

## **RASTGELE BEN-Engin Geçtan (Prof. Dr.)**

---

Günün birinde Manhattan gökdelenlerinden birinde yangın çıkmış. Herkes taşınabilir değerli eşyalarını alıp merdivenlerden aşağı iniyormuş. Bir ara otuz birinci katta oturan adam elinde üzeri örtülü bir nesne taşıyormuş. Üst kat komşusu *'Herkes; yükte hafif pahada ağır bir şeyler kaçırdırken elindeki o şey ne?'*, diye sormuş merakla. *'Örtünün altında kafes, içinde de horoz var'* cevabını alınca düşüp bayılmış.

Merdivendeki komşular başına üşüşüp onu ayıltmaya çalışmışlar. Adam nihayet kendine gelmeye başladığında *'Binada yangın varken bayılmanın sırası mıydı?'* diye çıkmışlar. *'Nasıl bayılmam,'* demiş adam. *'New York'un otuz birinci katında horoz sesi duyuyorum diye yıllardır Psikiyatriste gidiyorum.'*

### **Dipsiz Kuyuda Yolculuk**

**Albert Einstein**, *"Delilik, sürekli aynı şeyleri yapıp farklı. Sonuçlar beklemektir."* demişti. Zaman zaman hepimizin yaptığı şey, ama önemli olan bu çıkmaz sokak ritüellerinin hayatımıza ne oranda egemen olduğu.

Orta yaşlı psikiyatristlerin egemenliğinde olan bir bilim dalında *"orta yaş psikiyatristi"* diye bir alanın gelişme şansı olamaz. Bana sorarsanız, yaşam döngüsünü evrelere ayırdığımızda, bu evrelerin en durağanı orta yaştır derim. Sistemin bireyi kendi değerler ağına katarak tepe tepe kullanıp öğüttüğü yıllar. Özellikle de başarılı ve iktidar sahibi olduklarına inananlar için tuzaklarla dolu. Elinde bulundurduğuna inandığı gücü kaybetme endişelerinin Alzheimer olma korkularıyla tezahür ettiği dönem.

Memlekette *"Kırkıdan sonra azanı tenesir paklar"* zihniyeti hala sürdürülmekte iken Amerika'da karşı cinsten yaşlıların buluşup hoşça vakit geçirmeleri için kulüpler, dernekler oluşturuldu. Bu arada, yaşlıları psikiyatri hastanelerine yerleştirerek onlardan kurtulmaya çalışanlar da vardı. Günümüzde imkânı olan Amerikalı yaşlılar Florida, Güney Kaliforniya gibi yerlerde alt kültür komünleri halinde yaşıyorlar. Dönüşüm hızı azıtmış bir dünyaya yabancılaşmaktan korunmak için iyi bir yöntem aslında. Dünya sana sırtını döndüğünde, kendi dünyanı yarat ilkesi üzerine kurulu.

Ailemin ötesindeki dünyada da yaşlılık sorunları ya da çocuklarına muhtaç olma gibi kavramlar yoktu. Gençlerin yaşlılara ayıracak zamanları hep vardı. Zaten, *"zaman ayırma"* diye ruhsuz deyimler de yoktu, ilişkiler kendiliğinden akardı. Yaşam süresi günümüze göre kısaydı. İnsanlar belirli bir yaşa geldiklerinde önce hastalanır, ardından hayata veda ederlerdi. Tıp onları daha uzun yaşatacak yöntemlere sahip olmadığından doğal ölüncüdü. Dolayısıyla yaşlılar genellikle dinç insanlardı. Çevremde hiç bunama yoktu, Alzheimer zaten duyulmamıştı.

İstenmeyen yaşlı duyulmuş şey değildi, bu olguyla ilk kez Amerika'da karşılaştım. Yaşlılık ölümü çağırıştırır. Ölüm ise *"Aman Allah korusun!"* deyip geçiştirilmeye çalışılan tabu bir konu.

Yetmişli yılların sonlarında Amerikalı psikiyatrist **Elisabeth Kübler-Ross**'un sonradan dilimize *Ölüm ve Ölmek Üzerine* adıyla çevrilen kitabı ile karşılaşmam benim için bir devrim oldu. Kübler-Ross terminal evrede, yani ölüme yaklaşmış olan hastaların yaşantılarının üzerine yaptığı kapsamlı araştırmadan edindiği izlenimleri bu kitapta toplamıştı.

Yakın gelecekte öleceklerini bilen insanlarda, hayatın bir yandan her zamanki gibi devam ettiğini anlatması bakımından da ilginç bir kitap. Yaklaşık on günlük ömrü kaldığını bildiği halde bir yakınına kızıp intihar eden adam örneğinde olduğu gibi.

Kitap sadece ölümcül hastalıklara yakalanan insanlar hakkında değil; hayatının son dönemlerini yaşamakta olan insanların yaşadıkları hakkında da önemli ipuçları içeriyor.

O kitaptan öğrendiğim iki şey, geçmişte yaşlı yakınlarımla olan ilişkilerimde çok işe yaradı. *İlki*, yaklaşmakta olan ölümlerinden söz ettiklerinde, konuşmalarını paylaşmanın ya da en azından dinlemenin önemiydi. *Diğeri ise* ölümlerinin yaklaştığını sezen insanların, dolaylı bir şekilde de olsa yakınlarına veda etme arzusuyla ilgiliydi.

Kübler-Ross'tan öğrendiklerim sayesinde, o yıllarda yaşlı yakınlarımla arada bir bu konuda söylediklerini paylaşabildim, bunun beni kendi yaşlılığıma da hazırlamış olduğunu, sıra bana geldiğinde fark ettim.

Geçmişin Hollywood oyuncularından Bette Davis *“Yaşlılık korkaklara göre değil,”* demişti vaktiyle. Acımasız bir söz, ama belli bir gerçekliği de barındırıyor.

Yaşlılık yaşam döngüsünün sert dönemlerinden biri, çocuklukla ortak bazı yönleri var. Anne ninnileri yerine Maria Callas'ın sesiyle uykuya dalmak gibi haller. Çocuklukta olduğu gibi yaşlılıkta da çok farklı alanlarda sessizce savaşmak gerekiyor. Geçmişte kolay! Seçmeye alışmış olanlar için zor bir dönem. Farklı ve karmaşık yönleri var. Hayatta olmak ve yaşamak farklı şeyler. Ömür boyu ikisi arasında gidip geliyoruz. Ama yaşlılıkta bunların ilkinde kayma eğilimi artıyor ve hayatınızın kumandasını yitirmemek için daha çok çaba gerekiyor. Zaman hızlanıyor, ama sıkışmıyor. Algılananlar uzakta, ama bazen eskisinden daha berrak, daha önce fark etmediğiniz ayrıntılarıyla yaşananların damıtılması sonucu keskin bir seçicilik beliriyor.

Gücünüz azaldığı için hareket alanınız daralıyor, ama hayata biraz doymuşsanız, bir şeyler kaçırmış gibi gelmiyor, üstelik pek çok şey *deja vu*. Zaten pek çok hoşluğun yanı başınızda ya da çok yakınınızda olduğunu daha çok fark edip, başka yerlerde arama gereği duymuyorsunuz.

Yaşlılık yaşam döngüsünün son evresidir. Yani dünyayı durdurup inme anını da barındırıyor. Hayatınıza baktığınızda gördüğünüz şey bir yanılısamayı andırıldığından geriye kalan gerçek, yaşanmak üzere olan an oluyor. Yok oluş da o anın artık olmaması. Dolayısıyla, *“olmak ya da olmamak”* sorusu arada bir belirip kaybolduğunda ikisinin birbirinden pek de farkı olmadığını seziyorsunuz. Şimdilik böyle şeyler işte, sonrasını bilmiyorum.

Freud aslında bir nörologdu ve başlangıçta psikanalizi fizyolojik bir temel üzerinde geliştirmişti, Bu boyutun adı *“kateksis (cathexis) kuramı”* idi. Psikanalizin Avrupa'da kabul görmeye başlamasından sonra Freud'un kateksis kuramını neden bir kenara ittiğini bilmiyorum. Psikanalizin, geniş kitlelerin kavrayabildiği yanlarının daha çok popülerlik kazanmasıyla ilgili olabilir.

Kateksis kuramı nörofizyoloji temelinde olduğundan, onu anlayabilmek tıp formasyonunu, hatta temel bazı nöroloji bilgilerine sahip olmayı gerektiriyordu. Bu da psikanalizin geniş kitlelere ulaşmasının önünde bir engel olarak görülmüş olabilir. Nedeni her ne idiyse, psikanaliz, bundan böyle tıbbi temelden yoksun, soyut ve varsayımsal bir kuram olarak tanındı. Yaygınlaştı ve yıllar içinde yapılan katkılarla günümüze kadar geldi.

Freud'un çevresinden ayrılıp kendi psikanaliz kuramını geliştiren Viyanalı psikiyatrist Alfred Adler vaktiyle, *“Doktor ile hastası bir yorum üzerinde mutabık kaldığında, yorumun doğru ya da yanlış olmasının önemi yoktur,”* demişti.

Hayat, “dir” ve “dır”larla sonlanan hükümlerle yaşanamaz, çünkü anlamaya çalışmanın sonu yoktur. Carl Gustav Jung da demişti vaktiyle, *“Kuramları iyi öğren! Ama yaşayan ruhun mucizesine dokunduğu anda onların bir kenara bırak.”*

Doğadan üstün olduğu sanısına kapılıp onu dilediğince tüketen uygar insan, hayvanın, bitkinin, toprağın ve doğa insanının bilgeliğinden yoksun bir varlık. İnsan aya gittiği gibi, gün gelir Mars'a da gider, daha öteye de.

Çünkü doğanın bilgeliğinden yoksun bırakılmış olmanın hırçın yalnızlığını ödünlemek zorunda. Kendini anlayabilme konusunda ise sınıfta kalmıştır. Doğanın ya da teknolojinin, günü geldiğinde onu boğup cansız bırakacağı kesin. Belki bu ikisi birlikte hallederler.

Bir süredir modem fizik evren hakkında bize çarpıcı bilgiler sunmakta. Bildiğimizi sandığımız şeyleri temelinden sarsarak. Giderek artan sayıda fizikçi evrenin bir *hologram* olduğu, aslında her şeyin boşluktan oluştuğu konusunda görüş birliğinde. Bunu, Sufiler de bir başka şekilde ifade etmişlerdi. Hindular zaten hayatın bir yanılsama olduğuna inanıyorlar. Beyin dediğimiz organın da aslında sayısız titreşimden oluşan bir boşluk olduğunu kabul ettiğimizde işler daha da karışıyor ama konuyu daha da karmaşıklaştırmamak için burada durmam gerek. Ben de dağılılabirim.

Ancak psikanaliz, diğer bilim dallarından soyutlanmış haliyle, bugün için artık dar bir alan.

Ülke ya da dünya gündeminde o sıralar önemli bir şey yaşanıyor olsa bile bunlar sadece birkaç cümleyle paylaşılır ya da paylaşılmaz. Çünkü insanın iç dünyasındaki kargaşa, dış dünyanın kargaşasından çok daha ürkütücüdür. Psikanalizin ilk döneminde insanın dünyası, aile ve yakın çevre ile sınırlanarak ele alınır. Bu da yeterli olurdu. Aradan geçen yüz küsur yıl içinde dünya öylesi dönüşümlerden geçti ki insanlar artık, farkına vararak ya da varmayarak, aile ve yakın çevrenin ötesindeki dünyanın da yükünü taşımakta.

Sınırlı bir süre içinde kişisel meselelere öncelik veriliyor olması, gezegende olup biten ve kendisini doğrudan ilgilendirmiyormuş gibi görünen olaylardan etkilenmedikleri anlamına gelmez.

Yirmi yıl kadar önce bir kitapla karşılaştım. Şilili diplomat Miguel Serrano'nun yazdığı *C. G. Jung ve Hermann Hesse: İki Dostluğun Anıları*.

Miguel Serrano bu kitapta dostluk kurmuş olduğu Carl Gustav Jung ve Hermann Hesse ile zaman zaman yaptığı sohbetleri anlatıyor. Özellikle Jung'la yaptığı sohbetleri farklı zamanlarda birkaç kez okudum. Sohbetlerden biri Hindistan'da geçiyordu ve Jung Serrano'ya şöyle diyordu: *"Buralarda benim yazdıklarımı ciddiye alan olmaz... Bizlerin zihni bundan iki bin yıl önce bölünmüş olduğu için ..."*

İki bin yıl önceki bölünmeyle Jung, Hıristiyanlığı kastediyordu. Bölünmeyle de bilinç ve bilinçdışını. Bu değerlendirme, doğal olarak, diğer tek tanrılı dinler için de geçerli sayılmalı. Ve Jung'u doğru anladım, zihni organizasyonunda bu tür bir bölünme diğer dinlere mensup insanlarda mevcut değildi ya da farklıydı.

Yine de kitabın bir yerinde, Jung 'un sarf ettiği *"Hintli düşünmez, düşünce ona gelir"* cümlesini zihnimden bir türlü uzaklaştıramadım.

Psikanalizin bilinçdışı kavramının kırılğan yanlarından biri de rüyalarla ilgili boyutu. Rüyaların yorumlanması, Freud'un geliştirdiği diğer kavramlar gibi dâhiyane bir yaklaşım. Ama tek bir insanın düş gücünün ürünü ve neden-sonuç ilişkileri temelinde yapılandırılmış bir varsayım ve daha önce de ifade ettiğim gibi, varsayımların temeli tahmindir.

Diğer memelilerin de rüya gördüğünün anlaşılması, doğal olarak rüyalarla ilgili görüşüne yönelik bazı soruları da beraberinde getirdi. Bugün ulaşılan noktada, bilim çevreleri rüyaların fizyolojik ve psikolojik anlamını şimdilik bir bilinmez olarak kabul etmekte. Yine de, rüyalarımızın senaryosunu kendimiz yazdığımızı göre, karmaşık içeriklerinin iç dünyamıza ilişkin bazı verileri yansıttığı düşüncesindeyim.

Beyin bir yandan sürekli olarak hücre ve bağlantılarını kaybederken, kendini yenilemeyi de sürdürür; canlı türleri kuşaklar süresince yaşadıkları ortama en iyi uyumu sağlayacak mutasyonu gerçekleştirmeye çalışır, kullanılmasına gerek kalmayan bazı organlar dumura uğrarken bazı diğer organlar gelişir.

Bu karmaşık sistemlerin bir diğer özelliği de düzenle kaos arasında kendine özgü bir dengeyi koruma becerisini geliştirebilmiş olmalarıdır ve bu denge noktasına “*kaosun kenarı*” denir. Bu terim, karmaşa sistemlerinin hiçbir zaman belirli bir zemine kilitlenmemelerine rağmen, tam bir kargaşaya sürüklenmiyor olmalarını tanımlar.

Aslında bu, insanın günümüzdeki halinin doğrudan bir yansımasıdır. Kaosun kenarında varoluşu zamanla unutmuş, kendini sürekli güvenli sandığı alanlara çekme sonucu ciddi psikolojik ve toplumsal arızalar yaşayan varlığın yansıması. Oysa kaosun kenarında varoluş, doğadaki diğer varlıklar için yaşamın bizatihi kendisidir. Onlar da hayatta kalabilmek için önlemler alır. Ama bunu bütünden kopmaksızın gerçekleştirirler.

Birbirinden soyutlanmış halde ve kendi başlarına hareket etmeye çalışan bilim dalları “*toplama*” bir bilim modelidir ve bu model evrenin yasalarına aykırıdır.

Tüm canlılar gibi İnsan da bir madde-enerji bütünüdür. Madde ile enerjinin beraberliği değil.

Yakın zamanlarda bir ara, ülkenin dış politikasında “*değerli yalnızlık*” olarak adlandırılan bir modelden söz edildi. Şahsen, yalnızlığın nesinin değerli olduğunu kavrayamamış, belki de dışlanmışlığın yeni bir tanımı olabilir diye düşünmüştüm.

O günün şartlarında kendimce dağarımı doldurmuştum, memlekete dönebilirdim, ama kafamda iki soru vardı. Üniversitede hala on dokuzuncu yüzyıl psikiyatrisinin okutulduğu ülkemde bu öğrendiklerimle ne yapabilirdim? İnsanlar ne kadar hazırды? O zamanlar, bir şeye hazır olduğumuzu, bazen o şeyle karşılaştığımızda fark edebildiğimizi bilmiyordum. Memlekette toplumsal değişme diye bir olgunun başlamış olduğunu, toplumun kendisinin bile henüz bunun farkında olmadığını da.

İkinci mesele de edindiğim geniş mesleki tabanın hangi yönüne odaklanmak istediğimi hala bilemiyor olmamdı.

Frieda Fromm-Reich’in “*Hasta sizden daha zeki daha donanımlı, daha entelektüel olabilir, ama siz ondan daha yürekli olmalısınız*” sözünü çok önemli bulurum.

Yirmili yaşlarına gelindiği halde kimlik sorunu çözülememişse bu, daha sonraki yaşlarda da, yani yaşam boyu sürmesi beklenen bir sorun olmalıydı. O zamanlar bunun üzerinde durmamıştım, ama cevabı yıllar içinde kendiliğinden önüme gelecekti.

Ankara Üniversitesi Psikolojik Danışma Merkezi’ne gelen öğrencilere uygulanan Cümle Tamamlama Testi ile klinik izlemler bir araya getirildiğinde, bu gençlerin büyük çoğunluğunun özerk birey olmayı öğrenememiş olmaları, kimlik bunalımının gerisindeki en belirgin bulgulardan biri olarak öne çıkmaktaydı. Çocuk, dünyadaki ilk yılını tamamladıktan sonra annesine olan mutlak bağımlılığından giderek özgürleşmeye, kendi başına bir şeyler yapabileceğini fark etmeye başlar. Eğer bu denemeleri, katı ve cezalandırıcı tutumlar sonucu gereksiz yere engellenir ya da ilgisizlik ve tecrübesizlik sonucu destek ve rehberlikten yoksun bırakılırsa, yaşamının geri kalanında, birtakım kısırdöngü ritüellerine tutsak olabilir. Kararlarının doğruluğu konusunda sık sık tereddütte kapılma, seçimlerini yaparken kılı kırk yarma, hatta seçim yapması gereken durumlarda donakalma gibi haller yaşanır.

Bir diğer kronik duygu ise *utançtır*. Özerk olamayan insan, ifade edemediği kızgınlıklarını sürekli bilinçaltına bastırıldığından, bunun yarattığı ikiyüzlülüğü kendinden utanma olarak yaşar. Yargılanmaktan korkar, korktukça başkalarını yargılar.

Yargıladıklarının çoğu, aslında, kendinde kabul edemediği yönleridir. Küçük düşme ya da rezil olma kaygıları, bunlarla ilgili ipuçları aranmasına neden olur.

Psikanalizin erken döneminden beni etkileyen isimlerden biri Frieda Fromm-Reichman olmuştur. Hani şu yerde oturan şizofreni hastasının yanına çöküp, elini tutarak onunla bir saat boyunca sessizce oturan kadın. Fromm-Reichman, bir gün yıllar önce kendisine analize gelmiş biriyle karşılaşmış. Sohbet ederlerken ona “*Bu kadar yıllık beraberliğimizden sende iz bırakan en canlı anı nedir?*” diye sormuş. Karşılık “*Bir gün sizinle buluşmaya geldiğimde hava yeni kararmıştı. Birlikte duvarda elektrik düğmesini arayıp bir türlü bulamamıştık*” olmuş. Terapi ortamında yıllarca edilen onca lafın gerisindeki özü dile getiren yalın bir cevap. Ortak bir amaca ulaşmak için birlikte çaba göstermenin somutlaştığı dakikaların anısı.

Çok yıl önce gördüğüm sıradan bir Hollywood filminde yüzme havuzunun kenarında oturan iki adamdan birinin repliği şöyleydi. “*O söz,*” diyordu adam, “*o sözü duyabilmek için psikiyatristime tam otuz yedi bin dolar ödedim.*” Otuz yedi bin dolar ne kadar zamanın karşılığıdır bilemem, ama anlaşılan o süre içinde yaşananlar kıvama geldiğinde, meyvesini “o söz” içeriğinde vermiş.

Sosyal beraberliklerde konuşulanların içeriğindeki gürültü oranı yüksektir. Çok şey konuşulabilir, ama aslında pek de bir şey denmez, Ne var ki konuşmak zorundayızdır. Sessizliğe tahammül edemez, suskunluk modunda kendimizle ve karşımızdakiyle ne yapacağımızı bilemeyip bocalarız. Çoğumuz sessizliği dayanaksızlık olarak yaşar ve bağlantının sürekliliğine ihtiyaç duyarız. Bazı insanların cep telefonlarına yapışık yaşamalarının bir nedeni de budur. Bu olguya ayrılık anksiyetesi denir. Klasik psikanalizde hastanın sessiz kalması tedaviye karşı bir direnç belirtisi olarak değerlendirilir. Bazen gerçekten de öyledir, ama bence çoğu zamanı değil.

Otuz yıl kadar önceydi, terapiye gelmekte olan genç kadın koltuğuna oturdu ve saati dolana kadar hiç konuşmadı. Ben de tek kelime etmedim. Ayrılırken ona tek bir soru sordum. “*Bütün bu süre boyunca benimle birlikte miydin?*” “*Evet,*” diye karşılık verdi, “*sizden hiç kopmadım.*” Ben de ondan kopmamıştım. Bu tür yaşantılar tek taraflı olamıyor. Çünkü söz konusu olan, sürekli diğer insanı düşünüyor olmak değil, aradaki bağın farkındalığında olabilmek.

Bir şeyler anlatan birine “*Seni anladım,*” dediğimiz anda akmakta olan sürecin önünü kapatmış oluruz. Çünkü aslolan sürekli anlamaya çalışmaktır. Çoğu zaman ucu açık süreçlere tahammülümüz yoktur ve süreçlerin yönünün bilinmezliği bizi tedirgin eder. İletişim modundan çok, performans modunu kullanıyor olmamızın nedenlerinden biri de budur. Yaşantıyı yok etse de korunaklıdır.

Psikoterapide dinlemek sosyal dinlemeden farklıdır. Heidegger bunu “*otantik dinleme*” olarak adlandırır. Konuşulanlara tüm varlığımızla katılmış olmayı tanımlar. Pencereden görünen sıra dışı bir şey ya da dışarıdan gelen bir ses otantik dinlemeyi belki anlık bir kesintiye uğratabilir, ama kendinize ait bir düşünce ya da duygu zihninize uğrayamaz, Paylaşılan konuşmanın merkezindesinizdir. Otantik dinlemenin özelliklerinden biri de konuşulanların bellekte güçlü bir şekilde yer etmesidir. Bazen yirmi yıl önce terapiye gelmiş biri, tekrar ziyaretinize geldiğinde, o zamanlardan kalan bir konuşmayı gayet net hatırladığını fark edip şaşırırlar.

### **En güzel Türkiye** (*La Turchia piu bella-İtal.*)

Kimlik bunalımının ergenlik döneminde doğal olarak yaşanan, çevremizle ciddi ilişki sorunlarımız olmamışsa kendiliğinden sona eren bir olgu. Krizin ergenlik döneminde atlatılamadığı durumlarda kimlik sorunları ömür boyu sürebilir.

Bu da bir türlü üstesinden gelinemeyen yörüngesizlik ve çalkantı demektir. Hayatın ikinci yılından itibaren, çocuk, bazı şeyleri kendi başına da yapabiliyor olmanın gücünü fark etmeye başladığında, ebeveyn rehberliğinin devreye girmesi gerekir.

Seçimlerimizi, kendimize ve çevremize zarar vermeden yapmayı bu sayede öğreniriz. Bu dönemde, ebeveynin baskıcı, engelleyici, cezalandırıcı ya da yetersiz ve ilgisiz tutumları, çocuğun özerk bir varlık olmayı öğrenmesine engel oluşturur. Çocuk eğitimi konusunda halkımız eskiye oranla daha bilgili ve bilinçli. Ancak, özümsemeyen, dolayısıyla davranışa dönüşemeyen bilgi bu konuda yeterli olamıyor. Kendi ebeveyninden gördüğünü çocuğuna da uygulayan ya da kendi varoluş vakumlarını çocuğuyla gidermeye alışan çocuk merkezli ebeveynlerin sayısı hâlâ az değil.

Özerkliği öğrenememenin bir başka sonucu saldırgan eğilimlerdir. Vaktiyle baskı ya da acz sonucu özerkliğini engellemiş olan ebeveynin duyulan ama bastırılmış öfkenin, otorite olarak algılanan kişilere ya da kurumlara yöneltilmesi; ya da zayıf gördüğü için, ona kendi aczini hatırlatan kişileri ezme isteği. Otoriteye kayıtsız şartsız biat zaten özerkliğinden vazgeçmeyi tanımlar. Otorite olarak algılanan her şeye karşı çıkma da aynı paranın farklı yüzüdür. Çünkü alıntı bazı kavramlar dışında, karşı çıkma eylemine eşlik etmesi ve karşı çıkılan otoritenin yerine konması beklenen modelden yoksundur.

Özerklik sorununun son zamanlarda sık öne çıkan örneklerinden biri de hayâsızca sergilenen utanmazlığa eşlik eden açık saldırganlık. O kadar ki, kin duygusuna kadar uzanan öfkenin dindirilemezliği, kazanmakla yetinmeyip karşı tarafın kaybetmesi çabalarına dönüşebilmekte. Hatta kendisinden farklı gördüğü insanları, sadece var oldukları için cezalandırma isteğine.

Özerk insan dünyasını genişletme, kendini içinde bulduğu alanın ötesini de keşfetme merakındadır. Bu, dünyadaki her varlığın eksi konumdan artıya geçme çabasının da bir gereğidir. Merak ve keşfetme dürtüsüyle dünyası zenginleşen insan gelişir ve olgunlaşır. Özerkliğini edinememiş insan ise, tanıdığı, gördüğü ya da duyduğu insanlar ötesindeki dünyaları merak etmez.

Şeklen ataerkil olan toplum yapımız aslında gizil anaerkil öğeleri barındırıyor olabilir mi? Kendisine değer verilmeyen kız çocuğu, ileride oğlan anası olduğunda, çocuğuna karşı ne tür davranışlar sergileme eğilimindedir? Kadının hayatının kısıtlanmasının, çevresine olan yansımaları ve ikincil sonuçları nelerdir?

Bunlar ve benzeri genel sorularla başlayıp temel dinamiklere inilebilecek araştırmalar umarım bir gün gerçekleştirilir.

*Narsisistik* özelliklerin kişiliğe ne kadar egemen olduğu bir insandan diğerine değişir. Bu ölçü, çoğunluğu rahatsız eden bir kıvama ulaştığında, son yıllarda dağarımıza katılan deyimle, halk arasında zaten “arıza” olarak nitelendirilmekte. Nitekim kişiliğin büyük bölümü narsisizm çekirdeği çevresinde örgütlendiğinde de işler biraz karışır. Kendisini evrenin mutlak merkezi olarak yaşayan ve başkalarını uzantıları olarak algılayan insanların artması diğerleri için sıkıntı yaratabiliyor. Hal böyle olunca, insanların kendilerini “hiç kimse” hissetmeleri haline karşı geliştirdikleri “fark edilme” çabaları her zamankinden sık görülür oldu.

Oysa farklı olma çabaları, insanı kendine daha da yabancı kılma potansiyeli taşır. Farklı olmak bireyleşme anlamına gelmediği gibi farklı olmak ve özgün olmak da ayrı şeylerdir. Narsisistik regresyon sonucu bir kısım insan ise yalnızlıklarını kendi bedenleriyle ilişki kurarak telafi etme çabasında. Sağlıklı yaşam programları, diyetler, detoks ve benzeri programlar bu insanların yaşam biçimlerini şekillendirir oldu. Kendini var hissedememe ağır bir duygu, ama pazarlanan çözümlerle nasıl üstesinden gelinebileceği de cevabı olmayan bir soru.

Yirmi yıl kadar önce, *National Geographic* dergisi ilginç bir harita eki vermişti. Haritada hangi ülkelerde hangi halkların yaşadığı gösteriliyordu.

Türkiye’den çıkan okun ucundaki yazı diğerlerinden farklıydı. *“It is not clear what it is to be a Turk (Türk olmanın ne olduğu açık değildir).”*

Bu çarpıcı not bana 1981 yılında yazmış olduğum **“İnsan Olmak”** adlı kitabımın final cümlelerini hatırlattı. Aynen aktarıyorum:

*“... Bireylerin bir bölümünün narsisist bir düzeye gerilemesine neden olan böyle bir süreci salt belirli bir süre için ortaya çıkan koşullarla açıklamanın yeterli olduğuna inanmıyorum. ‘Neden bu toplum da bir başkası değil?’ sorusunun yanıtı yalnızca bugünde değil geçmişte de aranmalıdır kanısındayım.*

*Çoğunluğun ortaklaşa kabul edebileceği bir tarihi, yansız bir değerlendirmeye tanımlayamamış ve özümseyememiş bir toplumun zorlanmalar karşısında bunalıma girmesini de doğal karşılamak gerek. Burada tarihle kastettiğim. Biçimselliğin ötesinde, toplumun yaşam felsefesini de yansıtan bir kavram. İnsan doğası yalnızca belirli bir zaman kesiti içinde nasıl değerlendirilemezse, toplumlar da geçmişlerini özümseyemedikleri sürece kendilerini gereğince anlayamazlar. Şimdiki zamanın hem geleceği hem de geçmişi içerdiğini görmezden gelen toplumların bireyleri ise evrensel olma niteliğine ulaşamazlar!”*

Otuz üç yıl önce o kitabı bu cümlelerle sonlandırdığımda, bu konuyla ilgilenen kimse olmaz, neden yazdım ki diye düşünmüştüm. Nitekim o dönemde öyle oldu. Bugün de *“Ben kimim”* sorusuna doyurucu bir cevabın *“Biz kimiz?”* sorusunun cevabına ulaşmadan verilebileceğini düşünmüyorum. Tarih duyusundan yoksun, dolayısıyla, dünyayla ilişkimizde yüzeysel bir toplumuz. Nereden gelip nereye gitmekte olduğumuzu umursamadan serseri mayın misali yaşamaya alışmışız, *“Bu toplumun belleği yok!”* diye kendimizi eleştiriyor, ama nedenini anlamaya çalışmıyoruz.

Carl Gustav Jung’un çağdaş düşünceye yaptığı en önemli katkılardan biri *“kolektif bilinçdışı”* ve *“arketip”* kavramlarıdır. Jung’a göre, insan zihni onun evrimi tarafından biçimlendirilmiştir. Dolayısıyla İnsan geçmişiyle bağlantılıdır, ancak bu bağlantı yalnızca kişisel geçmişini değil, ait olduğu toplumun geçmişini ve hatta tüm insanlık evrimini içerir.

Amerikalı meslektaşım Irwin Yalom ve eşiyle Sultanahmet’ teki Yeşil Ev’de baş başa yediğimiz bir akşam yemeği sırasında Yalom’un eşi bana *“Kimin Türk olduğunu anlayamıyorum,”* demişti. Ona ülkemizin tarihini ve coğrafyasını hatırlattıktan sonra *“Biz birbirimizi beden dilimizden tanırız,”* diye karşılık vermiştim, şekil dışında ortak bir özelliğimize atıfta bulunarak.

Ancak, bu ülkede sokaktaki bir adama *“Türkiye hangi kıtada?”* diye sorulduğunda *“Brezilya’da”* cevabı alınıyorsa, buna benzer başka cevaplar da alınmışsa, bu, üzerinde durulması gereken bir husus olmalı. Hatta çok ciddi bir sorun.

Eylül 2010 referandumundan önce iki usta gazetecinin Eminönü’ne gönderdiği muhabir tarafından gerçekleştirilen ve videosu da mevcut olan sokak röportajına verilen diğer cevaplardan birkaçı:

- “TBMM ne demek?”
- “Türkiye Malzeme Ofisi.”
- “TBMM’de kaç milletvekilimiz var?”
- “Binin üzerinde.”
- “Türkiye Cumhuriyetini kim kurdu?”
- “Süleyman Demirel.”
- “İstiklal Marşı’nı kim yazdı?”

- “Fatih Sultan Mehmet.”
- “Adalet Bakanımız kim?”
- “Cemil İpekçi.”
- “Türkiye’nin şu andaki nüfusu nedir?”
- “Bir milyar.”
- “AB ‘ye üye miyiz?”
- “Yedi-sekiz yıldır üyeyiz.”

Yedi yüzyılı aşkın bir süre yerleşik düzen yaşadığımız halde” “*Göçebe bir toplum olduğumuz için ...*” gibi hayali gerekçeli ahkâmla, sorumluluğumuzu başka yerlere yüklemekten bir türlü vazgeçmiyoruz. Onlara Osmanlı İmparatorluğu’nun benzersiz devlet sistemini İncelemelerini öneririm. Bakalım altından kalkabilecekler mi? Benim zihin kapasitem yetersiz kalmıştı.

Can sıkıcı bir durumla karşılaştığımızda, onunla baş etmek yerine geçiştirmeye çalışmak, doğrudan sorumluluğumuz olan konularda sorumluyu sürekli kendi dışımızda aramak, yüzeysel sloganlar edinip kendimizi entelektüel sanmak, başkalarından daha akıllı olduğumuza inanmak...

Bu liste böyle sürer gider, devam etmeme gerek yok, çünkü aslında listeyi hepimiz biliyoruz. Kendi dışımızda birilerinden söz etmiyorum ki. Dolayısıyla, kendimize gerekli soruları sorup cevaplarıyla yüzleşmekten kaçındığımız sürece, *psiko-sosyo-politik* alanlarda debelenip durmamızın sona ereceğine inanmıyorum.

Günün birinde gerçek bir ekonomik deve dönüşsek bile, neyin yanlış gittiğini anlamak için çaba göstermedikçe, çocuk yetişkinlerden oluşan bir toplum olmanın sürüklenmelerinden kurtulabileceğimize de. Tek bir bütün iken, kendimizi iki parça bir ülke haline getirdiysek, bunun sorumlusu her birimiz sayılmalıyız.

### **Matriks ya da *Apocalypse Now***

Ardımda bıraktığım yıllara dönüp baktığımda, tanık olduğum değişimler bazen bana inanılmaz görünür. Geniş bir zamana yayıldıklarından olmalı, yaşarken bu hızın pek farkında olmamışım. Son yıllarda ise değişimlerin geçmişe oranla hız kazandığını fark eder oldum.

Bu izleniminin benim yavaşlamış olmamla ilgisi olduğunu sanmıyorum, çünkü daha genç insanların üzerindeki etkisi çok belirgin. Kendimi güncellemek için çaba gösterdiğim ve kenara çekilmem sonucu bu değişimlerin bir kısmını dünyanın dışında tutabildiğim için pek zorlanmıyorum.

Ancak, genç kuşakların böyle bir şansı yok. İleriye doğru hareket etmek istiyorlarsa, üst-sistemlerin dur durak bilmeden önlerine sürdüğü yenilikleri özümsemek zorundalar. Üstelik üst-sistemlerin, teknoloji aracılığıyla kendilerini ne oranda tutsak almış olduğunun farkında da değiller.

Beynimiz. Dış dünyadaki değişimlere uyum sağlama konusunda belirli bir kapasiteye sahip. Etkilenme derecesi bir insandan diğerine farklılık gösterse de uyarıcı yoksunluğunda olduğu gibi, uyarıcı fazlasında da organizmanın dengeleri bir süre sonra bozulmaya başlar. Bazen travma olarak nitelendirilebilecek oranlarda. Çünkü giderek artan sayıda insan savrulurcasına yaşar halde.

Doğa insanı, doğanın gücünden hem korkar, hem de ona saygı duyar. Amerika yerlilerinin, bir zamanlar, akşam gün batarken ya ertesi sabah güneş tekrar doğmazsa kaygısı yaşadığı söylenir. Ama onlar, çevrelerindeki ağaçları kız kardeşleri olarak gördüğünden, uygar insanın yaşamakta olduğu türde derin yalnızlığı tanımaz.

Doğa insanı doğadan korkar, biz ise birbirimizden. Bu, doğadan kopmuş insanın, kendisini en yalnız hissetmemesi gereken anlarda bile, derinlerini bir türlü terk etmeyen farklı bir yalnızlıktır, devası yoktur. Ebede kadar sürecek bir lanet.

Kendi adıma konuşursam, doğduğum andan itibaren toplumun beklentileri doğrultusunda şartlandırılmış olduğumu fark etmem bile hayli zaman aldı. Belirlenmiş formatlar dâhilinde davranmamız beklendiğinden, hayatımızı şekillendiren birtakım ritüellerin dışına çıkmaya cesaret edememiştir.

O günlerden şimdiye fazla bir şey değişmiş de sayılmaz. Bugün de bilinmeyenden korkup, biline sığınarak hayatımızı sığlaştırıyoruz. Başkalarının onayına sürekli ihtiyaç duyup, o onayı kaybetme kaygısıyla saçmalamaktan kaçınıyoruz. Saçmalamaktan kaçınmanın bir yolu olmadığından, hayatın sıradan tökezlemelerinde bile eziklik ve yenilgi duygusu yaşıyoruz. Hayatımızın sonuna yaklaştığımızda, yeterince saçmalamamış olduğumuz için pişmanlık duyarak.

Matriks bazı bilim alanlarında da kullanılan bir sözcük. Kimine göre de Keanu Reeves'in başrolü oynadığı bir film. Buradaki anlamıyla **matriks**, bir şeyin kendisinden kaynaklanan ve kendisinin şekillendirdiği, ama dönüp onu kuşatarak içine alan oluşumu tanımlamakta.

İnsanın kendi yarattığı olan uygarlığın, onu kuşatıp şekillendirmesi gibi. Kanser hücresi misali bizi her yanımızdan sarmalayıp boğan matriks, insanın, doğanın kendi mülkü olduğu sanısına kapılmasıyla yaratıldı. Doğadan uzaklaştıkça, daha fazlasına sahip olarak yalnızlığını giderebileceği yanılgısının kısır döngüsüne takılıp kaldı.

Bu kez de kendisi, sahip olma tutkusunun mülkü haline geldi ve bu matrikse *kapitalizm* denildi. Nedense, kapitalizmi kendi yaratmamış da o öylece oluvermiş gibi bir havada. Matriks, insanı kendi talepleri yönünde şekillendirmekle kalmaz, onu, bu şeklin onun gerçek kendi olduğuna da inandırır. Hilekârdır.

Tek tanrılı dinler, zaman içinde felsefi boyutundan uzaklaşıp biçime indirildiği, üstelik bazıları politik bir kimlik edindiğinden, yaşanan boşluk insanları çeşitli türde bağımlılıklara ya da fanatizme yöneltmekte. Kaldı ki yüzeysel matriks insanı, felsefi boyutu olan herhangi bir inancı zaten artık özümseyecek halde değil.

Giderek artan sayıda insan varoluşunu uçucu madde formatında sürdürmekte. Tehyi Hsieh, vaktiyle *“Batı Doğu’ya hayatını nasıl kazanacağını öğretebilir, ama zamanla nasıl yaşanacağını Doğu’nun ona göstermesini isteme durumunda kalacaktır,”* demişti. Bu sözün altından hayli sular geçti. Artık kimse kimseye nasıl yaşanacağını öğretecek halde değil.

**Doğa insanı ya tıka basa yer, ya aç oturur.** Amerika yerlilerinin geleneksel olanı ertesi güne yiyecek saklamaz. Avusturalya Yerlileri anında ödüllendirilmeyecekleri işlere girişmezler, geleceği düşünmeyen doğa insanının tarzında. Sessizce yaşanan bir bilgelik vardır.

Kutup kâşifi Peary, rehberlerinden birine *“Ne düşünümüyorsun?”* diye sorduğunda, rehber *“Düşünmem gerekmiyor”* diye karşılık vermiş. *“Bol miktarda etim var.”*

Antik Yunan’dan bu yana, dünya halklarının önemli bir bölümü, gerekmedikçe düşünmemenin bilgeliğine uzak ve yabancı. Susan Sontag bunu *“İnsanoğlu Platon’un mağarasından bir türlü dışarı çıkamamakta, alışkanlığını sürdürerek hala gerçeğin imgeleriyle oyalanıp durmaktadır”* sözüyle dile getirmişti.

Bana sorarsanız, o mağaradan hiçbir zaman çıkamayacak. Çünkü geleceği düşünmeye başladığından bu yana, yaşamakta olduğu cenneti terk edip anksiyete dünyasına adım attı ve bundan böyle artık hep orada olma durumunda. Üzerinde kaygının ağırlığı, hırsın gerilimi, mülkiyetin tutsaklığıyla, doğa insanının sahip olduğu hayatı yitirmiş bir halde yaşayacak.

Gerekmedikçe düşünmeyen doğa insanına karşılık, matriks insanı düşünce üşüşmesi işgalindedir.

Duygu dünyamızı fakirleştirip sezgilerimizi ve içgüdülerimizi körelterek. Bilgi bombardımanından sersemlemiş insan bunu fark edecek halde de değil.

Kendimizi “ben” olarak algılayabilmek, o anda içinde bulunduğumuz dünyayla birlikte olduğumuzu fark edebilmeyi içerir. Çünkü dünyasız bir “ben” olamaz.

**Gezi Parkı’**nda çevreci direniş amacıyla bir araya gelen çoğu genç bir grup insan, olayı kendiliğinden ve nasıl olduğu anlaşılamadan bir yaşam modeline dönüştürdüler. Anarşizm modeliyle çok örtüşen bir olguya. Ömrümde ilk defa gönülden özdeşleşebildiğim bir modelin bu kadar yakınımda hayat bulması benim için heyecan verici oldu. Üstelik bir adı da yoktu. Otorite kurumları ve toplumun bir kesimi orada yaratılan yaşam modelini anlayamadılar. Anlamaları beklenemezdi. Olayı sempatiyle karşılayanların ve destekleyenlerin bir bölümünün de kavrayabildiklerini sanmıyorum.

Dünyanın çeşitli yerlerinden bazı insanlar, televizyonda ya da sosyal medyada izlediklerinden orada yaşananlarla sezgileri aracılığıyla özdeşleştiler, Sonlandırılmış olması ve ardından orada yaşananlarla ilgisi olmayan farklı nitelikte olayların yaşanması da bence artık önemli değil. Çünkü yaşandı, bazılarımızda kalıcı bir iz ve insanlığın geleceğiyle ilgili umut bırakarak.

Modem fizikçilerden biri “*Bir ile bir iki eder dediğimizde ‘ile’yi genellikle unuturuz. Oysa aralarındaki sessizlik olmasa çan seslerini duyabilir miydik?*” demişti vaktiyle. İnsanlığın bugün geldiği aşamada o sessizlikler giderek zor fark edilir halde, çan seslerini zaman zaman kakofoniye dönüştürerek...

## KAYNAKÇA

**RASTGELE BEN-Engin Geçtan (Prof. Dr.)(\*)**

**Metis Yayınları-İlk Basım: Ekim 2014 (170 Sayfa)**

**(\*)** *Uzmanlık alanı psikiyatri olan Engin Geçtan 1975-87 yılları arasında meslek dışı okurlar tarafından da ilgiyle karşılanan dört kitap yazdı. Çok sayıda basım yapmış ve yapmakta olan, kendi bilimsel disipliniyle ilgili bu dörtlünün ardından (İnsan Olmak, Varoluşçu Psikiyatri, Normaldışı Davranışlar ve Psikanaliz ve Sonrası) psikiyatri alanının çerçevesinden çıkma isteği doğrultusunda roman-senaryo çalışmalarına başladı. Ankara ve İstanbul’daki dört üniversitede öğretim üyeliği yaptı ve psikoterapist olarak çalıştı.*