başlamış, olay önce Almanya'daki diğer manastırlara, daha

sonra da Avrupa'nın bazı diğer bölgelerindeki manastırlara hızla yayılmıştı.

Bu salgınlar Avrupa'da on yedinci yüzyıl ortalarına kadar sürmüştür. Bu dans manileri eski Yunanlılar ve Romalıların tanrıları için yaptıkları törenlere çok benziyordu. Hristiyanlığın gelişiyle yasaklanan bu törenler toplumların yapısına öyle işlemişti ki başlangıçta, zaman zaman yapılan gizli toplantılarla yaşatılmaktaydı. Psikiyatrideki genel görüşe göre, daha sonraları, Hristiyanlığın getirdiği yeni kavramlarla çatışan ve suç niteliğinde olan bu törenlerin taşıdığı anlam da değişmiş ve giderek kitle histerilerine dönüşmüştür. Öyle anlaşıyor ki toplumların zorlandıkları dönemlerde insanlar sıradışı davranış salgınları da yaşayabiliyorlar. Uzunca bir süredir, ABD'nin farklı bölgelerinde yaşayan bazı insanlar, uzaylılar tarafından kaçırılıp geri getirildiklerine inanmaktalar. Ancak kitle iletişim araçlarının olmadığı zamanlarda, bir kıtanın farklı yerlerindeki rahibelerin birbirlerini ısırma salgınına kapılmalarını açıklayabilmek zor.

Yaklaşık on beş yıl önce ABD'yi ziyaretim sırasında bir haftadan daha kısa bir süre içinde ülkenin farklı yerlerindeki posta hizmetlerinde çalışanlar arasında birbirlerini öldürme şeklinde ufak çaplı bir salgın yaşanmıştı. Zincirin son vakasında bir emekli postacı vaktiyle çalıştığı ofise gidip eski çalışma arkadaşlarından bazılarını öldürmüştü. Televizyonda yapılan ve ikna edici bulmadığım yorumlamalar, bu salgının nedenini açıklayamamıştı. Özellikle internet haberlerinden, son zamanlarda ülkemizde adam öldürme ve tecavüz gibi şiddet vakalarında artış olduğu izlenimi edinilmekte. Bu tür haberlerin hepsi televizyon ya da yazılı basına yansımıyor. Doğrudan tanıdığı olmadığımından bu olayların ne oranda, yaşanmakta olan kolektif regresyon sonucu insan hayatının önemini kavrayamama ya da üst-sistemlere güvenemedikleri için adaleti kendi elleriyle sağlama eğilimi ya da ne oranda biraz önce anlattığım, zorlanma dönemlerinde ortaya çıkan sıradışı davranış salgınları olarak değerlendirilebileceğini bilmiyorum. Ayırı-

ca, bu olayların sayısının fazla görünmesinde kitle iletişim araçlarının bizleri daha çok haberdar etmesinin ne kadar payı olduğunu da kestiremiyorum. Ancak şiddet olaylarının bazılarının alışılmışın dışında vahşet de içermesi dolayısıyla, görünen o ki bilinmeyen bir süre için, toplumumuzun yaşamakta olduğu savrulma süreci sonucu, sıkışmış gölge arketiplerinin yaylarının boşalmasıyla birlikte yaşama durumundayız.

Yıkıcı davranışların insanın kendisine çevrilmesi, yani insanların kendi hayatlarına son vermeye çalışmaları da daha küçük ölçekte salgınlar haline dönüşebiliyor. 2 Kasım 2009 tarihli ve "Dokuz ayda 68 intihar Torbalı'yı alarına geçirdi" başlıklı haberde Ege İl Sağlık Müdürlüğü ve Torbalı Kaymakamlığının ilçedeki intiharları önlemek için düğmeye bastığı, ailelerin tek tek ziyaret edilip inceleneceği bildiriliyor. Üstelik, bu konuda araştırma yapan ve çözüm önerileri getiren, Torbalı'da görevli bir uzman doktorun kendisi de bir süre sonra muayenehanesinde hap alarak intihara teşebbüs etmiş. Bu satırları yazarken başlamış olan bir grip salgınının, aniden aşı olma ya da olmama içeriğinde toplumun bir kez daha ikiye bölünmesine yol açarak adeta bir grup histerisi salgınına dönüştüğüne sizler gibi ben de tanık oldum. Üstelik aşı olduğum için bazıları tarafından sessizce ötekileştirilmemi de yaşayarak.

Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü'nce yapılan "Türkiye'de Ev Cinayetleri Araştırması"na göre, "eşe yönelik" cinayet ve cinayet girişimlerinin yüzde 52'si kadın, yüzde 32'si erkekler tarafından gerçekleştirildi. Olayların yüzde 16'sı ise resmi nikâhı bulunmayan çiftler arasında gerçekleşti. Genel Müdürlük tarafından 134 ağır ceza mahkemesinin 2005-2008 arası kayıtları taranmış. Aile içi cinayet sayısı 2005'te 216 iken, 2008'de 255 olmuş. Aile içi cinayetlerde sanıkların yaklaşık yüzde 84'ü erkek, yüzde 16'sı kadın. Maktullerin yüzde 57,5'i erkek, yüzde 42,5'i kadın. Akrabalık derecelerinin sıralaması ise şöyle: Maktullerin çoğu eş, bunu sırayla sanığın kardeşi, anne-babası, çocuğu, akrabası izliyor.

Riskli yaş 25-44; failler arasında okuryazar olup ilk öğretimi bitirmeyenler ağırlıkta, bunu ilkokul mezunları izliyor, lise mezunları üçüncü sırada. Nedenler arasında öfke ilk sırada, bunu para ve aldatma izliyor. Ülkemizde aile içi cinayet işleme oranının yüz binde 2 olduğu, yıllara göre bakıldığında durağan bir yapı sergileyen cinayetlerde özel bir artış görülmediği sonucuna varılmış.

Daha önce de belirttiğim gibi, dünyadaki zaman-mekân sıkışması bireyler gibi üst-sistemlerin de kestirilemezlikler içinde savrulmasına ve yetersiz kalmasına neden olmakta. Böyle bir durumda, ekonomik güçlüklerin ve belirsizliklerin yanı sıra, nereye tutunacağını bilememenin insanlarda yarattığı "kavrayamadığı bir dünyada çaresizlik" duygusunun nasıl hafifletilebileceği konusu daha fazla göz ardı edilmemeli. Bazen insanları gözü çocuklarını bile görmez hale getiren bu durumlarla baş etmede, aidiyet duygusu ihtiyacıyla katılman çeşitli inanç sistemleri ve gruplaşmaları gibi reçeteler de yeterli olmayabiliyor. Özellikle büyük kentlerdeki alt ve alt-orta kesimin insanları, konuşmak, kendilerini birilerine anlatmak ihtiyacındalar. Profesyonel psikolojik yardımı her kesime ulaştırmak imkânsız, ama sözünü ettiğim dünyaları biraz olsun paylaşmanın bile önemli farklar yaratabileceğine inanıyorum.

1960'larda Dünya Sağlık Örgütü ile birlikte yürütülen bir projede, ülkemizde büyük kentlerden başlayarak toplumun her kesiminden insanın düşük bir ücret karşılığı yararlanabileceği ruh sağlığı dispanserleri kurulması tasarlanmış ve iki kentte başlayan uygulama çok başarılı olmuştu. Bir siyasi iktidar değişikliği sonucu bu proje bir kenara itildi ve aradan kırk yılı aşkın bir süre geçmesine rağmen benzer bir projeyi tekrar ele alan olmadı. Oysa böyle projeler için bir psikiyatrist ordusuna da gerek yok. Geçen yıllar içinde yetişen psikologlar ve sosyal hizmet görevlileri de psikiyatristlerin yanı sıra bu tür çalışmalara ciddi katkılarda bulunabilirler. Önemli olan, insanların çok bunaldıklarında kendilerini anlatabilecekleri birileri olacağını bilmeleri. Çünkü toplumumuz geneli-

nin ruhsal durumu, daha önce hiç olmadığı kadar zorlayıcı ve görünümü de dramatik bir biçimde çılgın. Ancak öyle görünüyor ki bu konular ilgili devlet kurumlarının algılama alanı içinde bulunmuyor.

• • I ENSEST

Toplumumuzda gözlenen saldırgan ve şiddet içeren davranışların bazıları cinsel boyutlar da içermekte. Tecavüz, çocuğa cinsel taciz, ensest gibi davranışların sayısında belirgin bir artış var. Bunların önemli bölümü, temeldeki ensest eğilimlerinin çeşitli tezahürleri. Ensest birinci dereceden akrabalar arasında tek taraflı ya da karşılıklı yaşanan cinsel istek ya da eylemleri tanımlar ve çoğu kültürde tabudur. Böyle bir eğilimi olan çoğu insan bu duygularının farkında değildir, ama bilinçaltına bastırılmış ensest isteklerinden kaynaklanan korkular davranışlarını dolaylı olarak etkiler. Son yıllarda basındaki haberler, ensestin tek yanlı olarak eyleme dönüştüğü olayların sayısında artış olduğu izlenimini vermekte. Tabii bunlar sadece bize yansıyabilen durumlar. Spekülatif yorumlamalara açık bir konu olduğu için, burada ensestin karmaşık psikodinamiklerini tartışmayacağım. Zaten başlı başına bir metin konusu olur.

Ensestin temelinde kuşaktan kuşağa aktarılan sevgi eksikliği bulunur. Özerklik konusundaki tartışmamız hatırlanırsa, burada sevgisizlikten öncelikle kastedilen, çocuğun kendi dünyası olan ayrı bir varlık olarak görülememesidir. Ebeveynin bu tutumunun gerisinde, kendisinin de önceki kuşak tarafından karşılanamamış duygusal ihtiyaçları bulunur. Kızını cinsel bir obje olarak gören babanın kendi geçmişinde, annesine yönelik bilinçaltı cinsel dürtüler taşımış olma olasılığı oldukça yüksektir; uzak, ilgisiz ya da farklı şekillerde "fazla ilgili" bir anne imgesi nedeniyle. Dolayı-

ısıyla ensest, çocukken karşılanmayan duygusal ihtiyaçların bedene yönelmesini tanımlar. Günümüzde giderek artan sayıda insan duygusal paylaşma ihtiyacını da cinsellikle gidermeye çalışıyor. Ancak ensestte bu durum, karşı cins ebeveyninden çocuğa, çocuktan ebeveyne, bazen de kardeşler arası ilişkilere yöneliyor. Toplumda zaten yaygın olarak bilinçaltında var olan bu eğilimler, yaşanan regresyonla ve gölge arketipinin kışkırtmalarıyla, bilinçaltından hareket edip bilince ulaşarak eyleme dönüşme olasılığını artırmış olabilir.

Anneleri tarafından üstü örtülü ya da doğrudan davranışlarla cinsel olarak tahrik edilmiş olan erkek çocuklarla ilgili örnekleri burada vermek istemiyorum, bence hangi şekillerde gerçekleşti-rildiğinin önemi yok. Bu insanlar anneleriyle yaşadıkları bu tür olayları psikoterapi sürecine katılana dek kimseyle paylaşmamışlardı. Psikoterapi sürecinin de genellikle nispeten geç aşamalarında benimle paylaşabildiler. Tabii bir de bilinçaltının iyice derinlerine itildikleri için hiç hatırlanamayanlar da olmalı ve belki de anlatamayanlar. Anne-oğul arasında fiziksel birleşmeyle sonlanan ya da ona yakın davranışları içeren bir örnek hiç karşılaşmadım, hepsi kaçamak ya da dolaylı durumlardı. Bir erkeğin henüz çocuk yaştayken yaşadığı ensest travmalarının yetişkin hayattaki bazı sonuçları zaten tahmin edilebilir. Ancak bir de "maskelenmiş anne yoksunluğu" durumları var. Yani ortada bir anne var, ama annelik kimliği ya çok yetersiz ya da çeşitli nedenlerle çocuğunu kabullenmemiş ya da çeşitli duygusal açıklıklarını oğluna yönelterek onu bunaltmış anneler. Böylesi durumların, herhangi bir cinsel tahrik olmasa da yetişkin hayatta karşı cins ilişkilerini etkilemesi, istisnalar dışında, pek çok zaman kaçınılmaz oluyor. Genç erkek nüfusunda eyleme dönüşmeyen ensest fantazilerinin oranını bilmek mümkün değil, ama çok da ender rastlanmadığı şeklinde bir izlenimim var.

Bu anneler neden oğullarına bu tür yaklaşımlarda bulunuyor ya da onlarla ilgili bilinçaltı fantazileri bazen bilinç düzeyine çıkı-

veriyor? Bugüne kadar hiçbir anne bana bu tür duygularından söz etmedi, ben de kurcalamadım. Her şeyden önce, bilinçte tutulması zor bir duygu olduğu için sürekli yadsınma ihtiyacı duyulan bir durum, üstelik bence zaten aslolan bu duygulara zemin hazırlayan yaşantılar. Eğer bunlar paylaşılabilseydi, bu anneler muhtemelen evliliklerinde aradıklarını bulamadıklarından ve kendilerini çok yalnız hissettiklerinden yakınacaklardı. Yine muhtemelen bu anneler kiminle evli olurlarsa olsunlar aynı şeylerden şikâyet edeceklerdi, ama sanırım asıl sorun bu da değil. Bu annelerin kendi ebeveyni araştırıldığında, kendi babalarına yönelik, ensest eğilimler de dahil karmaşık duygularla yüklü olmaları olasılığı yüksek. Bu kadınların anneleri ya yetersizdir ya da erkeklere karşı hınçlı; erkeklere olan hıncını kızlarına aşılarken, bir yandan da oğullarını kayırıp onlara düşkün davranışlarda bulunmanın paradoksunu yaşarlar. Babalar anne tarafından soyutlandıklarından sıcak duygularını ifade etme şansından yoksun bırakılmışlardır. Dolayısıyla kız çocuk tarafından uzak ve ulaşılmaz olarak algılanırlar.

Bir diğer olasılık da babaların, kız çocuklarına karşı bilinçaltı ensest duygularını da içeren bir düşkünlük yaşamaları ki bu da muhtemelen bir önceki kuşaktan, yani kendi anneleriyle olan yaşantılarından taşıdıkları ensest eğilimlerini bir sonraki kuşağa aktarmalarıdır. Bu babaların kızları çok küçük yaştayken bazı bölgelerini kaçamak okşamalarından söz ettiklerine sadece birkaç kez tanık oldum. Ancak daha sonraki yıllarda, kız çocuğu buluş çağına ulaştığında babaların kızlarını diğer erkeklerden aşırı kıskanmaları gibi hoyrat davranışlar görülebiliyor. Kızlarına aşırı düşkün babaların mutlaka ensest eğilimleri taşıdıkları şeklinde bir genelleme doğru olmaz. Oğullarına düşkün anneler için de öyle. Ancak aradaki sınır bazen belirsizleşebilir. Annelerden oğullara yönelen ensest eğilimlerin kaçamak da olsa eyleme dönüştüğü anlarda, bunun çocuğun cinsel bölgesine yöneldiğine ilişkin hiçbir bilgiye sahip değilim. Ancak babadan kızına yönelik durumlarda bu farklı oluyor. Neredeyse hepimizin bilinçdışında yeniden ana rahmine

dönme fantazileri ve istekleri bulunur ve bu, dolaylı olarak ve çeşitli biçimlerde yetişkin hayattaki bazı seçimlerimizi etkileyebilir. Başlı başına bir konu olduğu için bu olgunun sadece bir yanına değineceğim. Bazı erkeklerin bilinçaltında cinsel ilişki, ana rahminin sıcak ve koruyucu ortamına bir süre için dönüşün güvenliğini de simgeler. Bu nedenle cinsel arzulara anksiyete giderme boyutu da eklenebilir. Ancak bu da genellikle sadece "*coitus* (birleşme)" odaklı cinsellikle sınırlanır. Bazı erkekler kadın cinsel organına çeşitli anlamlar atfedebilir. Bunların arasında konumuzla ilgili olan, bu organın, "baştan çıkarıcı ve reddedici" olarak içselleştirilmiş kadın imgesinin odaklandığı yer olarak algılanması. Bu duygular ensest boyutunu da taşıyorsa, erkek çocuk ebeveynliğe ulaştığında babadan kıza bazen şiddet de içeren cinsel istismara, hatta tecavüze yol açabilir. Genel olarak, her türüyle ensest eğilimler karmaşık düşmanca duygulan da içermekte.

Buraya kadar ensest konusuyla ilgili bazı klasik bilgileri ve klinik yaşantılarımdan yıllar içinde edindiğim izlenimleri aktardım. Klinik deneyimlerim, yüklü bir birikimi içermesine rağmen, yine de toplumun belirli kesimleriyle sınırlı. Bu nedenle, özellikle babadan kıza yönelik cinsel istismar olaylarının başka boyutlarının olup olamayacağı sorusuna karşılık veremiyorum. Önümde 4 Ekim 2009 tarihli bir gazete haberi var. Hakkari Üniversitesi tarafından düzenlenen Kürt Kadın Kongresi'nde konuşan KAMER (Kadın Merkezi) başkanının yaptığı açıklamaları aktaran bir haber. Başkan, yaptığı açıklamada, Doğu ve Güneydoğu Anadolu bölgelerinde kurdukları 23 kadın merkezine başvuruda bulunan elli bin kadının yüzde 25'inin ensest ilişkiye maruz kaldığını belirtmiş. Bu da dört evden birinde kadınlar ve kızların ensest ilişkiye zorlandığı anlamına geliyor. Bu çok büyük bir rakam ve akla başka bir soruyu getiriyor. Bu olaylar kuşaktan kuşağa aktarılan klasik ensest eğilimlerinden farklı bir davranış örüntüsü olabilir mi? Yani sadece ve sadece, yeterince olgunlaşamamışlık sonucu ve gölge arketipinin hayvansı istekleri doğrultusunda, güç-

lünün zayıfı, büyüğün küçüğü, zaten elinin altında olduğu için istismar etmesini kastediyorum. Bu yönde bir klinik deneyimim ya da gözlemim olmadığından bu düşündürücü sorunun cevabını veremiyorum.

Korku ve şiddet, neden-sonuç ilişkileri karışık bir ikilidir. Örneğin kadına ve çocuğa yönelik şiddetin gerisinde, çoğu zaman yetersizlik duyguları ve baş edememe korkuları bulunur. Geçmiş klinik yaşantılarımda karşılaştığım bazı örneklerde bunu doğrular nitelikte. Ensest eğilimlerinin bir başka sonucu da erkeklerde görülebilen kastrasyon (hadımlaştırılma) korkularıdır. Klasik psikanalize göre bu korku, erkek çocuğun üç ila beş yaşlarındayken cinsiyet farkını sezmeye başlaması sırasında yaşanabilir. Çünkü bu dönemde çocuk annesine karşı henüz şekillenmemiş cinselliği de içeren taslak bir duygu geliştirir. Bu duyguya, annenin asıl sahibi olan güçlü baba tarafından hadım edilerek cezalandırılma korkuları eşlik edebilir. Bu duygular, yani henüz taslak cinsellik içeren istek ve cezalandırılma korkusu, çocuk tarafından şekillenmemiş, dolayısıyla tanımlanmamış duygular olarak yaşanır. Olağan koşullarda zamanı gelince nötralize edilir ve çocuğun ilgisi başka alanlara yönelir. Çoğunuzun bildiği gibi oedipal dönem denen bu evre, çocuğun yetişkin cinselliğinin taslağını oluşturmasını sağlayan doğal bir süreçtir. Ne var ki, bu dönemde ebeveyn-çocuk ilişkilerinde yaşanabilecek sorunlar, çocuğun ileriki yaşamındaki karşı cins ilişkileri yönünden bazı kalıcı izler bırakabilir.

Kastrasyon korkusunun, daha güçlü olarak algılanan erkeklerin var olduğu ortamlarda yaşanması şart değildir. Trafikte sizi sollayıp geçerek geride bırakan bir sürücü de kastrasyon anksiyetesini aktive edebilir, sürücüyü tanımadığınız ve onun nasıl biri olduğunu bilmediğiniz halde. Eskiden bu anksiyeteye karşı kabadağı ve bıçkın tavırlar geliştirilirdi, şimdilerde daha çok silah taşıyor. Tabii ki silah taşıyanların tümünü kastetmiyorum. Annenin ürkütücü, saldırgan ya da dişiliğini empoze eden biri olması da kadınlara ya da kadın cinsel organına karşı kastrasyon korkuları ya-

ratabilir. Bazı psikanalistler, tecavüz olgusunu "baştan çıkaran ve reddeden anneyi dize getirme" olarak yorumlamışlardı. Bu görünüşün klinik deneyimleri sonucu edindikleri izlenimlerden mi kaynaklandığını, yoksa varsayım mı olduğunu bilmiyorum. "Var ama yok anne" gibi daha geniş anlamalı bir ifade kullanıldığında, "baştan çıkaran anne" imgesi de yelpazedeki yerini bulabilir diye düşünüyorum.

Yıllar önce bir kış akşamüzeri bana gelmekte olan öğretim üyesi genç bir hanım, yanından geçmekte olan bir gencin, havanın erken kararmasından ve o yıllarda Ankara'daki hava kirliliğinin yarattığı puslu ortamdan da yararlanarak, aniden kalçasını sıkıştırıp sonra da hızla kaçtığını anlatmış, ardından da "Bunun anlamı nedir?" diye sormuştu. Hiç düşünmeden "Hırsızlık yapmış" cevabını vermiştim. Çünkü, kadınlara yönelik cinsel saldırganlıkta "Nasıl olsa beni kabul etmezler, ben de zorla alırım" varsayımının güçlü bir etmen olduğunu düşünüyorum. Bir başka olgu da bir kadının kapalı olması beklenen bir beden bölgesinin kazara görünür hale gelmesinin, bikinili bir kadından daha heyecan verici bulunması. Yani yasak bir bölgenin bir an için görünürmesi ya da durumun kameralara yansımaları; argo dilimizde "frikik" denen durumlar. Karşı tarafın haberi olmaksızın onun mahremiyetine girmenin yarattığı güç ve üstünlük duygusunu da taşıyan bir hal. Bir yasağı delme niteliğinden ötürü bunun oedipal dönemin bir kalıntısı olduğu da düşünülebilir, tabii bu görüntülerden tahrik olunuyorsa. Örneğin, anne figürü olarak algılanma olasılığı dışında, Almanya başbakanı Angela Merkel'in internette de yayınlanan göğüs dekoltesi fotoğrafının neden dünyada en çok tıklanan fotoğraf olduğunu anlayabilmiş değilim. Birine sordum, "Önemli olan göğüs çatallı," diye açıkladı. İyi de neden Frau Merkel'in göğüs çatallı? Bu olgunun diğer kültürlerde ne denli yaygın olduğunu bilmiyorum. Ya da kadının fazla örtülü olduğu ve kolay ulaşılmaz konumda olduğu toplumlarda daha yaygın olup olmadığını da. Ancak sevgiye duyulan özlemin bazen karşı cinsin belirli bir beden

bölgesine yönelmesinin toplumumuzda yaygın olduğu izlenimini taşıyorum. Çünkü çıplaklıkla erotizmin karıştırıldığı bir kültürümüz var.

• • I AHVALİMİZ

Geçmişte kendimize ve çevremize karşı bu kadar ikiyüzlüydük de şimdi içimiz dışımıza çıkmaya başlayınca mı kendimizi bu kadar yadırgar olduk? Çocukluk yıllarımda, büyüklerimiz de dahil, kendimizi ve dünyamızı inandırılmış olduğumuz şekillerde mi algılamıştık? Görünen o ki, öyle olmuş. Ama yine de inandığım bir şey var: Zaman boldu, mekân ferahtı, herkese yer, iş ve aş vardı, telaş ve acele yoktu, insanlar yıllardır aynı alandaydılar, sıkışıklık yaşanmıyordu. Dolayısıyla, belki de kendimizi kendimize yabancı yaşadığımız yanlarımız o zaman için ciddi sorunlar yaratmıyordu ve o günlerin görece gerçeği öyleydi. Çünkü günümüz insanının da kendiyi ve dünyasıyla daha dürüst ilişkiler içinde olduğundan emin değilim, ama bu bir süredir artık sorun yaratıyor. İnsanlar kendileriyle ve dünyalarıyla ilgili geçmiş zamanlara oranla çok daha fazla, hatta bazen pervasızca konuşuyorlar ve bunu yaparken kendilerine ve çevrelerine karşı dürüst olduklarına gerçekten de inanıyorlar, ama gerçeğin öyle olup olmadığı tartışılabilir. Çünkü insanların kendi yaşantılarıyla ilgili dile getirdikleri şeyler daha çok bilgilendirme niteliği taşıyor. Hatta bazen bu konuşmalar asıl yaşananları farkında olmaksızın maskelemekte bile olabilir. Bir insanı tanımak, bir süreç içinde, beden dili de dahil, verdiği duygusal tepkilerle başlar ve o insanla ilişkimiz olduğu sürece tanımaya çalışmayı sürdürerek devam eder. Bir insanla ilgili ilk izlenimizde kendi kişiliğimizden bazı şeylerin yansıtılmasının pay olasılığı yüksektir, ilk anda edinilen sonra da üstü örtülen bazı sezgisel ipuçları dışında.

İlk gençlik yıllarımda ülke biraz uykulu gibiydi ve dünya varlığımızın pek farkında değildi. Farkına varılmıyor olmak bizi rahatsız etmekteydi, özellikle Batı dünyasına karşı eksiklik duyguları yaşatarak. En önemli olay tek partili dönemden, hâlâ devam etmekte olan demokrasi denemelerine geçişimiz olmuştu. İnsanlar hiç denenmemiş kişilere gözü kapalı oy vermişlerdi, tepki oyunları olgusunun ilk örneğiydi bu. 6-7 Eylül olayları sırasında da ilk kez ne kadar vahşi olabileceğimize tanık olmanın şokunu yaşamıştım. Bu, kısırtılarak denetimden çıkarılmış kitlesel gölge arketipiyle ilk karşılaşmam imiş, sonraları anladım. Bir süre sonra da uzmanlık eğitimin için yurtdışına gittim.

Oldukça uzun bir süreden sonra döndüğümde, ülke bıraktığım gibi değildi. İstanbul ve İzmir'deki pek çok güzellik yok edilmişti, oralarda hiç yaşamamış insanlar tarafından. Sonradan eksikliğini kendimde de fark edip yıllarca telafi etmeye çalışacağım "tarih duygusu yoksunluğu" sonucu körelen görsel estetiğimizle bir yüzleşmeydi bu. Öte yandan farklı alanlarda belirgin kıpırtılar da hissediliyordu. Karayolları ağı yapılmıştı. Beni en çok şaşırtan, insanların otobüslere binip bir yerlere gidiyor ve sık sık hangi otobüs şirketinin daha iyi olduğunu konuşuyor olmalarıydı. Kırsaldan kente göç başlamıştı, ama etkileri henüz hissedilmiyordu. Göç arttıkça kıpırtılar huzursuzluğa dönüştü ve kendine dönük yıkıcı eylemleriyle bir başka süreç yaşanmaya başladı. Kendine dönük yıkıcılık, kızgınlığın ve düşmanca eğilimlerin daha makul mecralar bulamadığı zamanlarda ortaya çıkar. Bireyde de, toplumda da.

Ortada enerji yoğunluğu vardı, ama özerkliği tanımamış olmanın regresif hamlığı da. Bu enerjiyi daha yapıcı mecralara yönlendirebilecek kapasitede liderler yoktu. Egemen dış güçlerin bu olguda payı neydi bilemem. Öğretim üyesi olmam nedeniyle o yıllar benim için zorlayıcıydı, ama bir yandan da bu sıkışmış enerji yoğunluğunun uzun vadede daha makul yönere doğru akacağını umut ediyordum. Umudum bugün de devam ediyor, bazı siyahseverlerin canını sıkıyor olsam da. Psikoterapi süre-

cinde bir şeyler hareket etmiyor görüldüğü zamanlarda umudunuza sabırla koruyabilirsiniz, gün geliyor hoş sürprizlerle karşılaşabilirsiniz. Kuluçka dönemlerinde süreç alttan alta akışını sürdürebiliyor. Bugün ülkemizi ziyaret edenlerin etkilendikleri yönlerden biri, atmosferdeki titreşimlerin yoğunluğu, özellikle de yaşadığım kentte. Gerçi onlar, bu kışkırtıcı yoğunluğun, toplumun kulislerinde zaman zaman şeytanca şekillere de girebildiğinin muhtemelen pek farkında değiller. Şeytanca şekillerin peşinde olanlar dışında.

Bir zamandır dünya bizi fark etmeye başladı. Birazı gerçekten fark edilecek hale geldiğimizden, birazı da fark edilebilmek için hâlâ çabalayıp durmamızdan. Kıyaslamalar azaldı gibi, ama "Avrupai tarzda" ya da "Batı standartlarında" gibi klişeler hâlâ kullanılıyor. En çok yadırgadığım da "Avrupa duy sesimizi" ve "Avrupa fatihleri". İmparatorluk kaybetmiş olmanın bir türlü sona ermeyen yası mı bu? Yoksa kendini kendi olarak kabul edememe göstergeleri mi? Neden çocukken, bir* yandan inançla "Ne mutlu Türküm diyene" diye haykırırken, diğer yandan Batılı olan şeylere hayranlık duymanın çelişkisini yaşamıştım? Ailem Avrupalıları önemsemez, bunu biraz belli de ederlerdi, bense süregelen eğilimin parçasıydım. Bu çelişkiyi aşalı çok zaman oldu ve zamanla ailemin geçmişteki çizgisine geldim. Kendi dışımızdaki kültürleri yeterince tanımadan onları nasıl değerlendirebiliriz ki? Ancak toplumun önemli bir kesiminde biz hâlâ imgeler yaratıp onlarla yaşıyoruz. Üstelik kıyaslamalar başka kültürlerle de sınırlanmıyor. Kendi aramızda da başkalarının sahip olduklarını, yaşam standartlarını ve biçimlerini ölçü alarak kendimizi değerlendirme eğilimindeyiz.

İlgisiz ya da sevgisiz ebeveyn; aşırı ilgisiyle çocuğu bunaltan ebeveyn; "Seni kabul ederdim, eğer benim beklentilerimi karşılayabilmiş olsaydın" mesajı veren ebeveyn. Bu tanımlamaları ebeveynleri yargılamak amacıyla yapmadım. Yargılanamazlar, çünkü onların da ebeveynleri, dolayısıyla kendi trajedileri vardır. Ancak

şu andaki konu, tanımladığım koşullardan birinde büyüyen çocuk kendisini nasıl kendisi olarak kabul edebilir ve kendisini kendi olarak ne kadar algılayabilir sorusu. Ülkemizdeki UNICEF temsilcisinin de belirttiği gibi, çoğu ebeveynin çocuklarıyla diyalogu çok eksik. Buna itiraz edecek ebeveynler olabilir, ancak onlara da benim söyleyecek sözüm var. Benim kuşağında, ne kendi ailemin ne de başka ailelerin çocuklarıyla övündüklerine tanık olduğumu hatırlıyorum. Bizler de onların uzantıları idik, ama övgü de eleştiri de yalnızca aile içinde konuşulurdu.

Başka çocukların bizden daha değerli olduğuna inanmışsak, kıyaslamalar da kaçınılmaz olur. Özdeşleştiklerimizi küçümser, yücelttiklerimize karşı kendimizi ezik hisseder, bazen de haset duyarız. Yüceltmede kullanılan ölçüt genellikle sahip olunan şeyler ve imkânlarla ilgilidir. Bu para, güç ve iktidar, prestij, statü, bilgi ya da fiziksel görünüm olabilir. Kendimizin onlardan daha yoksun olduğuna ilişkin ipuçları aranır, aranınca da bulunur. Klinik yaşıtlarımda her şeye sahip oldukları halde kendisini kof hisseden insanlar tanıdım. Çünkü hayatlarında bir tek şeye odaklanmışlardı: biçimsel başarı. Başarı insanın kendi hayatını yaratabilmesidir, standartları ne olursa olsun. Biçimsel başarıya odaklanmanın bedeli ise başarının kölesi olmaktır.

Yıllar önce bana devam etmiş olan güzel bir genç kadın, göğüsleri küçük olduğu için sevmediğinden, kocasının yanında bile çıplak olamadığından söz etmişti. Dışarıdan görüldüğü hali bu inancını doğrular nitelikte değildi. Bazı konuşmalarımız sonucu göğüslerinden söz etmez oldu, ama bir süre sonra cinsel organının çok yayvan olduğunu söyledi. Ona o güne kadar kaç kadının cinsel organını gördüğünü sordum, cevap veremedi. Onunla çok iyi bir ittifakımız olmuştu, dürüst ve içten. Zaman içinde kendini kabul etmeyi öğrenmeye başladığında dişiliğini ve sınırim güzelliğini de kabullendi, görünümü ile ilgili mesnetsiz kaygıları tamamen yok oldu. Daha sonraları gizli bir aşk da yaşadı, üstelik onu yere göğe koyamayan bir adamla.

Bir başka genç kadını hatırlıyorum geçmişten, topluluk içinde kendini yok hissedenden ve kimsenin kendisini fark etmediğinden yakan biri. Ağır sorunların yaşandığı bir aileden geliyordu. Diğer kız kardeşlerin ailede olumlu ya da olumsuz birer yerleri vardı, onunsa bazı ortanca çocuklarda olduğu gibi bir yeri yok gibiydi. İyi bir üniversiteyi bitirmişti. Kalabalıklara karışıyordu, ama o kadar anksiyete yüklüydü ki insanlar sezgisel olarak ondan ve yaydığı kasvetten uzak duruyorlardı. Bu olguya "*expectancy prophecy* (beklentinin gerçekleşmesi)" denir. Yani olmasından korktuğumuz şeyi başımıza getiririz. Var olduğumuzun kanıtlarını dış dünyadan beklediğimiz oranda kendimizi yok hissetmekten kurtulmamız zorlaşır. Tabii ki hiç intihar bombacısı tanımadım. Ancak tahminim o ki kendisini yok hissedenden biri için bombayı patlatmadan önceki dakikalar, varoluşun yokluktan kurtulup hızla doruğa ulaştığı anlardır. Varoluşun yokoluşla eşzamanlı iç içe geçtiği anlar. Ya da var olabilmek için yok olmak.

Belki de kendimizi başkalarıyla kıyaslamalıyız, ama sadece gönül fakirliği ve zenginliği açısından. Kendimize ve dünyamıza bu açıdan bakmak, kendimizle ve dünyamızla olan ilişkilerimizde farklılıklar yaratabiliyor. Ancak burada, kendimizi kabul ettirmek için verdiğimiz rüşvetlerden ve suçluluk duygularımızı yatıştırmak için melek kimliği edinmekten öte bir olgudan söz ettiğimi de hatırlatmam gerek.

Almak ve vermek ilişkilerde ne kadar sık kullanılır, ama aslında ilişki "Ben ona bunu verdim, o benim için şunu yaptı" değildir. Alma ve verme aynı anda gerçekleşir, farkına varmaksızın. Alanı da vereni de zenginleştirir. Daha doğrusu, her iki taraf da hem alır hem verir. Ama içinde yaşadığımız "şeyler" dünyasında, çoğu insan için zihninde sürekli kâr zarar hesaplan yapan muhasebeciden kurtulmak zor. Psikiyatri dalında eğitimime başladığımda, bu alanın ülkemde bize öğretilen on dokuzuncu yüzyılın betimsel psikiyatrisinden çok farklı olduğunu görmek şaşırtıcıydı. Ancak daha da şaşırtıcı olan, eğitimim ilerledikçe kendimize ve çevremize

karşı farkına varmadan çevirdiğimiz oyunları keşfetmek olmuştü. Yirmili yaşlarımda ortasıdaydım ve neyse ki kendimize bu denli yabancı olmamızın yaşattığı şaşkınlığın üstesinden gelmek fazla zaman almadı. Her şeyden anlamlar çıkarmaya çalışmak gibi tuhaf bir dönemdi. Ama hayatların yargılanamayacağını idrak etmek için daha uzun zaman gerekti. Tek engel "şeyler" dünyası da değildi. Bilgi, ideoloji, entelekt, inanç gibi insanın iç yolculuğunda engel oluşturan pek çok şey. Tabii ki onlardan arınmamız gereğinden söz etmiyorum, ama onları kimliğimizde ait oldukları kompartmanlarda tutarak dünyamıza tek yönlü olarak egemen olmalarına sınır getirmemizin önemine inanıyorum. Yoksa sezgilerimiz körelebilir ve sağduyumuza yabancılaşabiliriz.

T. H. Huxley'in dediği gibi: "Olgunun karşısına küçük bir çocuk gibi oturun ve kendinizi daha önce edinmiş olduğunuz tüm kavramları unutmaya hazırlayın. Doğa sizi hangi uçuruma, her nereye yöneltirse yöneltsin, onu alçakgönüllülikle izleyin, yoksa hiçbir şey öğrenemezsiniz."

Başkalarını ya da üst-sistemleri sürekli eleştirmek genellikle maskelenmiş depresyon belirtisi olabilir. Bu satırları yazdığım sırada görüştüğüm biri, birlikte olduğumuz sürenin büyük bir bölümünü, her şeyden şikâyet eden insanları şikâyet etmekle geçirerek bana kendi paradoksunu yaşatmıştı. Beraberliğimizi uydurma bir mazeretle kısa kesmeme neden olarak. Uzak geçmişte, sık sık "ist"ler ve "izm"lerle konuşan soyut düşünce insanların bulunduğu beraberliklere katıldığım zamanlarda da kasvet yaşamışım. Ancak, yaşamazlığın yaşandığı ortamlardan kendimizi uzak tutmayı öğrenebilmemiz için, bazen bize sıkıcı gelen yaşantılar konusunda gazi olmamız gerekebileceğine de inanıyorum. Yoksa konulduğumuz yeri yazgımız olarak kabullenme ihtimali artar.

Toplumumuzun azımsanmayacak bir bölümünün hedonizm (zevk ilkesi) yönelimli olduğu şeklinde bir izlenimim de var. En azından benim yaşadığım bazı yerlerde bu böyleydi. Doğduğum ve büyüdüğüm yer de öyle sayılır. Yaşamakta olduğum şehir, tari-

hi boyunca zaten hedonizmin simgesi olarak bilinir. Proje eğlencelerin dişli çark yaşantılarından söz etmediğim herhalde anlaşılmalıdır. Oluveren yaşantılardan söz ediyorum. Kendimizi akışa bıraktığımız zamanlarda kendiliğinden gelişiveren bu yaşantıları kolay unutmayız, ama anlatılması zordur, tanımlamalara sığmaz. Kendimizi gözlemlemediğimiz ve performans kaygılarımızın silinip gittiği yaşantılar bunlar. Gerilim boşaltma amaçlı, gürültülü ve taşkın yaşantılardan ya da gergin kahkahalardan farklı. Keyif sözcüğünün başka dillerde tam karşılığı var mıdır bilmiyorum, ama olmayabileceğini düşünüyorum. Çünkü bizim keyif dediğimiz yaşantıların benzerleriyle başka kültürlerde karşılaşmadım. Keyif yaşantılarının hikâyesi imparatorluk yıllarına dayanıyor. Tarihçi Philip Mansel'in yazdıklarına göre, o dönemde "keyif yastıkları" diye dört ayrı tarz keyif bölümlemesi bile yapılmış. Bu olgunun geçmişinin Bizans'a kadar gidip gitmediğini bilemiyorum, ama anlatılanlar bu tür çağrışımlar yaptırıyor, en azından hedonist eğilimler konusunda. Bir bakıma, keyif yaşantılarına gölge arketipinin dingin hali de diyebiliriz, çünkü bu yaşantılarda persona arketipine yer yoktur.

Keyif, ruhun iç savaşlarından azade yaşantılardır. Dolayısıyla, organizma için dengeleyici bir işlevi olduğuna inanma eğilimindeyim. Ancak zihnimde, geçmişte yaşanan keyifin ne oranda günümüze kadar taşınabilmiş olduğu ile ilgili bir soru var, ölçülebilir zamanla ilgili. Keyif Doğulu zamanın yaşantısıdır. Zamanın dakikalara sıkıştırmadığı ve sadece, sabah, öğle, ikindi, yatsı gibi ölçülerle yetinen, telaş ve hızın olmadığı yaşantılardan söz ediyorum. Benim çocukluğumda durum biraz değişmişti; ama sadece saat başları, buçuklar, çeyrek geçeler ve çeyrek kalalar vardı. Vapur tarifeleri de öyleydi. Aradaki ölçülerden söz edildiğini hatırlamıyorum. Kimse saat üç kırkta gibi şeyler demezdi.

Ölçülebilir zamana nasıl tutsak olduğumuz konusuna geçmişte biraz kafa yordum. Çünkü ben de artık sınırlı sayıda da olsa bazı saat başları farklı kişilerle buluşmakla yükümlüyüm, üstelik

geçmişte buna haftanın belirli saatlerinde ders vermem de eklenmişti. Gözlemlerim ve yaşantılarım bende, aslında pek çok kez zaman sıkışmasını kendimizin yarattığı izlenimini uyandırdı. Üstelik bazı kurum içi ilişkilerde bu durum bulaşıcı bir nitelik de kazanabiliyor. Hatta bazı kurumlarda bu neredeyse bir racon, sanırım kurumun ve şahıslarının kendini önemli hissetmeleri gibi bir işlevi de var. Ama sonunda saatini çöpe atan birini bile hatırlıyorum. Saatli randevu veremez hale gelen bir başkasını da. Benim ise sadece telefon sesiyle sorunum var.

Günümüz dünyasında "zaman paradır" sloganıyla gerçekten de bir zaman sıkışması yaşanıyor. Bunun sonucu bazı insanlar seferberlik halinde yaşıyor. Oysa Rabindranath Tagore'un dediği gibi "Kelebek ayları değil anları sayar, yeterince zamanı vardır." Üstelik, aceleyle iş yapan kişilerin, enerjilerinin önemli bir bölümünü telaşla tükettiklerinden, iş hayatında daha az verimli oldukları yıllardır bilinen bir gerçek. Anksiyetemizi zamana yansıtmamak için çaba gösterdiğimizde bunun önemli ölçüde hafifletilebileceğine inanıyorum, ucu açık süreçlere kendimizi alıştırmaya çalışarak. Hayli zaman önce bir dostumla bir toplantıdan birlikte çıkmıştık. İlerideki trafik ışığına geldiğimizde yayalara geçit verilince caddenin karşısına geçecektik. Birden bana döndü, "Artık trafik ışığı yayaya yeşil yanarken yeşili yakalamak için koşuşmuyorum," dedi. Anlaşılan bu konularda savaşçıklar veriyormuş.

Ancak, ucu açık süreçlere asla tahammül edemeyen insanlar da var. İçlerinden gelen "Bitir!" komutuna kayıtsız şartsız teslim olunacak, bitirdikleri anda yeni bir komutu yerine getirmek için bir kez daha seferberlik ilan edilecek ve bu hal böyle sürüp gidecek. İyi de o komutu veren kim oluyor ki? Böylesi durumların özerk bir varlık olmayı öğrenememiş olmakla ilintisini daha önce tartışmıştım. Bu komutlara uyulmazsa vakumla yüzleşme anksiyetesinin beklemede olabileceğini de. Bence, insan kendi zamanını yaşayamadığını fark ettiğinde sorulacak soru şu: "Bu benim zamanım değilse kimin zamanı?" Bu soruya birtakım savunmalara

geçmeden dürüstçe cevap verebiliyorsak belki de zamanımıza sahip çıkabiliriz. Bir yere belirli bir saatte ulaşmak üzere yola çıkıp da trafikte sıkışsak, çıldırsak da çıldırmamak da gideceğimiz yere, o sırada yazgımız haline gelmiş olan trafik izin verdiği zaman gidebileceğiz. Bunu hepimiz bildiğine göre, bunalmak ve bunalmamak arasındaki tercihimiz artık sadece kendi meselemiz oluyor. Geleceği denetlemek için çırpınırken şimdiki zamanı yok etme pahasına.

Bir Asya dili konuşuyoruz. Dolayısıyla zamanımız Doğulu. Doğulu zamanı yaşadığımızı fark ettiğim anlar oluyor, zaman zaman da başka insanlarda hissettiğim oluyor. Doğulu zamanla huzur arasında bir bağ olabileceğini düşünüyorum. Telaşın, gideceğim yerde yaşayacaklarımın önüne geçebildiğini fark ettiğimden bu yana, yetişerek gidilecek yerlere gitmemeyi yeğler oldum. Bizim tarzımızdaki zamanın, imparatorluk döneminde ülkemizi ziyaret eden Batılıları zorladığı anlatılır. Dili ve zamanı Doğulu olan bizlerin bir bölümünün Batılı zamana göre davranmaya çalışmalarının ya da öyle davranmaya zorlanmalarının o insanlar üzerindeki etkisini bilmiyorum ve merak ediyorum.

Bu satırları yazdığım sıralarda bir ara bir düşümü gerçekleştirdim. Kosova ve Makedonya'yı da içeren bir bölgeyi dolaştım. Zaman zaman yaşadığım hüznün eşliğinde. Döndüğümde bu yana da için için bir yas yaşıyor gibiyim, hatırladıkça. Kökenlerimle ilgili olduğu sanılmasın, aile tarihim o kadar uzaklara gitmiyor. Bu duyguları neden imparatorluğun diğer eski topraklarına gittiğimde yaşamamış olduğumu da bilmiyorum. Ancak birlikte olduğumuz insanlardan birinin geziyle ilgili duygusallığını sürdürdüğünün farkındayım, içeriğini paylaşacak fırsatı bulamamış olsam da. Sonra başka bir şey oldu. Terapiye gelmekte olan bir genç daha yakın bir zamanda aynı topraklara gitti ve benimkiyle neredeyse özdeş duygularla döndü. Daha önce de bazı gezilere gitmiş, ancak döndüğünde anlattıkları haber niteliğini aşmamıştı. Bu kez dakikalarca konuşma ihtiyacını duydu, onun da kökeninin oralarla il-

gisi olmadığı halde. Televizyonda oralarla ilgili diziler yayınlamaya başladı son zamanlarda.

Bunların üzerine düşünürken zihnime bir soru düştü. Acaba bu yaşantıların ve ilginin daha önce sözünü ettiğim imparatorluk kaybetmenin gecikmiş yaşıyla bağlantısı olabilir miydi? Cevabı bilmiyorum, ama inandığım bir şey var. Bireyler nasıl kişisel tarihlerini kabullenmedikçe huzur bulamıyorlarsa, toplumlar da ortaklaşa mutabık olabildikleri bir tarihi paylaşmadıkça kargaşadan arınamayabilirler. Oysa kimimize göre tarihimiz Cumhuriyet ile başlıyor. Kimi yalnızca Osmanlı dönemine odaklanıyor. Geçmişte bir ara Antik Yunan hayranları vardı. Yaşadığımız topraklarda o kadar farklı uygarlıklar yaşamış ya da gelmiş geçmiş ki böylesi bir amalgamı çözümlemek hiç de kolay değil. Kaldı ki vaktiyle egemenliğimizde olan yerlerden pek çok insan da o süre içinde ve hatta sonradan bu toprakların insanı olmuş. Ancak yine de tanımlamaya çalıştığım sorunsalın üstesinden gelmek, kendimizi kabul edebilmek ve kimlik karışıklıklarından arınabilmek için temel koşul. Eğer gerçekten bir yas yaşıyorsak bunu da açıkça paylaşmalıyız. İmparatorluk döneminin karikatürü olmaktan öteye gitmesi mümkün olmayan düşlerin peşinden gitmek yerine.

Hayatın anlamı üzerine pek çok şey yazıldı geçmişte, özellikle Batılı düşünürler tarafından. Bizim topraklarımızda ise evrenin ve insanın tekliği üzerine inançlar oluşmuştu. Daha da doğumuzda Buda, Konfüçyüs gibi kişiler öğretileriyle insanları aydınlattılar. Hayatın anlamı nedir ve nasıl tartışılır bilmiyorum, ilgilendirmiyor da. Yaşanılan an ve yaşanmak üzere olan andan öte bir anlam olduğuna da inanmıyorum. Hayatı ciddiye almak ya da almamakla ilgili tartışmalarda neyin kastedildiğini anlamıyorum, ama hayatın ve yaşıyor olmanın değerinin farkındayım. Akışının önüne çıkan engellerle savaşmayı içerdiğinin de. Şöyle ya da böyle yaşanmalı diye ölçülerin olamayacağını öğreneli çok zaman oldu.

Bana göre hayat sınırsız bir oyunlar dizisi ve bu oyunların hepsini oynayacak zamanımız yok. Onu değerli kılan da bu.

Son bir söz.

Kendini tanımak "dıştan içe" sessiz bir yolculuktur, anlatılması ve paylaşılması zor, bazen sadece kokusu alınabilir. Akmakta olan bir ırmağın, aynı zamanda kaynağına doğru yolculuk edebilmesini çağrıştıran bir süreç, kaynağa ulaşılmasa da yolculuğun kendisine değer.

Hoşça kalın!

Engin Geçtan

SEYYAR

Söyleşiler

On kişi sordu, Engin Geçtan yanıtladı: Bu yanıtlardan kitaplaştırmam *Seyyar*, geniş bir alanı katediyor: Çocukluk yıllarından izlenimler, meslek seçimi, şehirler, profesyonel yaşam, mesleki ve düşünce kitapları, ilgi alanları, edebiyat yapıtları, dünyaya ve hayata bakışı... Tek bir yorumla, tek bir adlandırmayla açıklanamayacak bir hayatın, sürmekte olan bir değişimin sözle yakalanmaya çalışılmış izlerini bulacaksınız bu kitapta. Hem yakın zamanlar üzerine bilgece bir değerlendirme, hem de okurun çıkacağı yolculuklar için muhtemel bir başlangıç noktası olacağını umuyoruz *Seyyar'ı*...

Engin Geçtan

Zamane

"Askeri darbenin ardından otorite figürlerine ve kurumlarına karşı tepkiler sindirilmişti, ama daha uzun vadede bunun yerini farklı ve çoklu dinamikler aldı. Artık siyasi ya da toplumsal bir kutuplaşma olduğunda, şaşırtıcı bir hızla karşıt bir kutup odağı oluşmakta. Bu bir bakıma yoğun bir dinamizmin de ifadesi, tabii beraberinde bir soruyla birlikte. Bu dinamikler bizi ileriye doğru mu taşıyor, yoksa kısır döngüye kapılıp sürüklenmemize mi neden oluyor? Yönetilen ülkeden neredeyse bağımsız, kendi kendini ileriye taşıyan bir başka ülke de var gibi. Psikoterapide de zaman zaman mehteran yürüyüşüne benzer bir süreç yaşandığından benim için oldukça bildik. Askeri darbe olmasaydı neler yaşardık sorusunun cevabını ise hiçbir zaman bilemeyeceğiz."

Engin Geçtan Zamane'de geniş bir zaman aralığında, Türkiye'de yaşanan süreçlere uzmanlık alanı olan psikiyatri perspektifinden bakıyor, toplumun ve bireylerin değişmesine dair değerlendirmelerde ve yorumlarda bulunuyor.

Otorite, öfke, sıkışmış kızgınlıklar, persona ve gölge, özerklik, kimlik sorunları, çocuk yalnızlığı gibi konularda söz alırken klinik deneyimlerinden gözlemler de aktaran Geçtan'dan zamane hallerine yılların birikiminden bir bakış...

Metis I Psikoloji, Psikiyatri
ISBN-13: 978-975-342-759-3



789753 427593

Metis Yayınları

www.metisyayinlari.com

Ücretsiz PDF Arşivi - <https://rantey.org>