ÇAĞIMIZIN NEVROTİK KİŞİLİĞİ

KAREN HORNEY





ÖTEKİ YAYINEVİ

ÖTEKİ PSİKOLOJİ: 47/17

Kapak Dizaynı: Öteki Ajans
Dizgi: GOŞA Ajans - 418 05 52
FERYAL matbaacılık san. ve tic. ltd. şti. - tel: 229 36 96 - 230 80 61 - ANKARA

Kitabın Orjinal Adı: Escape From Freedom

***Öteki,** Açı Yayıncılığın kuruluşudur.*

Yönetim Yeri:
G.M.K. Bulvarı 12/125 Demirtepe/Ankara
Tel : (312) 425 08 60
Fax : (312) 425 90 08

ISBN: 975-7782-50-5

Dr. Karen HORNEY

ÇAĞIMIZIN NEVROTİK KİŞİLİĞİ

Türkçesi:
Selçuk Budak



İÇİNDEKİLER

Giriş/7
Birinci Bölüm
Nevrozların Kültürel ve Ruhsal Anlamı/11
İkinci Bölüm
"Çağımızın Nevrotik Kişiliğinden" Söz Etmemin Nedenleri/23
Üçüncü Bölüm
Kaygı/31
Dördüncü Bölüm
Kaygı ve Düşmanlık/45
Beşinci Bölüm
Nevrozların Temel Yapısı/59
Altıncı Bölüm
Nevrotik Sevecenlik İhtiyacı/76
Yedinci Bölüm
Nevrotik Sevecenlik İhtiyacının Diğer Tipik Özellikleri/86
Sekizinci Bölüm
Sevecenlik Kazanma Yolları ve Reddedilmeye
Karşı Duyarlılık/100
Dokuzuncu Bölüm
Nevrotik Sevecenlik İhtiyacında Cinselliğin Rolu/109
Onuncu Bölüm
Güç, Saygınlık ve Mal Mülk Arayışı/119
Onbirinci Bölüm
Nevrotik Rekabetçilik/138
Onikinci Bölüm
Rekabetten Kaçınma/152
Onüçüncü Bölüm
Nevrotik Suçluluk Duyguları/169
Ondördüncü Bölüm
Nevrotik Acı Çekmenin Anlamı (Mazoşizm Sorunu)/189
Onbeşinci Bölüm
Kültür ve Nevroz/203

Giriş

BU kitabı yazmaktaki amacım, güncel açıdan onu sürükleyen çatışmalarıyla, kaygılarıyla, acılarıyla ve kendisiyle olduğu kadar başkalarıyla olan ilişkilerinde de varolan birçok güçlükle birlikte aramızda yaşayan nevrotik insana ilişkin hatasız bir tablo aktarmaktı. Burada belli bir nevroz tipi ya da tipleri üzerinde değil, çağımızın nevrotik insanlarının hemen hepsinde şu ya da bu biçimde başgösteren kişilik yapısı üzerinde yoğunlaştım.

Vurgulama, güncel açıdan var olan çatışkılar ve nevrotik bireyin bunları çözme girişimleri üzerinde, güncel açıdan var olan kaygıları ve onun bunlara karşı oluşturduğu savunmalar üzerinde odaklaştı. Güncel konum üzerindeki bu vurgulama, nevrozların temelde ilk çocukluk deneyimlerinden kaynaklandığı görüşünü kabul etmediğim anlamına gelmez. Ama ben, birçok psikanalist yazardan, dikkatimizi bir tür tek yanlı bir çekimle çocukluk üzerinde odaklaştırmayı ve sonraki tepkileri özünde ilk tepkilerin birer tekrarı olarak ele almayı haklı bulmayacak kadar ayrılıyorum. Çocukluk deneyimleriyle sonraki çatışkılar arasındaki ilişkinin, basit bir neden sonuç ilişkisi öne süren psikanalistlerin varsaydığından daha karmaşık olduğunu göstermek istiyorum. Çocukluk deneyimlerinin nevrozlar için belirleyici koşulları oluşturmasına karşın bunlar daha sonraki güçlüklerin tek nedeni değildir.

Dikkatimizi güncel (gerçek) nevrotik güçlükler üzerinde odaklaştırdığımız zaman, nevrozların sadece kazara bireysel deneyimler tarafından değil ayrıca içinde yaşadığımız özel kültürel koşullar tarafından da yaratıldığını anlarız. Aslına bakılırsa kültürel koşullar, bireysel deneyimlere ağırlık ve renk kazandırmanın yanısıra, son çözümlemede bu deneyimlerin özgün biçimlerini de belirlerler. Örneğin buyurgan ya da "özverili" bir anneye sahip olmak, bireysel bir yazgıdır ama, sadece belli kültürel koşullar altında buyurgan ya da özverili anneler buluruz ve işte var olan bu koşullar yüzündendir ki böyle bir deneyimin sonraki yaşam üzerinde belli bir etkisi olur.

Nevrozlar üzerindeki büyük kültürel girdiyi kavradığımız zaman, Freud tarafından nevrozların kökeni olarak değerlendirilen biyolojik ve fizyolojik koşullar geri plana çekilir. Bu son etkenlerin etkisi ancak çok iyi kanıtlanmış veriler temelinde ele alınmalıdır.

Bendeki bu yönelim, nevrozlardaki bir dizi temel soruna ilişkin yeni bazı yorumlar yapmama neden oldu. Bu yorumların, mazoşizm sorunu, nevrotik sevecenlik ihtiyacının sonuçları, nevrotik suçluluk duygularının anlamı gibi farklı sorunlarla ilgili olmasına karşın, hepsi de, nevrotik kişilik eğilimlerinin yaratılmasında kaygının oynadığı belirleyici role ilişkin vurgulama içinde ortak bir temele sahiptir.

Yorumlarımdan birçoğu Freud'unkilerden saptığı için bazı okurlar bunun hâlâ psikanaliz olup olmadığını sorabilir. Bunun yanıtı, kişinin psikanalizde neyi aldığına bağlıdır. Eğer psikanalizin, bütünüyle Freud tarafından ortaya atılan kurumların toplamından oluştuğuna inanılırsa, o zaman burada sunulan şey psikanaliz değildir. Buna karşın eğer psikanalizin temel öğelerinin, bilinçaltı süreçlerinin rolüne ve bunların dışavurum yollarına ilişkin bazı temel düşünce eğilimlerinde ve bunları ayrımsama (farkına varma) düzeyine çıkaran belli bir tedavi biçiminde yattığına inanılırsa, bu durumda sunduğum şey psikanalizdir. Freud'un kuramsal yorumlarının tamamına yönelik katı bir bağlılığın, kişinin, nevrozlarda Freud'un kuramlarının bulmayı beklemesine yol açtığı şeyleri bulma eğilimi göstermesi tehlikesi içerdiğine inanıyorum. Bu, olduğumuz yere çakılıp kalma tehlikesidir. Freud'un dev başarılarına duyulan saygının, onun attığı temeller üzerinde yeni yapılar kurma eylemi içinde kendini göstermesi gerektiğine ve bir tedavi olduğu kadar bir kuram olarak da psikanalizin gelecek için taşıdığı olasılıkları gerçekleştirmeye bu yolla katkıda bulunabileceğimize inanıyorum.

Bu sözler ayrıca olası bir başka soruya daha yanıt vermektedir: Yorumumun bir ölçüde Adlerci olup olmadığı. Adler'in vurguladığı bazı noktalarda bazı benzerlikler söz konusu ama benim yorumum Freudçu temele dayanmaktadır. Aslında Adler, ruhsal süreçlere ilişkin verimli bir içgözlemin bile, tek yanlı

izlendiği ve Freud'un temel buluşlarına dayandırmadığı zaman nasıl kısırlaşabileceğine güzel bir örnektir.

Bu kitabın asıl amacı, diğer psikanalist yazarlarla hangi açılardan anlaştığımı ya da anlaşmadığımı tanımlamak olmadığı için, polemik konusu olan noktaların tartışmasını, kendi görüşlerimin Freud'unkilerden açıkça ayrıldığı bazı sorunlarla sınırladım.

Burada sunduğum şeyler, nevrozlar üzerindeki uzun süreli psikanalitik çalışmamdan edindiğim izlenimlerdir. İzlenimlerimin dayandığı malzemeyi sunmak için ayrıntılı birçok durum tarihçesini de eklemem gerekirdi, buysa nevrozlardaki sorunlara ilişkin genel bir sunu vermeyi amaçlayan bir kitap için yersiz bir yük olacaktı. Ne var ki uzman, hatta amatör kişi için bile bu malzeme olmaksızın da görüşlerimin geçerliliğini sınamak olasıdır. Eğer dikkatli bir gözlemciyse varsayımlarımı kendi gözlemleriyle ve deneyimiyle karşılaştırabilir ve bu temelde, söylediklerimi reddedebilir ya da benimseyebilir, düzeltebilir ya da altını çizebilir.

Kitap basit bir dille yazıldı ve netlik ugruna çok fazla ayrıntıya girmekten kaçınıldı. Teknik terimlerden olabildiğince kaçınıldı, çünkü bu tür terimlerin net düşünmenin yerine geçmesine göz yumma tehlikesi her zaman vardır. Bu nedenle birçok okur, özellikle amatörler, nevrotik kişilik sorunlarının kolayca anlaşıldığı yolunda bir izlenim edinebilir. Ama bu bir yanılgı, hatta tehlikeli bir sonuç olacaktır. Bütün ruhsal sorunların zorunluluk gereği derin bir karmaşıklık ve anlaşmazlık özelliğine sahip olduğu gerçeğinden kaçamayız. Eğer bu gerçeği kabul etmek istemeyen birisi varsa, ona kitabı okumamasını öneririz, çünkü kendini bir karmaşa yığını içinde bulacak ve hazır formüller arayışında düşkırıklığına uğrayacaktır.

Kitap, nevrotik insanlarla mesleki açıdan uğraşmak zorunda olan ve konunun içerdiği sorunları tanıyanlara olduğu kadar, konuya ilgi duyan amatörlere de seslenmektedir. Burada sadece ruh hekimleri değil, sosyal hizmet uzmanları ve öğretmenler, ayrıca değişik kültürler üzerindeki çalışmalarında ruhsal etkenlerin öneminin farkında olan antropolog ve sosyologlar da söz

konusudur. Son olarak, bu kitabın nevrotik kişinin kendisi içinde bir önem taşıyacağını umuyorum. Eğer kural olarak psikolojik düşünceyi bir saldırı ya da ihlal olarak değerlendirip reddetmiyorsa, kendi acıları temelinde, ruhsal karmaşıklıklar konusunda, daha sağlıklı olan kardeşlerinden çoğu kez daha keskin ve daha iyi bir kavrayışa sahip olacaktır. Ne yazık ki kendi durumuna ilişkin bir şeyler okumak onu iyileştirmeyecektir; okuduğu şeyleri, başkalarında kendisinden çok daha kolay algılayabilir.

Bunu, kitabı düzenleyen Miss Elizabeth Todd'a olan teşekkürlerimi dile getirmek için bir fırsat olarak değerlendiriyorum. Ayrıca kitapta anılan yazarlara da minnet duyuyorum. Asıl minnet borcum, bize çalışacağımız temeli ve araçları sağladıkları için Freud'a ve hastalarımadır, çünkü anladığım her şey birlikte yürüttüğümüz çalışmalardan kaynaklanmıştır.

Birinci Bölüm

NEVROZLARIN KÜLTÜREL VE RUHSAL ANLAMI

BUGÜN "nevroz" terimini, bunun ne anlama geldiğine ilişkin her zaman net bir görüşe sahip olmasak da, oldukça sık olarak kullanıyoruz. Çoğu kez bu, ayıplamayı bilgiççe dile getirmenin bir yolu olmaktan öte bir şey değildir: daha önce tembel, duyarlı, buyurgan ya da kuşkucu demekle yetinecek olan kişi, şimdi bunun yerine "nevrotik" demeye yatkındır. Yine de bu terimi kullanırken bir şey düşünürüz ve pek farkında olmadan, seçimi belirlemek için bazı ölçütler uygularız.

Her şeyden önce, nevrotik insanlar tepkilerinde sıradan bireylerden farklılık gösterir. Örneğin sıradan insanların arasında kalmayı yeğleyen, maaşındaki bir artışı kabul etmeyi reddeden ve kendisinden üstün olanlarla özdeşleşmeyi arzulamayan bir kızı, ya da haftada otuz dolar kazanan ama işine daha çok zaman ayırdığı takdirde daha fazlasını kazanabilecek olan ve bunun yerine yaşamdan elinden geldiğince zevk almayı ve zamanının çoğunu kadınlarla arkadaşlık ederek ya da teknik hobilere kendini vererek harcamayı yeğleyen bir sanatçıyı nevrotik olarak değerlendirmeye yatkın olacağız. Bu tür insanları nevrotik olarak adlandırmamızın nedeni, çocuğumuzun, dünyayı ve başkalarını geride bırakmayı, varolmak için gereken çok daha fazlasını kazanmayı istemek anlamına gelen bir davranış biçimini ve sadece bu davranış biçimini tanımamızdır.

Bu örnekler, bir insanı nevrotik olarak adlandırmakta kullandığımız ölçütlerden birisinin, söz konusu kişinin yaşayış biçiminin, günümüzde kabul edilen davranış biçimlerinden herhangi birisiyle çakışıp çakışmaması olduğunu gösterir. Rekabetçi itkileri olmayan ya da en azından görünürde rekabetçi olmayan söz konusu kız, Pueblo Kızılderilileri arasında yaşasaydı, bütünüyle normal olarak değerlendirilecekti, ya da sanatcı, Güney İtalya'nın bir köyünde ya da Meksika'da yaşasaydı o da

normal olarak adlandırılacaktı, çünkü bu çevrelerde birisinin anlık ihtiyaçlarını doyurmak için mutlak gerekli olanın ötesinde daha fazla para kazanmayı istemesi ya da daha çok çaba harcaması düşünülemez. Daha gerilere gidecek olursak, Eski Yunanistan'da kendi ihtiyaçlarının gerektirdiğinden daha fazla çalışmayı isteme tutumu açıkça genel ahlaka aykırı olarak değerlendiriliyordu.

Dolayısıyla köken açısından tıbbi olmasına karşın nevrotik terimi kültürel anlamı katılmaksızın kullanılamaz. İnsan, kırık bir bacağı hastanın kültürel temelini bilmeksizin teşhis edebilir, ama bize, inandığı bazı olmayan şeyleri gördüğünü söyleyen kızılderili bir oğlan çocuğunu[1] buna dayanarak psikotik olarak adlandırırsa büyük bir riske girmiş olacaktır. Bu kızılderililerin özgün kültürü içinde hayal görme ve olmayan şeyleri görüp duyma (halusinasyon) deneyimi özel bir yetenek, ruhlarla gelen bir mutluluk olarak değerlendirilir ve o insanlar buna sahip olan kişileri belli bir saygınlıkla donatma konusunda amaçlı olarak güdülendirilirler. Ölmüş olan büyükbabasıyla belirlenmiş bir zamanda konuşan bir insan bizim içimizde nevrotik ya da psikotik olacaktır, oysa ölülerle kurulan bu tür bir iletişim bazı kızılderili kabilelerinde tanınan bir iştir. Ölmüş bir akrabasının adı anıldığı zaman ölesiye yaralandığına inanan bir insan, gerçekten de nevrotik olarak değerlendirilir, ama aynı kişi Jicarilla Apache kültüründe kesinlikle normal olacaktır.[2] Aybaşı kanaması geçiren bir kadının yaklaşmasından ölesiye korkan bir erkeği nevrotik olarak değerlendiririz, buna karşın birçok ilkel kabilede aybaşı kanamasıyla ilgili korku ortalama bir tutumdur.

Neyin normal olduğu kavramı kültürden kültüre değişiklik göstermekle kalmaz, zamanın akışı içinde aynı kültürde de farklılık gösterir. Örneğin bugün olgun ve bağımsız bir kadın, cinsel ilişkiler kurduğu için kendisini "saygıdeğer bir erkeğin sevgisine layık olmayan düşmüş bir kadın" olarak değerlendi-

1 **Bkz.** H. Scudder mekeel, "Cliinic and Culture", **Journal of Abnormal and Social Psychology,** Vol. 30 (1935), sf. 292-300.

2 M.E. Opler, "An Interpretation of Ambivalence of two American Indian Tribes, "Journal of Social Psychology, Vol. 7 (1936), sf. 82-116.

rirse, en azından toplumun birçok çevresinde, nevrotik olduğundan kuşkulanılacaktır. Kırk yıl öncesine kadar bu suçluluk tutumu normal olarak değerlendiriliyordu. Normallik kavramı ayrıca toplumun değişik sınıflarında da farklılık gösterir. Örneğin derebeylik sınıfının üyeleri, bir erkeğin yalnızca av ya da savaş sırasında etkin, geri kalan zamanın tamamını tembellikle geçirmesini normal karşılarlar, oysa küçük burjuva sınıfından bir insanın aynı tutumu sergilemesi kesinlikle anormal olarak değerlendirilir. Batı kültüründe olduğu gibi, erkeğin ve kadının farklı mizaçlara sahip olduğu düşünülen bir toplumda cins ayrılıkları var olduğu sürece, normallikteki değişme bu bağlamda da var olacaktır. Bir kadın için kırkına yaklaşırken yaşlanma korkusuna saplanması yine "normal"dir, buna karşın bir erkeğin yaşamın bu döneminde kaygıya kapılması nevrotik olacaktır.

Bir ölçüde her eğitim görmüş insan, normal diye değerlendirilen şeylerde değişmeler olduğunu bilir. Çinlilerin yemeği bizden farklı yediklerini; şamanın, hastaları iyileştirmek için çağdaş doktordan farklı yöntemler kullandığını biliyoruz. Ne var ki, sadece geleneklerde değil, ayrıca duygularda ve itkilerde de farklılıklar olduğu, antropologlar tarafından dolaylı ya da dolaysız olarak vurgulanmış olmasına karşın, genel olarak daha az anlaşılmıştır.[1] Sapir'in de ortaya koyduğu gibi,[2] normali her an yeniden keşfetmek, çağdaş antropolojinin övgüye değer başarılarından birisidir.

Geçerli nedenlerden ötürü her kültür, kendi duygu ve itkilerinin "insan doğasının"[3] tek normal ifadesi oldugu inancına tutunur ve psikoloji de bu konuda bir istisna yaratmış değildir. Örneğin Freud, kendi gözlemlerinden yola çıkarak, kadının erkekten daha kıskanç olduğu sonucunu çıkarmış ve bu olası genel

1 **Bkz.** Margaret Mead, **Sex and Temperament in Three Primitive Societies;** Ruth Benedict'in **Patterns of Culture;** A.Z. Hallowell'in yakında yayınlanacak olan **Handbook of Psychological Leaders for Ethnological Fied Workers** adlı eserlerdeki ustaca sunulan antropolojik malzeme

2 Edward Sapir, "Cultural Anthropology and Psychiatry," **Journal of Abnormal and Social Psychology,** Vol. 27 (1932), sf. 229-242.

3 **Bkz.** Ruth Benedict, **Patterns of Culture.**

olguyu biyolojik temellerde açıklamaya çalışmıştır. [1] Freud ayrıca bütün insanların cinayetle ilgili suçluluk duyguları yaşadıklarını varsayar gibidir.[2] Ne var ki en büyük farklılıkların, öldürmeye yönelik tutumda yattığı tartışmasız bir gerçektir. Peter Freudchen'in[3] de gösterdiği gibi, Eskimolar bir katilin cezalandırılması gerektiğine inanmazlar. Birçok ilkel kabilede, bir yabancının aile üyelerinden birisini öldürmesi sonucu açılan yara, öldürülen kişinin yerine bir şey sunularak kapatılabilir. Bazı kültürlerde oğlu öldürülen bir annenin acıları, katilin kadının oğlunun yerine geçmesiyle dindirilebilir.[4]

1 "Some Psychological Consequences of the Anatomical Distinction Between the Sexes" başlıklı yazısında Freud, anatomik cinsel farklılıkların kaçınılmaz olarak her kızın, penise sahip oluşundan ötürü oğlanları kıskandığı kuramını ortaya atmıştır. Kızın beslediği bir penise sahip olma arzusu daha sonra bir penis taşıyıcısı olan bir erkeğe sahip olma arzusuna dönüştürülür. Derken, başlangıçta penise sahip olduğu için oğlanları kıskanması gibi, şimdi de erkeklerle olan ilişkilerinden ötürü -daha kesin konuşmak gerekirse, erkeklere sahip olmalarından ötürü- diğer kadınları kıskanır. Bu tür görüşleri ortaya atmakla Freud, kendi çağının kıştırtmasına boyun eğmiştir: genelleştirmelerinin sadece bir kültürel kaynak üzerindeki gözlemlerinden kaynaklanmasına karşın, insan doğası konusunda, bütün insanlar için geçerli olduğu düşünülen genelleştirmeler yapmak.
Antropolog, Freud'un gözlemlerinin geçerliliğinden kuşkulanmayacaktır; ancak bunların belli bir zamanda belli bir kültürün belli bir bölümünde geçerli olduğunu kabul edecektir. Ama insanlar arasında kıskançlığa yönelik tutumları bağlamında sonsuz farklılıkların olduğuna, kadınları erkeklerden daha kıskanç olan toplulukların, her iki cinsin de bireysel kıskançlıktan yoksun olduğu grupların ya da her iki cinsin de olağandışı kıskanç olduğu insanların bulunduğuna dikkati çekerek Freud'un genelleştirmelerinin geçerliliğini sorgulayacaktır. Varolan bu farklılıklar açısından, gözlemlerini anatomik cinsel farklılıklar temelinde açıklamaya çalışan Freud'u -ya da gerçekte bunu yapan herkesi- çürütecektir. Bunun yerine antropolog, yaşam koşullarındaki farklılıkları ve bunların erkeklerdeki ya da kadınlardaki kıskançlığın gelişmesi üzerindeki etkisini araştırmanın zorunlu olduğunu vurgulayacaktır. Örneğin bizim kültürümüz için, kültürümüzün nevrotik kadınları için geçerli olup Freud'un gözlemlerinin ayrıca bu kültürdeki normal kadınlar için geçerli olup olmadığını sormak gerekecektir. Bu soruyu sormak zorundayız, çünkü nevrotik insanlarla hergün uğraşmak zorunda olan psikanalistler, kültürümüzde normal insanların da var olduğu gerçeğini sık sık unutmaktadırlar. Ayrıca, karşı cinsle ilgili derinleşen bir kıskançlığa ya da sahip olma hırsına yol açan ruhsal koşulların neler olduğunun ve kültürümüzde yaşayan kadınların ve erkeklerin yaşam koşullarındaki, kıskançlığın gelişmesinde bir farklılık yaratan farklılıkların neler olduğunun da sorulması gerekir.
2 Sigmund Freud, **Totem ve Tabu**
3 Peter Freuchen, **Arctic Adventure and Eksimo**
4 Robert Briffault, **The Mothers.**

Antropolojik bulgulardan daha çok yararlanarak, örneğin rekabetçiliğin, kardeş rekabetinin, sevecenlikle cinsellik arasındaki akrabalığın insan doğasında kalıtsal eğilimler olduğu görüşü gibi, insan doğasına ilişkin bazı kuramlarımızın oldukça ilkel olduğunu kavramamız gerekir. Normallik kuramımıza, üyelerine davranışlar ve duygular konusunda belli standartları kabul ettiren belli bir grubun bu standartları onaylaması yoluyla ulaşır. Ama standartlar kültüre, döneme, sınıfa ve cinsiyete bağlı olarak değişir.

Bu varsayımlar, psikoloji için ilk anda görünenden daha geniş kapsamlı sonuçlara sahiptir. İlk anda ortaya çıkan sonuç, ruhsal evrenselliğe ilişkin bir kuşku duygusudur. Bizim kültürümüze ilişkin bulgularla, öteki kültürlere ilişkin bulgular arasındaki benzerliğe dayanarak, her ikisinin de aynı güdülenmelerden kaynaklandığı sonucuna varmamız gerekir. Yeni bir psikolojik bulgunun insan doğasında kalıtsal olan evrensel bir eğilimi ortaya çıkardığını varsaymak, elbette artık geçerli değildir. bütün bunların sonucu, bazı sosyologların tekrar tekrar ortaya koydukları şeyi benimsemektir: bütün insanlık için geçerli olan normal bir psikoloji diye birşey yoktur.

Ne var ki yeni anlayış olasılıklarının açılması, bu sınırları daha da genişletmiştir. Bu antropolojik varsayımların temel anlamı, içinde yaşadığımız ve kopmaz bir biçimde içiçe geçmiş olan bireysel ve kültürel koşulların, duyguları ve tutumları şaşırtıcı ölçüde yüksek bir derecede şekillendirdiğidir. Sonuç olarak bu, içinde yaşadığımız kültürel koşulları bildiğimiz takdirde, normal duyguların ve tutumların özgün yapısına ilişkin çok daha derin bir kavrayışa ulaşma şansına sahip olacağımız anlamına gelir. Ve nevrozlar, normal davranış biçimlerindeki sapmalar olduğu ölçüde, bunlar için de daha iyi bir kavrayış olasılığı söz konusudur.

Bu yolu tutmak kısmen, sonunda dünyaya nevrozlara ilişkin o güne dek akıl edilemeyen bir kavrayış sunmasına yol açan çizgi boyunca Freud'u izlemek anlamına gelir. Freud, teoride özgünlüklerimiz biyolojik olarak saptanmış itkilere bağlarken, bireyin yaşam koşullarına, özellikle ilk çocukluk yıllarındaki se-

vecenliğin şekillendirici etkisine ilişkin ayrıntılı bir bilgiye sahip olmaksızın bir nevrozu anlayamayacağımız görüşünü -teoride, ya da daha çok pratikte- ısrarla savunmuştur. Aynı ilkeyi belli bir kültürdeki normal ve nevrotik yapılar sorununa uygulamak, belli bir kültürün birey üzerinde yarattığı etkiye ilişkin ayrıntılı bir bilgi olmaksızın bu yapıları anlayamayacağımız anlamına gelir.[1]

Geri kalanı için bu, Freud'un ötesinde belli bir adım atmak zorunda olduğumuz anlamına gelir, ne var ki bu, ancak Freud'un aydınlatıcı buluşları temelinde olası olan bir adımdır. Çünkü bir açıdan -ruhsal özgünlüklerin biyolojik kökeni üzerindeki aşırı vurgulaması açısından- Freud, o çağın bilimsel yönelişine bağlı kalmıştır. Kültürümüzde yaygın olan içgüdüsel itkilerin ya da nesne ilişkilerinin biyolojik olarak belirlenen "insan doğası" olduğunu ya da değişmez durumlardan kaynaklandığını (biyolojik olarak belirlenen "örgensellik öncesi" evreler, Oedipus kompleksi) savunmuştur.

Freud'un kültürel etkenleri gözardı etmesi, yanlış genelleştirmelere yol açmakla kalnmaz, tutumlarımızı ve eylemlerimizi güdülendiren gerçek etkenlerin anlaşılmasına giden yolu da büyük ölçüde tıkar. Psikanalizin, Freud tarafından açılan kuramsal yolları izlemesi konusunda gösterdiği bağlılık ölçüsünde, görünüşteki sınırsız potansiyeline karşın, anlaşılması zor kuramlardaki artışta ve bulanık bir terminoloji kullanımında ken-

---

1 Birçok yazar, ruhsal koşullardaki belirleyici bir etki olarak kültürel etkenlerin önemini kavramıştır. Imago, Vol. 16 (1930), sf. 307-373'deki "Zur Entstehung des Christusdogmas" başlıklı yazısıyla Erich Fromm, Alman Psikanaliz yazınında bu yaklaşım yöntemini sunan ve geliştiren ilk yazardı. Daha sonra bu, Wilhelm Reich ve Otto Fenichel gibi öteki yazarlarca da belimsendi. Birleşik Devletler'de ruh hekimliği için kültürel sonuçları ele almanın zorunluluğunu ilk kavrayan Harry Stack Sullivan'dı. Sorunu bu açıdan ele alan öteki Amerikalı ruh hekimleri arasında Adolf Mayer, William A. White (**Twentieth Century Psychiatry**), William A. Healy ve Augusta Bronner (**New Light on Delinquency**) vardır. Son günlerde Franz Alexander ve A. Kardiner gibi bazı psikanalistler ruhsal sorunların kültürel sonuçlarına ilgi duymaya başladılar. Bu bakış açısına sahip sosyologlar arasında bkz. özellikle H.D. Lasswell (**World Politics and Personal Insecurity**) ve John Dollard (**Criteria for the Life History**).

dini dışavuran bir çıkmaza girmesinin temel nedeninin, işte bu kültürel etkenlerin gözardı edilmesi olduğuna inanıyorum.

Bir nevrozun, normalden sapma içerdiğini anlamış bulunuyoruz. Yeterli olmamasına karşın bu ölçüt çok önemlidir. Kişiler bir nevroza yakalanmaksızın da genel yapıdan sapabilirler. Yukarıda anılan ve para kazanmaya gerekli olandan daha fazla zaman ayırmayı reddeden sanatçı, nevroza sahip olabilir ya da kısaca, rekabetçi savaşımın akışına kapılmaya razı olmayacak kadar akıllı da olabilir. Öte yandan, yüzeysel gözleme göre varolan yaşama biçimine ayak uyduran birçok insan ağır bir nevroza sahip olabilir. İşte bu tür durumlarda psikolojik ya da tıbbi görüş açısı zorunludur.

Bu bakış açısından bir nevrozun neler içerdiğini söylemenin kolay olması oldukça ilginçtir. Şu ya da bu ölçüde, tek başına açık tablo üzerinde çalıştığımız sürece, bütün nevrozlarda ortak olan tipik özellikler bulmak zordur. Belirtileri -fobiler, ruhçöküntüleri, işlevsel fiziksel rahatsızlıklar gibi- elbette bir ölçüt olarak kullanamayız, çünkü bunlar bulunmayabilir de. Şu ya da bu türden ketlemeler, daha sonra tartışacağımız nedenlerden ötürü her zaman bulunur, ancak bunlar yüzey gözleminden kaçacak kadar gizli ya da kılık değiştirmiş olabilirler. Tek başına açık tablodan yola çıkarak, cinsel ilişkilerdeki rahatsızlıkları yargılayacak olursak, aynı zorluklar burada da yükselecektir. Bu rahatsızlıklar her zaman vardır, ama bunları ayırdetmek çok zor olabilir. Yine de kişilik yapısına ilişkin yakın bir bilgi sahibi olmaksızın bütün nevrozlarda ayırtedilebilecek iki tipik özellik vardır: tepkilerdeki belli bir katılık ve varolan yetenek ve becerilerle ulaşılan başarılar arasındaki bir tutarsızlık.

Her iki özelliğin de ayrıntılarla açıklanması gerekir. Tepkilerdeki katılıkla, farklı ortamlarda, farklı tepkiler göstermemize olanak veren esneklikten yoksun olma durumunu anlatmak istiyorum. Örneğin normal kişi, kuşkucu olmasını gerektirecek nedenler sezer ya da görürse kuşkucu olacaktır; buna karşı nevrotik bir insan, ortamı dikkate almaksızın ve ister kendi konumunun farkında olsun, ister olmasın, her zaman kuşkucu olabilir. Normal bir kişi içtenlikle yapılan iltifatlarla içten olmayan bir

yapıdaki iltifatlar arasında bir ayrım yapabilecek durumdadır; oysa nevrotik kişi ikisi arasında bir ayrım yapmaz ya da bunları her durumda hepten gözardı edebilir. Normal birey eğer haksız bir emrivakilik hissederse nispetçi olacaktır; bir nevrotik, bunun kendi yararına olduğunu bilse bile, her imaya nispetle tepki gösterebilir. Normal bir insan önemli ve karar verilmesi zor bir durum karşısında zaman zaman kararsız olabilir; bir nevrotik her zaman kararsız olabilir.

Ne var ki katılık, ancak kültürel yapılardan saptığı zaman bir nevroz göstergesidir. Yeni ya da garip bir şeye yönelik katı bir kuşkuculuk, Batı toplumundaki köylülerin büyük bir bölümü arasında normal bir davranış biçimidir; ve küçük burjuvaların tasarruf üzerindeki katı vurgulamaları da normal katılığa bir örnektir.

Aynı şekilde, bir insanın yetenekleriyle yaşamdaki gerçek başarıları arasındaki tutarsızlığın nedeni de sadece dış etkenler olabilir. Ama yeteneklere ve bunların gelişimi için varolan elverişli dış olanaklara karşın kişi kısır kalırsa; ya da mutluluk duymak için gerekli bütün olanaklara sahip olmasına karşın, sahip olduğu şeylerden zevk alamıyorsa; ya da çekici bir kadın olmasına karşın bir erkeği kendine çekemeyeceğine inanıyorsa, bu bir nevroz göstergesidir. Başka bir deyişle nevrotik birey, kendi yoluna dikildiği (kendini engellediği) duygusuna sahiptir.

Açık tabloyu bir yana bırakıp, nevroz yaratma konusunda etkili olan dinamik güçlere bir göz atarsak, bütün nevrozlarda ortak olan temel bir etken görürüz: kaygılar ve bunlara karşı oluşturulan savunmalar. Bir nevrozun yapısı karmaşık olsa da, nevrotik süreci devreye sokan ve etkinliğini sürdüren motor gücü kaygıdır. Bu görüşün anlamı bunu izleyen bölümlerde açıklık kazanacak; bu nedenle burada örnekler vermekten kaçınacağım. Ama temel bir ilke olarak sadece geçici bir süre için kabul edilse bile bu görüşün ayrıntılarıyla açıklanması gerekir.

Görüleceği üzere, bu çok genel bir görüştür. Kaygılar ya da korkular -bir süre için bu iki terimi eşanlamlı olarak kullanalım evrenseldir, dolayısıyla bunlara karşı oluşturulan savunmalar da evrenseldir. Bu tepkiler insanlarla sınırlı değildir. Eğer bir

hayvan tehlike karşısında korkuya kapılırsa ya karşı saldırıya geçer ya da kaçar. Ve biz de kesinlikle aynı korku durumuna ve savunmaya sahibiz. Eğer yıldırım çarpmasından korkuyor ve evimizin damına bir paratöner kuruyorsak, olası kazaların sonuçlarından korkuyor ve bir sigorta politikası izliyorsak, korku ve savunma etkenleri benzer bir biçimde söz konusudur demektir. Bunlar çeşitli özgün biçimleriyle her kültürde bulunur ve nazar korkusuna karşı bir kavunma olarak gözboncukları takılmasında, ölen insanlara karşı duyulan korkuya karşı ayrıntılı törenlerin yapılmasında, aybaşı kanaması geçiren kadınlardan kaynaklanacak kötülük korkusuna karşı bir savunma olarak bu kadınlardan kaçınmaya ilişkin tabulardaki gibi, korkular ve bunlar karşısında oluşturulan savunmalar kurumlaştırılabilir.

Bu benzerlikler, mantıksal bir hata yapma konusunda bir kışkırtma sunmaktadır. Eğer bu korku ve savunma etkenleri nevrozlarda temel yapıya sahipse, neden korkuya karşı kurumlaştırılan savunmaları "kültürel" nevrozların kanıtı olarak adlandırmayalım? Bu yolla mantık yürütmedeki yanılgı, ortak bir öğeye sahip iki olgunun mutlaka özdeş olması gerekmediği gerçeğinde yatmaktadır. Bir insan bir kayayla aynı malzemeden yapıldı diye bir evi kaya olarak adlandırmayacaktır. Öyleyse korku ve savunmaların, bunları özellikle nevrotik yapan tipik özellikleri nelerdir? Nevrotik korkular hayat ürünü olamaz mı? Hayır, çünkü ölü insana duyulan korkuyu da hayal ürünü olarak değerlendirmeye yatkın olurduk; her iki durumda da kavrayış yokluğuna dayanan bir izlenime boyun eğerdik. Nevrotik bireyin temelde neden korktuğunu bilmiyor olması söz konusu olamaz mı? Hayır, ilkel insan da ölüden niçin korktuğunu bilmez. Aradaki farklılığın, farkında olma derecesiyle ya da ussallıkla hiçbir alıp veremeyeceği yoktur; bu farklılık aşağıdaki iki etkenden oluşur.

İlk olarak, her kültürdeki yaşam koşulları bazı korkular yaratır. Bu koşullar dış tehlikelerden (doğa, düşmanlar), toplumsal ilişki biçimlerinden (baskı yüzünden düşmanlığın kamçılanması, güçlenen bağımlılık, engellemeler), kültürel geleneklerden (geleneksel cin peri korkusu, tabuların çiğnenmesi korkusu)

kaynaklanabilir ve bunların da nasıl ortaya çıkmış olabileceği önemli değildir. Bir insan bu korkulara az ya da çok maruz kalmış olabilir, ancak bir bütün olarak, bunların bir kültürde yaşayan her birey için söz konusu olduğunu ve hiç kimsenin bunlardan kaçamayacağını varsaymak daha doğrudur. Ne var ki nevrotik insan, bir kültürdeki bütün bireyler için ortak olan korkuları paylaşmakla kalmaz, kendi bireysel yaşamındaki koşullar -ki bunlar da genel koşullarla içiçe geçmiştir- yüzünden, kültürel yapıdan gelen korkulardan nitelik ya da nicelik açısından sapan korkulara da sahip olur.

İkincisi, belli bir kültürde varolan korkulardan kişi, genel olarak bazı koruyucu araçlar (tabular, törenler, gelenekler gibi) yoluyla kurtulur. Kural olarak bu savunmalar, korkularla, nevrotik kişinin farklı bir yoldan kurduğu savunmalarına katlanmak zorunda olmasına karşın normal insan, genel anlamda kendi yeteneklerini gerçekleştirme ve yaşamın kendisi için sunduğu şeylerden zevk alma yetisine sahiptir. Bunu olumsuzuyla dile getirirsek, normal insan, yaşadığı kültürde kaçınılmaz olandan daha fazla acı çekmez. Öte yandan nevrotik kişi değişmez bir biçimde, ortalama insandan daha çok acı çeker. O, savunmaları için mutlaka olağandışı bir bedel ödeme zorundadır; bu bedel, canlılıktaki ve dışa açılma yetisindeki bir zayıflamadan ya da daha özel olarak, başarıya ve hazza yönelik yetilerindeki, değindiğim tutarsızlıktan kaynaklanan bir zayıflamadan oluşur. Aslına bakılırsa nevrotik bir insan her zaman için acı çeken bir insandır. Bütün nevrozların yüzey gözleminden çıkarılabilecek tipik özelliklerini tartışırken bu gerçeğe değinmeyişimin nedeni, bunun dışarıdan bakıldığında mutlaka gözlenebilmesi gerekmediğidir. Nevrotik bireyin kendisi bile acı çektiği gerçeğinin farkında olmayabilir.

Korkulardan ve savunmalardan söz ediyorum, ancak şu ana dek birçok okunun, bir nevrozun neler içerdiği gibi bu denli basit bir sorunun bu kadar geniş olarak tartışılmasından ötürü sabırsızlanmasından korkuyorum. Kendimi savunmak için, ruhsal olayların her zaman karmaşık olduğuna, görünüşte yalın sorunların varolmasına karşın, hiçbir zaman basit bir yanıtın bu-

lunmadığına, burada, işin başında karşı karşıya geldiğimiz zor durumun istisna olmadığına, ancak, ele aldığımız sorun ne olursa olsun, bu zorluğun da kitabın başından sonuna bize eşlik edeceğine dikkati çekebilirim. Bir nevrozun tanımlanmasındaki özel zorluk; ne tek başına psikolojik, ne de tek başına sosyolojik araçlarla doyurucu bir yanıt verilemeyeceği, ancak her ikisinin de aslında bizim yaptığımız gibi, ilk önce birisi, sonra öteki olmak üzere dönüşümlü olarak ele alınması gerçeğinde yatmaktadır. Bir nevrozu sadece nevrozun dinamik güçleri ve ruhsal yapısı açısından ele alırsak, normal bir insanı kuramlaştırmamız gerekir: böyle bir varlık yoktur. Ve kendi ülkemizin ya da bizimkine benzeyen bir kültüre sahip ülkelerin sınırını aştığımız an, daha büyük zorluklarla karşılaşırız. Ve eğer bir nevrozu sadece sosyolojik bakış açısından belli bir toplumdaki ortak davranış biçimlerinden sapma olarak değerlendirirsek, bir nevrozun psikolojik özelliklerine ilişkin bildiğimiz her şeyi göz ardı etmiş oluruz ve hiçbir okulun ya da ülkenin ruh hekimi, bir nevroz olarak adlandırmayı alıştığı sonuçları kavrayamaz. Bu iki yaklaşım arasındaki uzlaşma, bir nevrozun hem açık tablosundaki hem de ruhsal süreçlerin dinamik güçlerindeki sapmayı ele alan, ancak bu sapmalardan hiç birisini temel ya da belirleyici olarak değerlendirmeyen bir gözlem yönteminde yatmaktadır. Bu iki yaklaşımın birleştirilmesi gereklidir. Genel anlamda bu, korkularla bunlara karşı oluşturulan savunmaların bir nevrozun dinamik merkezlerinden birisini oluşturduğunu, ama ancak aynı kültür içinde şekillenen korkulardan ve savunmalardan nitelik ya da nicelik olarak saptığı zaman bir nevroz içerdiğini söylerken geçtiğimiz yoldur.

Aynı doğrultuda bir adım daha ileri gitmek zorundayız. Nevrozun bir başka temel özelliği daha vardır: Nevrotik bireyin, varlığının ya da en azından kesin içeriğinin farkında olmadığı ve otomatik olarak belli uzlaşmacı çözümler bulmaya çalıştığı eğilimlerin varlığı. Freud'un nevrozların vazgeçilmez bir bileşeni olarak vurguladığı şey, çeşitli biçimleriyle işte bu son tipik özelliktir. Nevrotik çatışkıları bir kültürde varolan genel çatışkılardan ayıran şey, ne bunların içeriği, ne de temelde bilinçsiz oluş-

larıdır -her iki açıdan da bunlarla sıradan kültürel çatışkılar özdeş olabilir- ikisini birbirinden ayıran şey, nevrotik insandaki çatışkıların daha keskin ve daha ağır olmasıdır. Nevrotik birey uzlaşmalı çözümler -nevrotik olarak sınıflandırılması yersiz değildir- arayıp bulur ve bu çözümler ortalama bireyinkilerden daha az doyurucudur ve kişiliğin tamamında büyük bir bedele mâl olurlar.

Bütün bu varsayımları gözden geçirirsek, bir nevroz için henüz kesin bir tanım verebilecek bir durumda olmadığımızı, ancak tanım niteliğinde bir açıklamaya ulaşabileceğimizi görürüz: nevroz, korkular ve bunlara karşı kurulan savunmalar ve çatışan eğilemler için uzlaşmalı çözümler bulmaya yönelik girişimler tarafından yaratılan ruhsal bir rahatsızlıktır. Pratik nedenlerle bu rahatsızlığı ancak belli bir kültürdeki ortak yapıdan saptığı zaman nevroz olarak adlandırmak yerinde olur.

İkinci Bölüm

"ÇAĞIMIZIN NEVROTİK KİŞİLİĞİ"NDEN SÖZ ETMEMİN NEDENLERİ

İLGİMİZ, bir nevrozun kişilik yapsını etkileme yolları üzerinde odaklaştığı için araştırmamızın boyutları iki doğrultuda sınırlanmaktadır. Her şeyden önce, kişiliği sağlam ve çarpıtılmamış olan insanlarda başgösterebilen ve çatışkılarla dolu dış bir ortama yönelik bir tepki olarak gelişen nevrozlar vardır. Bazı temel ruhsal süreçleri tartıştıktan sonra geri dönüp bu basit durum nevrozlarının (situation neuroses)[1] yapısını kısaca ele alacağız. Bizim buradaki temel ilgimiz bunlar değil, çünkü bunlar nevrotik bir kişiliğe değil, sadece belli bir zor durum karşısındaki geçici bir uyarlanma yoksunluğuna karşılık gelir. Nevrozlardan söz ederken kişilik nevrozlarını yani, -belirtisel (semptomotik) tablo bir durum nevrozundakiyle tam bir aynılık gösterse bile temel rahatsızlığın kişilikteki bozulmalarda[2] yattığı durumları söz konusu edeceğim. Bunlar, kural olarak çocuklukta başlayan ve az ya da çok yoğun olarak kişiliğin büyük ya da küçük parcalarını içine alan sinsi ve sürgen bir sürecin sonucudur. Yüzeyden bakıldığında bir kişilik nevrozu da güncel bir durum çatışkısından kaynaklanabilir, ancak kişinin geçmişine ilişkin dikkatli bir veri toplama çalışması, zor kişilik özelliklerinin, karmaşıklığa yol açan bir durum ortaya çıkmadan uzun zaman önce de var olduğunu, o anki sorunun kendisinin bile büyük ölçüde daha önce varolan kişisel güçlükler nedeniyle başgösterdiğini ve ayrıca kişinin, ortalama sağlıklı bir insan için hiç de çatışkı anlamına gelmeyen bir yaşam ortamına nevrotik bir yoldan

1 Durum nevrozları, J.H. Schultz'un **Exogene Fremdneurosen** dediği şeyle kabaca çakışır.

2. Fransız Alexander, kişilik nevrozu terimini klinik belirtiler taşımayan nevrozlar için kullanmıştır. Bu terimin inandırıcı olduğunu sanmıyorum, çünkü belirtilerin (semptomların) varlığının ya da yokluğunun çoğu kez bir nevrozun yapısıyla ilgisi yoktur.

tepki verdiğini gösterebilir. Ortam sadece, uzun bir süredir varolabilen bir nevrozun varlığını ortaya çıkarır.

İkinci olarak, nevrozun belirtisel (semptomatik) tablosuyla da pek fazla ilgilenmiyoruz. İlgimiz büyük ölçüde kişilik rahatsızlıkları üzerinde toplanmaktadır, çünkü kişilikteki bozulmalar nevrozlarda her zaman görülen bir tablodur, buna karşın klinik anlamda belirtiler değişebilir ya da hiç bulunmayabilir. Ayrıca kültürel bakış açısından kişilik oluşumu, belirtilerden çok daha önemlidir, çünkü insan davranışlarını etkileyen şey semptomlar değil kişiliktir. Nevrozların yapısına ilişkin daha derin bir bilgiyle ve bir belirtinin giderilmesinin mutlaka bir nevrozun iyileştirilmesi anlamına gelmediğinin kavranmasıyla birlikte psikanalistler, genel olarak ilgilerini kişilik bozukluklarına yöneltmişler ve bunlara, belirtilerden daha çok dikkat etmişlerdir. Şekilsel olarak konuşursak, nevrotik belirtilerin yanardağın kendisi değil patlamaları olduğunu, buna karşın hastalıklı çatışkının, yanardağ gibi, bireyde derinlerde gizli olduğunu ve bireyin bundan haberi olmadığını söyleyebiliriz.

Bu kısıtlamalar kabul edilirse, bugünün nevrotik insanının, çağımızın nevrotik kişiliğinden söz etmemize izin verecek kadar temel ortak özelliklere sahip olup olmadıkları sorusunu gündeme getirebiliriz.

Farklı nevroz tiplerine eşlik eden kişilik bozuklukları bağlamında, bunlar arasındaki benzerliklerden çok farklılıklar dikkatimizi çeker. Örneğin isterik kişilik zorlanımlı kişilikten kesinlikle farklıdır. Ne var ki dikkatimizi çeken farklılıklar, mekanizmalardaki farklılıklardır ya da daha genel terimlerle, bu iki rahatsızlığın kendilerini dışavurma yollarındaki ve zorlanımlı tipte çatışkıların entelleştirilmesiyle* karşılaştırılınca isterik kişilikte yansıtmanın oynadığı büyük rol gibi, bu rahatsızlıkların

---

* Bir sorunun, bütünüyle entellektüel terimlerle çözümlenmesi ve aktif ya da pratik varsayımların gözardı edilmesi ya da hesaba katılmaması. Bu, çoğunlukla etkilenmeden kaçınmaya yönelik bir savunma tepkisidir. Bu durumdaki bir insan duygusunu dürüstçe dile getirmek yerine ona bir ad vererek tanımlayacaktır: "Babamdan nefret ediyorum" yerine, "Bende oedipus kompleksi var," gibi (Ç.N.).

çözülme yollarındaki farklılıklardır. Öte yandan düşündüğüm benzerlikler, dışavurumlarla ya da bunların yaratılmasıyla değil, çatışkının kendi içeriğiyle ilgilidir. Daha kesin olmak gerekirse, benzerlikler, köken açısından rahatsızlığı kamçılayan deneyimlerden çok, güncel açıdan kişiyi sürükleyen çatışkılarda yatmaktadır.

Konunun içerdiği güdülendirici güçlere ve bunların dallanıp budaklanan sonuçlarına açıklık kazandırmak için bir ön varsayım gerekmektedir. Freud ve psikanalistlerin büyük çoğunluğu temel vurgulamayı; analiz işinin ya bir dürtünün cinsel kökeninin (örneğin özel erojenik kaynakların) ya da bir tekrarı olduğu düşünülen çocukluk deneyiminin ortaya çıkarılmasıyla yerine getirildiği ilkesi üzerinde topladılar. Bir nevrozu, çocukluk koşullarına götürmeksizin tam olarak anlamanın olanaksız olduğunu kabul etmeme karşın, tek yanlı kullanıldığı takdirde kökenci yaklaşımın konuyu aydınlatmaktan çok bulandırdığına inanıyorum, çünkü bu durumda bu yaklaşım, güncel açıdan var olan bilinçaltı eğilimlerinin ve bunların işlevlerinin ve varolan öteki eğilimlerle, örneğin dürtülerle, korkularla ve koruyucu araçlarla olan iç-etkileşimlerini ihmal etmeye yol açar. Kökenci yaklaşım, ancak işlevsel kavrayışa yardımcı olduğu sürece yararlıdır.

Bu inanç üzerinde ilerleyerek, farklı nevroz türlerine ait, farklı yaşlarda, farklı huylara ve ilgilere sahip, toplumun farklı katmanlarından gelen en farklı kişilik türlerini analiz ederken, dinamik açıdan merkezi çatışkıların içeriklerinin ve iç-ilişkilerinin özünde hepsinde benzer olduklarını gördüm.[1] Psikanalitik uygulamalardaki deneyimlerin, uygulamanın dışındaki insanların ve mevcut yazındaki tiplerin gözlemleri ile doğrulanmıştır. Nevrotik kişilerin tekrarlanan sorunları çoğu kez sahip oldukları düşsel (fantastik) ve anlaşılmaz yapılarından arındırılırsa, bunların, kültürümüzdeki normal insanların canını sı-

1 Benzerlikler üzerindeki vurgulama, özel nevrotik tiplere ilişkin ayrıntılı bilgiler elde etmeye yönelik bilimsel çabaları önemsememe anlamına gelmez. Tersine, ruh hastalıkları biliminin, ruhsal hastalıklara, kökenlerine, özel yapılarına ve özgün dışavurumlarına ilişkin ayrıntılı tablolar çizmede dikkate değer bir ilerleme kaydettiğine olan inancım tamdır.

kan sorunlardan sadece nicelik olarak ayrıldığı dikkatimizden kaçmaz. Büyük çoğunluğumuz, bir nevrozda bulunabilen sorunların sadece bir kaçını anmak gerekirse, rekabet sorunlarıyla, başarısızlık korkularıyla, coşkusal yalıtımla, başkalarına ve kendimize olan güvensizlikle savaşmak zorundayız.

Bir kültürde yaşayan bireylerin büyük çoğunluğunun genelde aynı sorunları göğüslemek zorunda olması gerçeği, bu sorunların söz konusu kültürde varolan özgün yaşam koşulları tarafından yaratıldığı sonucunu düşündürmektedir. Bunların "insanın doğasındaki" ortak sorunlara karşılık gelmediği, diğer kültürlerdeki güdülendirici güçlerin ve çatışkıların bizimkilerden farklı olması gerçeği tarafından doğrulanır gibidir.

Dolayısıyla çağımızın nevrotik kişiliğinden söz ederken sadece, ortak temel özgünlüklere sahip nevrotik insanların varolduğunu değil, ayrıca bu temel benzerliklere özünde çağımızda ve kültürümüzde varolan güçlüklerin yol açtığı anlatmak istiyorum. Daha sonra, sosyoloji bilgim elverdiği ölçüde, kültürümüzdeki hangi güçlüklerin sahip olduğumuz ruhsal çatışkılardan sorumlu olduğunu göstereceğim.

Kültürle nevroz arasındaki ilişki konusundaki varsayımımın geçerliliğinin, antropologlarla ruh hekimlerinin ortak çabalarıyla test edilmesi gerekir. Ruh hekimleri, nevrozları belli kültürlerde ortaya çıkış biçimiyle, sıklık, ağırlık ya da nevroz türleri gibi şekilsel (formel) ölçütlerle incelemekle kalmamalı, bunları, özellikle altlarında yatan temel çatışkılar açısından da ele almalıdır. Antropologlar aynı kültürü; kültür yapısının birey için ne tür ruhsal güçlükler yarattığı açısından ele almak durumundadırlar. Temel çatışkılardaki benzerliğin kendini dışavurma yollarından birisi, bireylerin tutumlarındaki yüzeysel gözleme açık bir benzerliktir. Yüzeysel gözlemle, iyi bir gözlemcinin, psikanaliz tekniğinin araçları olmaksızın kendisi, arkadaşları, aile üyeleri ya da iş arkadaşları gibi iyi tanıdığı insanlarla ilgili olarak keşfedebileceği şeyleri söz konusu ediyorum. Bu tür olası sık görülen gözlemlerin kısa bir enine kesitiyle işe başlayacağım.

Bu yolla gözlenebilecek tutumlar şöylece sıralanabilir; ilk önce, sevecenlik gösterme ve almayla ilgili tutumlar; ikincisi bi-

teyim kendini değerlendirmesiyle ilgili tutumlar; üçüncüsü, kendini ortaya koymaya ilişkin olanlar; dördüncüsü saldırganlık; beşincisi cinsellik.

İlk bağlamda çağımızın nevrotik insanlarında ağır basan eğilimlerden birisi, bu insanların, başkalarının onayına ya da sevencenliğine olan aşırı bağımlılıklarıdır. Hepimiz hoşlanılmak ve takdir edildiğimizi hissetmek isteriz, ama nevrotik insanlardaki onaylanmaya ya da sevecenliğe olan bağımlılık, yaşamlarında karşılarındaki insanların taşıdığı gerçek önemle orantısızdır. Hepimiz, düşkün olduğumuz insanların da bizden hoşlanmasını arzu ederiz, buna karşın nevrotik bireylerde, ister söz konusu kişiye ilgi duysunlar ister duymasınlar, ya da o kişinin yargısı kendileri için bir anlam taşısın ya da taşımasın, benimsenmeye ya da sevecenliğe yönelik kişi ve durum ayrımı gözetmeyen bir açlık vardır. Çoğu kez bu sınırsız özlemin farkında değillerdir, ancak istedikleri ilgi ufukta gözükmediği zaman gösterdikleri duyarlılıkla bu özlemin varlığını ele verirler. Örneğin eğer birisi davetlerini kabul etmezse, bir süre telefon etmezse ya da sadece bir konuda onlara katılmasa bile kızgınlık duyabilirler. Bu duyarlılık bir "boş ver" tutumuyla gizlenebilir.

Dahası, sevecenlik arzularıyla bunu hissetme ya da gösterme konusundaki kendi yetileri arasında belirgin bir çelişki vardır. Nevrotik bireyin kendi arzularının dikkate alınması konusundaki aşırı isteklerine, başkalarına yönelik büyük bir ilgisizlik (umursamazlık) eşlik edebilir. Çelişki her zaman yüzeyde görülmez. Örneğin nevrotik birey herkese yardım etme konusunda aşırı düşünceli ve hevesli olabilir, ancak durum buysa, kendiliğinden ışıyan bir sıcakkanlılıkla değil, zorlanımlı bir yoldan hareket ettiğini görmek olasıdır.

Nevrotik kişiler üzerinde yapılan yüzey gözlemimizde dikkatimizi çeken ikinci özellik, işte bu başkalarına bağımlılıkta dile gelen içsel güvensizliktir. Aşağılık ve yetersizlik duyguları her zaman görülen özelliklerdir. Bunlar bir dizi yoldan - örneğin bir becerisizlik, aptallık ya da çekici olmama inancı olarak- ortaya çıkabilir ve gerçeklikte hiçbir temeli olmaksızın varolabilir. Kendi aptallıklarına ilişkin düşünceler olağanüstü ölçüde zeki

olan insanlarda ya da çekici olmadıklarına ilişkin düşünceler en güzel kadınlarda bulunabilir. Bu aşağılık duyguları yüzeyde şikayetler ya da bazı konulardaki sıkıntılar biçiminde açıkca görülebilir ya da varolduğu düşünülen bozuluklar, bunlar üzerinde düşünmeyi bile gerektirmeyecek bir gerçek olarak kabul edilebilir. Öte yandan bu duygular, kendini olduğundan büyük görmeye duyulan dengeleyici ihtiyaçlarla, kültürümüzde saygınlık kazandıran para, eski tablolara sahip olma, antika mobilyalar, kadınlar, önemli olan insanlarla kurulan ilişkiler, gezi yada üstün bilgi gibi her türden nitelikte gösteriş yapmaya, başkalarını ve kendilerini etkilemeye yönelik zorlanımlı bir eğilimle gizlenebilir. Bu eğilimlerden birisi ya da öteki bütünüyle öne çıkmış olabilir, ama daha genel olarak kişi her iki eğilimin varlığını da kesin olarak hissedecektir.

Kendini ortaya koymaya ilişkin tutumlar grubu belli ketlemeler içerir. Kendini ortaya koymayla; kişinin kendi özünü ve isteklerini ortaya koymasını söz konusu ediyorum ve bunu da, gereksiz yere atını ileri sürme anlamının dışında kullanıyorum. Bu açıdan nevrotik insanlar geniş kapsamlı bir ketlemeler grubu sergilerler. Kendi arzularını dile getirme ya da bir şey isteme konusunda, kendi istedikleri bir şeyi yapma, bir görüşü ya da haklı bir eleştiriyi dile getirme, birisine emir verme, birlikte olmayı arzuladıkları insanları seçme, insanlarla ilişki kurma vs. konularda ketlemelere sahiplerdir. Ayrıca kendi konumlarını koruma olarak tanımlanabilecek şeyler konusunda da ketlemeler vardır: karar verme, görüş sahibi olma, sadece kendi yararlarına ilişkin arzuları dile getirmeye kalkışma konularında çekilen zorluklar. Bu tür arzular gizlenmelidir; benim bir hanım arkadaşım, kişisel açıklamalarında "filmleri" "eğitim" başlığı altında, "likörleri" "sağlık" başlığı altında topluyordu. Bu son grupta özellikle önemli olan şey, ister bir gezi, ister bir yaşam planı olsun, kişinin planlama becerisinden yoksun olmasıdır[1] : Nevrotik kişiler yaşamda ne istediklerine ilişkin net görüşlere sahip olmak yerine, bir meslek ya da evlilik gibi önemli kararlarda bile ken-

1 **Schicksal und Neurose** adlı eserinde Schultz-Hencke, bu önemli noktaya gerekli ilgiyi gösteren birkaç psikanalistten birisidir.

dilerini sürüklenmeye bırakırlar. Nevrotik bireyler, yoksullaşmaktan korktukları için para biriktiren ya da yapıcı bir iş kırıntısını yapmaktan korktukları için sonsuz sevgi ilişkilerine giren insanlarda gördüğümüz gibi sadece bazı nevrotik korkular tarafından sürüklenirler.

Saldırganlıkla ilgili olan dördüncü tutumlar grubuyla; kendini ortaya koymaya ilişkin tutumların tersine, birisine karşı olmayı, saldırmayı, küçümsemeyi, başkalarının haklarına el uzatmayı ya da herhangi bir düşmanca davranış biçimini söz konusu ediyorum. Bu türden rahatsızlıklar kendilerini bütünüyle iki farklı yoldan belli ederler. Bunlardan birisi saldırgan, buyurgan, aşırı kusursuzcu olmaya, patronluk taslamaya, aldatmaya ya da hata bulmaya yönelik bir yatkınlıktır. Bu tutumlara sahip olan insanlar ara sıra saldırgan olduklarının farkında olurlar; çoğu zaman bunun bir parça bile farkında değillerdir ve öznel olarak, sadece dürüst olduklarına ya da sadece bir görüşü dile getirdiklerine veya hatta isteklerinde alçakgönüllü olduklarına inanırlar, oysa gerçekte saldırgan ve emrivakidirler. Ne var ki diğer nevrozlarda bu rahatsızlıklar kendilerini karşıt yoldan belli ederler. Yüzeyde, aldatıldıklarına, baskı altına alındıklarına, azarlandıklarına, zorlandıklarına ya da küçük düşürüldüklerine kolayca inanma tutumu gözlenir: Bu insanlar da çoğu kez bunun sadece kendi tutumları olduğunun farkında değillerdir ve üzülerek bütün dünyanın kendilerine düşman olduğuna, kendilerini zorladıklarına inanırlar.

Cinsel alandaki beşinci türden özgünlükler kabaca, ya cinsel etkinliklere yönelik zorlanımlı bir ihtiyaç ya da bu tür etkinliklere yönelik ketlemeler olarak sınıflandırılabilir. Ketlemeler, cinsel doyuma giden basamakların herhangi birisinde başgösterebilir. Bunlar, karşı cinsten kişilerin yaklaşması durumunda, kur yapmada, cinsel işlevlerde ya da haz alma konusunda devreye girebilir. Önceki gruplarda tanımlanan özgünlüklerin tamamı ayrıca cinsel tutumlarda da başgösterebilir.

Değindiğim tutumların tanımlanması için daha çok şey söylenebilirdi. Ancak bunlardan her birisine daha sonra tekrar döneceğim ve şu anda daha geniş çaplı bir açıklama, kavrayışımıza

pek bir şey katmayacaktı. Bunları daha iyi anlamak için, bunları yaratan dinamik süreçleri ele almak zorunda kalacağız. Altta yatan dinamik süreçleri tanıyınca bütün bu tutumların, görünüşte ilgisiz olabilmelerine karşın, yapısal olarak yakın bir ilişki içinde olduklarını göreceğiz.

Üçüncü Bölüm

KAYGI

GÜNÜMÜZ nevrozlarına ilişkin daha ayrıntılı bir tartışmaya girmeden önce, birinci bölümde açık bıraktığım kapılardan birisine dönmem ve kaygıyla neyi söz konusu ettiğimi açıklamam gerekiyor. Bunu yapmak önem taşıyor, çünkü daha önce de söylediğim gibi kaygı, nevrozun dinamik merkezidir ve bu nedenle bununla her zaman uğraşmak durumunda kalacağız.

Önce bu terimi korkuyla eş anlamlı olarak kullandım, böylece ikisi arasında varolan bir akrabalığa dikkati çektim. Aslında her ikisi de tehlike karşısında gösterilen coşkusal tepkilerdir ve her ikisi de titreme, terleme, şiddetli kalp çarpıntısı gibi fiziksel duyumlarla belirebilir; ve bunlar öylesine güçlü olabilir ki, ani ve yoğun bir korku ölüme yol açabilir. Yine de ikisi arasında bir farklılık vardır.

Bir anne, sadece vücudunda kızartılar var diye ya da hafif bir soğuk algınlığına yakalandı diye çocuğunun öleceğinden korkuyorsa, kaygıdan söz ederiz; ancak çocuğu ciddi bir hastalığa yakalandığı zaman korkuya kapılırsa, bu tepkiyi korku olarak adlandırırız. Eğer birisi yüksek bir yerde bulunduğu ya da çok iyi bildiği bir konuyu tartışmak zorunda kaldığı zaman korkuya kapılırsa, tepkisini kaygı olarak adlandırırız; eğer birisi şiddetli fırtınalı, yağmurlu bir havada dağda yolunu yitirince korkuya kapılırsa, korkudan söz ederiz. Bu noktaya kadar yalın ve açık bir ayrım yapmış olacaktık: korku kişinin göğüslemek zorunda kaldığı tehlikeyle orantılı bir tepkidir, oysa kaygı tehlikeyle orantısız bir tepkidir, hatta hayali tehlikeye yönelik bir tepkidir.[1]

Ne var ki bu ayrımın bir sakıncası vardır: tepkinin orantılı

1 **New Introductory Lectures** adlı eserindeki "Kaygı ve İçgüdüsel Yaşam" başlıklı bölümde Freud, "nesnel" ve "nevrotik" kaygı arasında, ilkini "tehlikeye yönelik anlaşılır bir tepki" şeklinde tanımlayarak benzer bir ayrım yapar.

olup olmadığına ilişkin ölçüt, belli bir kültürde varolan ortalama bilgiye bağlıdır. Ama bu bilgi bir tutumun temelsiz olduğunu söylese bile, nevrotik birey, eylemine ussal bir temel sağlamakta güçlük çekmeyecektir. Aslında insan eğer bir hastaya, kudurmuş bir delinin saldırısına uğrama konusunda duyduğu korkunun nevrotik bir kaygı olduğunu anlatırsa, umutsuz tartışmalara girebilir. Korkusunun gerçekçi olduğunu söyleyecek ve korktuğu türden olaylara değinecektir. İlkel insan da eğer korku tepkilerinden bazıları güncel tehlikeyle orantısız olarak değerlendirilirse, benzer bir inatçılık sergileyecektir. Örneğin bazı hayvanları yeme konusunda bazı tabulara sahip ilkel bir kabilede yaşayan bir insan kazara tabu olan yiyeceği yerse, ölesiye bir korkuya kapılacaktır. Yabancı bir gözlemci olarak siz, bunu orantısız bir tepki olarak, hatta gerçekte bütünüyle yersiz bir tepki olarak değerlendirirsiniz. Ama kabilenin yasak yiyecekle ilgili inançlarını bilirseniz, durumun adam için gerçek bir tehlikeye, avlanma ya da balık tutma alanlarının kuruyabileceği tehlikesine ya da bir hastalığa yakalanma tehlikesine karşılık geldiğini kabul etmek zorunda kalacaktınız.

Yine de ilkel insanlarda bulduğumuz kaygıyla kültürümüzde nevrotik olarak adlandırdığımız kaygı arasında bir farklılık vardır. İlkel insanın kaygısının tersine nevrotik kişinin duyduğu kaygının içeriği, kaygı konusu olan şeylere ilişkin ortak görüşlere uymaz. Her ikisinde de kaygının anlamı anlaşıldığı an, orantısız bir tepki izlenimi ortadan kalkar. Örneğin ölme konusunda kalıcı bir korku besleyen insanlar vardır; bu insanlar öte yandan da çektikleri acı nedeniyle gizli bir ölme arzusu beslerler. Ölümle ilgili arzu yerine getirici düşünme (wishful thinking) edimleriyle birleşen çeşitli ölüm korkuları olası tehlikeye karşı güçlü bir tedirginlik yaratır. Eğer kişi bütün bu etkenleri bilirse, bu insanların ölme konusundaki kaygılarını yerinde bir tepki olarak adlandırmaktan başka bir şey yapamaz. Bir başka basitleştirilmiş örnek, kendilerini bir uçurum kıyısında ya da yüksel bir pencere önünde veya yüksek bir köprü üzerinde buldukları zaman ölesiye korkuya kapılan insanlarda görülür. Yine burada da korku tepkisi dışarıdan orantısız gözükmektedir. Ama böyle

bir ortam bu tür insanları, yaşama arzusuyla şu ya da bu nedenle kendini kaldırıp aşağı atma kışkırtması arasındaki bir çatışmayla karşı karşıya getirebilir ya da bunu alevlendirebilir. Kaygıyla sonuçlanabilecek olan şey de işte bu çatışmadır.

Bütün bu varsayımlar, konunun içerdiği tanımdaki bir değişmeyi gündeme getirir. Korku da, kaygı da tehlikeyle orantılı tepkilerdir, ancak korku durumunda tehlike açık ve nesneldir, buna karşın kaygı durumunda gizli ve özneldir. Yani, kaygının yoğunluğu, ortamın söz konusu kişi için taşıdığı anlamla orantılıdır ve o, kaygılanmasının nedenlerini özünde bilmemektedir.

Kaygıyla korku arasındaki ayrımın pratik anlamı, nevrotik bir bireyin kaygısına inandırıcı nedenler sunarak onu ikna etme girişiminin -ikna yöntemi- boşuna olduğudur. Onun duyduğu kaygı, gerçeklik içinde güncel olarak olduğu gibi gözüken ortamla değil, ortamın ona görünüş biçimiyle ilgilidir. Bu nedenle tedavide çalışma sadece, belli ortamların nevrotik için taşıdığı anlamın bulunması çalışması olabilir.

Kaygıyla anlatmak istediğim şeyi böylece niteledikten sonra, bunun oynadığı role ilişkin bir görüş elde etmemiz gerekiyor. Kültürümüzdeki ortalama insan, kaygının yaşamı için taşıdığı önemin pek farkında değildir. Genellikle sadece, çocukluğunda bazı kaygılar yaşadığını, bir ya da birkaç kaygı rüyası gördüğünü, gündelik akışın dışındaki bir ortamda örneğin etkili bir kişiyle önemli bir konuşma yapmadan önce ya da sınavlardan önce olağandışı ölçülerde tedirgin olduğunu anımsar.

Bu çizgide nevrotik kişilerden topladığımız bilgi tek biçimli olmaktan öte bir şey değildir. Bazı nevrotikler kaygının yakalarını bırakmadığının tam anlamıyla farkındadırlar. Bunun dışavurumları büyük ölçüde farklılık gösterir; kaygı nöbetleri biçiminde yaygın bir kaygı olarak belirebilir; yüksek yerler, sokaklar ya da toplumsal etkinlikler gibi belli ortamlarla ya da etkinliklere bağlı olabilir; delirme, kansere yakalanma, çivi yutma konularındaki bir tedirginlik gibi belli bir içeriğe sahip olabilir. Diğer nevrotikler, ara sıra kaygıya kapıldıklarını anlarlar ve bunu yaratan koşulları biliyor ya da bilmiyor olabilirler, ancak buna pek

önem de vermezler. Son olarak, sadece ruh çöküntülerinin, yetersizlik duygularının, cinsel yaşamdaki rahatsızlıkların, vb. farkında olan, ancak kaygıya sahip olduklarının kesinlikle farkında olmayan nevrotik insanlar vardır. Yine de daha yakın bir araştırma genellikle ilk söylenenlerin doğru olmadığını gösterir. Bu kişileri analiz ederken yüzeyin altında, ilk gruptakilerden fazla olmasa da, en azından onlardaki kadar kaygının yattığı değişmez bir biçimde görülür. Analiz, bu nevrotik insanların önceki kaygılarının farkına varmalarını sağlar ve bu kişiler kaygı rüyaları ya da içinde tedirginlik duydukları ortamlar anımsayabilirler. Yine de bilgilendikleri kaygı genellikle normali aşmaz. Bu farkında olmaksızın kaygıya sahip olabileceğimiz anlamına gelir.

Bu yolla ortaya konduğu zaman burada söz konusu olan sorunun önemi kendini göstermez. Bu, çok daha geniş çaplı bir sorunun bir parçasıdır. Öylesine kısa süreli ve uçucu bir sevecenlik, kızgınlık, kuşku duyguları yaşarız ki, bunlar kolay kolay ayrımsanma (farkına varma) düzeyine ulaşmaz ve öylesine geçicidirler ki, bunları unuturuz. Bu duygular gerçekten de önemsiz ve geçici olabilir; ama arkalarında büyük bir dinamik güç de bulunabilir. Bir duygunun ayrımsanma derecesi, bunun gücüne ya da önemine ilişkin bir gösterge değildir.[1] Kaygı bağlamında bu, hem farkında olmadan kaygıya sahip olabileceğimiz, hem de kaygının, biz bilincinde olmasak da yaşamımız içindeki belirleyici bir etken olabileceği anlamına gelir.

Aslında, kaygıdan kaçmak ya da bunu hissetmekten kaçınmak için elimizden gelen her şeyi yapıyor gibiyiz. Bunun birçok nedeni vardır ve en genel nedeni, yoğun kaygının, yaşayabileceğimiz en azap verici şeylerden birisi olmasıdır. Yoğun bir kaygı nöbeti yaşayan hastalar size, o deneyimi yeniden yaşamaktansa ölmeyi tercih edeceklerini söyleyeceklerdir. Bunun yanısıra, kaygının duygusunun içerdiği bazı öğeler birey için özellikle dayanılmaz olabilir. Bunlardan birisi çaresizliktir. İnsan büyük bir tehlike karşısında etkin ve cesur olabilir. Ama bir

1 Bu, Freud'un bilinçaltı etkenlerinin önemine ilişkin temel buluşunun bir yanına ilişkin sadece bir açıklamadır.

kaygı karşısında çaresizlik duyar; gerçekten de çeresizdir. Kendileri için gücün, üstünlüğün, her ortamın hakimi olma görüşünün ağır basan bir ideal olduğu insanlar için çaresiz olmak özellikle dayanılmaz bir şeydir. Tepkilerinin açık orantısızlığından etkilenerek, sanki bu bir zayıflığı ya da korkaklığı gösteriyormuş gibi buna içerlerler.

Kaygının içerdiği bir başka öğe de, bunun belirgin usdışılığıdır. Usdışı etkenlerin denetimi altında olmaya göz yummak, bazı insanlar için başkaları için olandan daha dayanılmaz bir şeydir. Gizliden gizliye, kendi içlerindeki usdışı ve çelişen güçler batağına saplanma tehlikesiyle karşı karşıya olduklarına inanan ve katı bir zihinsel denetim uygulama doğrultusunda kendilerini zorlayan insanlar için bu çaresizlik duygusuna katlanmak özellikle zordur. Bu nedenle bu insanlar, hiçbir usdışı öğeye bilinç düzeyinde göz yummayacaklardır. Bu son tepki, bireysel güdüler içermenin yanısıra, kültürümüz ussal düşünmeye ve davranmaya büyük bir önem verdiği ve usdışılığı ya da böyle gözükebilen şeyleri aşağı olarak değerlendirdiği ölçüde, kültürel bir etken de içermektedir.

Bununla belli ölçülerde birleşen bir unsur da, kaygının içerdiği son öğedir: usdışılığı nedeniyle kaygı, içimizdeki bir şeylerin devreden çıktığı yolunda dolaylı bir ikazda bulunur, dolayısıyla bu, içimizdeki bir şeyleri düzeltmeye karşı bir meydan okumadır. Bunu bilinç düzeyinde bir meydan okuma olarak almayız; ama ister bunu tanıma yolunu seçelim, ister tanımayalım, bu, dolaylı bir meydan okumadır. Hiçbirimiz böyle bir meydan okumayı sevmeyiz; kendi tutumumuzu değiştirmemiz gerektiğini kavramaya karşı direndiğimiz kadar başka hiçbir şeye direnmediğimiz söylenebilir. Ama bir insan, kendi korku ve savunma mekanizmasının karmaşık ağına ne denli çok çaresizce takıldığına inanırsa ve her konuda haklı ve kusursuz olduğu yanılsamasına dört elle sarılmayı ne denli zorunlu bulursa, kendi içindeki bir şeylerin yanlış olduğu ve değişmesi gerektiği yolundaki her sözü -sadece dolaylı ya da imalı bile olsa- içgüdüsel olarak o denli çok reddedecektir.

Kültürümüzde kaygıdan kaçınmanın dört ana yolu vardır:

kaygıyı ussallaştırmak; inkar etmek; uyuşturmak; kaygı yaratabilecek düşüncelerden, duygulardan, dürtülerden ve ortamlardan kaçınmak.

İlk yöntem -ussallaştırma- sorumluluğu baştan atmanın en güzel açıklamasıdır. Bu, kaygının ussal bir korkuya dönüştürülmesinden oluşur. Böyle bir aktarmanın ruhsal değeri dikkate alınmazsa, bunun pek bir şey değiştirmediğini düşünebilirdik. Aşırı vesveseli anne, kaygılı olduğunu kabul etsin ya da etmesin veya kaygısını haklı bir korku olarak yorumlasın ya da yorumlamasın, gerçekte çocukları için kaygılanmaktadır. Ne var ki insan denemek amacıyla ve defalarca böyle bir anneye kaygısının varolan tehlikeyle orantısız olduğunu ve kişisel etkenler içerdiğini ima ederek tepkisinin ussal bir korku değil, bir kaygı olduğunu anlatabilir. Yanıt olarak bu sözleri çürütecek ve enerjisinin tamamını bütünüyle hatalı olduğunuzu kanıtlamaya aktaracaktır. Mary kreşte şu salgın hastalığa yakalanmadı mı? John ağaca tırmanırken bacağını kırmadı mı? Geçenlerde bir adam şeker vereceği vaadiyle çocukları baştan çıkarmaya çalışmadı mı? Kendi davranışıma yön veren sadece sevecenlik ve görev duygusu değil mi?[1]

Ne zaman usdışı tutumların böylesine inatla savunulmasıyla karşılaşırsak, savunulan tutumun birey için önemli işlevlere sahip oldundan emin olabiliriz. Böylece bir anne, kendi coşkularının çaresiz bir kurbanı olma duygusu yerine ortam konusunda etkince bir şeyler yapabileceğine inanır. Bir zayıflığı algılamak yerine, sahip olduğu yüksek değer ölçüleriyle övünebilir. Tutumlarına usdışı öğelerin sızdığını kabul etmek yerine, kendini bütünüyle ussal ve haklı bulur. Kendi içindeki bir şeyi değiştirmeye yönelik bir meydan okumayı görmek ve kabul etmek yerine, sorumluluğu dış dünyanın üstüne yıkmayı sürdürebilir ve böylece kendi güdülenimlerinden kaçabilir. Elbette bu anlık kazançların bedelini, kaygılarından asla kurtulamayarak ödemek zorundadır. Bunun bedelini özellikle çocuklar ödeyecektir. Ama o bunu anlamaz ve son çözümlemede anlamak da istemez, çünkü derinlerde bir yerde; kendi içinde hiçbir şeyi değiştiremeye-

1 **Bkz.** Sandor Rado, **An Over-Solicituous Mother.**

ceği, buna karşın bir değişmenin bütün nimetlerine konmayı başaracağı yolundaki yanılsamaya dört elle sarılır.

Aynı ilke, içeriği ne olursa olsun -çocuk doğurma korkusu, hastalık, diyette hatta yapma, felaket, yoksullaşma korkusu- kaygının ussal bir korku olduğuna inanmaya yönelik bütün eğilimler için de geçerliliğini korur.

Kaygıdan kaçınmanın ikinci yolu varlığını inkar etmektir. Aslında bu tür durumlarda kaygıyı inkar etmenin, yani bilinç düzeyinden çıkarmanın *dışında* hiçbir şey yapılmaz. Bu durumda beliren tek şey, titreme, terleme, tırmanışa geçen kalp çarpıntısı, tıkanıp kalma duyumları, sık sık işeme dürtüsü, ishal, kusma gibi bu korkunun ya da kaygının fiziksel sonuçları ve ruhsal alandaki bir bitkinlik, bir ezilmiş ya da felç edilmiş olma duygusudur. Bütün bu duyguları ve fiziksel duyumları, korktuğumuz ve korktuğumuzun farkında olduğumuz zaman da yaşayabiliriz; bunlar ayrıca varolan ve baskı altına alınan bir kaygının tek dışavurumu da olabilir. Son olayda bireyin kendi durumu konusunda bildiği tek şey, belli ortamlarda sık sık işemek zorunda olduğu, trenlerde bunaltı duyduğu, ara sıra geceleri terlediği ve bunların da her zaman fiziksel bir neden olmaksızın başgösterdiği gerçeği gibi dışarıdan gözlenebilen bir olaydır.

Ne var ki kaygıyı, bilinç düzeyinde inkar etmek, bunu bilinç düzeyinde yenmeye yönelik bir girişim yapmak da olasıdır. Bu, bir korkuyu kayıtsızca gözardı ederek bu korkudan kurtulmaya çalışıldığı zaman normal seviyede olan şeye benzer. Normal seviyede en çok bilinen bir örnek, bir korkunun üstesinden gelme dürtüsü tarafından itildiği zaman kahramanca işler yapan askerdir.

Nevrotik birey de kaygısını yenmek için bilinçli bir karar verebilir. Örneğin ergenlik çağı başlarına kadar, özellikle haydutlarla ilgili derin bir kaygının altında kıvranan bir kız, kaygıyı göz ardı etmeye, tavanarasında yalnız uyumaya, boş bir evde tek başına dolaşmaya bilinç düzeyinde karar vermişti. Psikanalize sunduğu ilk rüya, bu tutumun bazı farklı biçimlerini ortaya vurmuştu. Bu, gerçekten de ürkütücü olan ama her seferinde büyük bir cesaretle göğüslediği çeşitli ortamlarla ilgiliydi. Bun-

lardan birisinde bir gece bahçede ayak sesleri duymuş, balkona çıkarak "Kim var orada?" diye seslenmişti. Hırsızlara yönelik korkusundan kurtulmayı başarmıştı, ama kaygısını körükleyen etkenlerde hiçbir değişme olmamış, varlığını hâlâ koruyan kaygının öteki sonuçları olduğu gibi kalmıştı. İnsanlardan uzaklaşmayı ve ürkek olmayı sürdürmüş, istenmediğine inanmış ve kendini herhangi bir yapıcı işe verememişti.

Çoğu kez nevrotik bireylerde bu tür bir bilinçli karar bulunmaz. Süreç, sık sık kendiliğinden devreye girer. Ne var ki normalle olan farklılık kararın bilinçli olma derecesinde değil, ulaşılan sonuçta yatar. Nevrotik bir insanın "kendini kaygının üstüne sürerek" ulaşabileceği tek şey, kızın hırsızlara ilişkin korkusunu yenmesi gibi, kaygının özel bir dışavurumundan kurtulmaktır. Böyle bir sonucu küçümsemek istemiyorum. Bunun pratik bir değeri olabilir ve ayrıca öz-saygının güçlendirilmesinde de ruhsal bir değere sahip olabilir. Ama bu tür sonuçlar genellikle gözde büyütüldüğü için, olumsuz yanı vurgulamak gerekmektedir. Kişiliğin temel dinamik güçleri değişmeden kaldığı gibi, nevrotik de varolan rahtsızlıklarının açık bir dışavurumundan kurtulunca, aynı zamanda bunları yenmeye yönelik hayati bir uyarımı da elinden çıkarmış olur.[1]

Acımasızca bir kaygının üstüne gitme süreci, birçok nevrozda büyük bir rol oynar ve ne anlama geldiği her zaman anlaşılmaz. Örneğin birçok nevrotik insanın belli ortamlarda sergilediği saldırganlık, çocu kez gerçek bir düşmanlığın dolaysız bir dışavurumu olarak ele alınır, oysa temelde bu, saldırıya uğramış olma duygusunun baskısı altında, varolan bir ürkekliğin pervasızca üstüne üstüne yürüme de olabilir. Bir miktar düşmanlığın her zaman bulunmasına karşın nevrotik, kaygısı onu ürkekliğini yenmeye ittiği için, gerçekten hissettiği saldırganlığı aşırıya kaçırabilir. Bu gözden kaçırılırsa, pervasızlığı gerçek saldırganlık sanma tehlikesi başgösterir.

Kaygıyı dindirmenin üçüncü yolu uyuşturmaktır. Bu, bilinçli olarak ve açıkça alkol ya da ilaç alınarak yapılabilir. Ne var ki

1 Freud, belirtilerin (semptomların) ortadan kalkmasının iyileşmenin yeterli bir göstergesi olmadığını vurgulayarak bu noktaya her zaman dikkati çekmiştir.

bunu yapmanın birçok yolu vardır ve aradaki ilişki açık değildir. Bunlardan birisi, yalnız kalma korkusu nedeniyle kendini toplumsal etkinliklere kaptırmaktır; bu korkunun gerçek içeriğiyle mi algılandığı yoksa sadece bulanık bir tedirginlik olarak mı belirdiği durumu değiştirmez. Kaygıyı uyuşturmanın bir başka yolu da kendini çalışmaya vermektir, bu çalışmanın zorlanımlı yapısından ve pazar günleri ve tatil dönemleri başgösteren tedirginlikten tanınan bir yöntemdir. Olağandışı bir uyku ihtiyacı da, genellikle kişi bu uykudan pek dinlenmiş çıkmasa da, aynı amaca hizmet edebilir. Son olarak, cinsel etkinlikler kaygının boşaltılabileceği güvenlik subapı olarak iş görebilir. Zorlanımlı masturbasyonun kaygı tarafından kamçılanıyor olabileceği uzun süredir bilinmektedir ama aynı şey her türden cinsel ilişki içinde geçerlidir. Kendileri için cinsel etkinliklerin büyük ölçüde bir kaygıyı dindirme aracı olarak iş gören insanlar eğer kısa bir süre için de olsa, cinsel doyum olanakları yoksa aşırı ölçüde bitkin ve sinirli olacaktır.

Kaygıdan kaçınmanın dördüncü yolu en köklü olanıdır: bu, kaygıyı alevlendirebilecek olan bütün ortamlardan, düşüncelerden ya da duygulardan kaçınmayı içerir. Bu, dalmaktan ya da dağa tırmanmaktan korkan kişinin bunları yapmaktan kaçınmasında olduğu gibi, bilinçli bir süreç olabilir. Daha kesin konuşursak, bir insan kaygının varlığının da, bundan kaçındığının da farkında olabilir. Ne var ki ayrıca kaygıya sahip olduğunun belli belirsiz farkında olabilir ya da hiç olmayabilir de, etkinliklerden kaçındığının belli belirsiz farkıda olabilir, ya da hiç olmayabilir de. Örneğin, kararlar verme, doktora gitme ya da bir mektup yazma gibi kaygıyla birleştirilen şeyleri bilmeden erteleyebilir. Ya da düşündüğü bazı etkinlikleri -bir tartışmada taraf tutma, işçilere emir verme, bir insandan ayrılma gibi -önemsizmiş gibi gösterebilir, yani öznel olarak önemsiz olduğuna inanabilir ya da bazı şeyleri yapmayı sevmiyormuş "gibi gösterebilir" ve bu temelde bunları gözardı edebilir. Dolayısıyla, kendisi için partilere gitmenin ihmal edilme korkuları içerdiği bir kız, toplumsal etkinliklerden hoşlanmadığına kendini inandırarak gitmekten hepten kaçınabilir.

Eğer bir adım daha ileri gidip, bu tür kaçınmaların otomatik

olarak işlediği noktaya gelecek olursak, bir ketleme olgusunu buluruz karşımızda. Ketleme, bazı şeyleri yapmaya, hissetmeye ya da düşünmeye yönelik bir beceri yokluğundan oluşur ve işlevi, kişi bu şeyleri yaptığı, hissettiği ya da düşündüğü takdirde yükselecek olan kaygıdan kaçınmaktır. Ketleme durumunda, ayrımsama düzeyinde kaygıya rastlanmaz ve bilinçli çabayla ketlemenin üstesinden gelme yetisi bulunmaz. Ketlemeler, en dikkati çekici biçimleriyle, isterik işlev yitimlerinde görülür: isterik körlük, dilsizlik ya da bir bacağın felç olması. Cinsel alanda kadınlarda görülen cinsel soğukluk ve erkeklerdeki cinsel güçsüzlük (iktidarsızlık), bu tür ketlemelere karşılık gelir, ancak bu cinsel ketlemelerin yapısı çok daha karmaşık da olabilir. Zihinsel alanda yoğunlaşmadaki, görüşlerin şekillendirilmesindeki ve dile getirilmesindeki, insanlarla ilişki kurmaktaki ketlemeler çok iyi bilinen olaylardır.

Sadece ketlemeleri sıralamak için birkaç sayfa harcamak, böylece bunların çeşitlerine ve başgösterme sıklığına ilişkin tam bir izlenim aktarmak yerinde olurdu. Ancak bu çizgideki gözlemlerini gözden geçirmeyi okura bırakabileceğimi sanıyorum, çünkü son günlerde ketlemeler çok iyi bilinen bir olaydır ve eğer tam gelişmişlerse kolayca tanınabilirler. Yine de ketlemelerin var olduğunun farkına varmak için gerekli önkoşulları kısaca ele almak arzu edilir bir şeydir. Başka türlü bunların ortaya çıkış sıklığını önemsememiş oluruz, çünkü gerçekte ne kadar ketlemeye sahip olduğumuzun genellikle farkında olmayız.

Her şeyden önce, bir şeyi yapma yetisinden yoksun olduğumuz farketmek için, o şeyi yapmak istediğimizin farkında olmamız gerekir. Örneğin sahip olma hırsı çizgisinde ketlemelere sahip olduğumuzu kavrayabilmeden önce, bu hırsın farkında olmak zorundayız. En azından ne istediğimizi her zaman bilip bilmediğimiz sorusu ortaya konabilir. Kesinlikle hayır. Örneğin bir konuşmayı dinleyen ve bu konuda eleştirel düşüncelere sahip olan bir insan ele alalım. Küçük çaplı bir ketleme, eleştiriyi dile getirmeye ilişkin bir ürkeklik, çekingenlik içerecektir; daha güçlü bir ketleme onu düşüncelerini düzene sokmaktan alıkoyacaktır, sonuçta bunlar ancak tartışma bittikten sonra ya da er-

tesi sabah aklına gelecektir. Ama ketleme, eleştirel düşüncelerin belirmesine izin vermeyecek kadar da ileri gidebilir ve bu durumda, onun gerçekten de eleştirel bir duyguya sahip olduğunu kabul edersek, kişi söylenen şeyleri körükörüne kabul etmeye, ya da buna hayran olmaya bile eğilim gösterecektir; ve ketlemeye sahip olduğunun farkında bile olmayacaktır. Başka bir deyişle, eğer ketleme arzuları ya da dürtüleri denetleyecek kadar ileri giderse, bunun varlığına ilişkin hiçbir ayrımsama (farkına varma) olmaz.

Ayrımsamaya engel olacak ikinci bir etken, bir ketleme bireyin yaşamında, bunun değişmez bir gerçek olduğunda ısrar etmeyi yeglemesine yol açacak kadar önemli bir işleve sahip olduğu zaman ortaya çıkar. Örneğin herhangi türden bir rekabetçi çalışmayla birleştirilen ve çalışmaya yönelik her girişimden sonra yoğun bir yorgunlukla sonuçlanan ezici bir kaygı varsa kişi, herhangi bir işi yapmaya yetecek kadar güçlü olmadığında ısrar edebilir; bu inanç onu koruyacaktır, ama bir ketlemenin varlığını kabul etmiş olsaydı tekrar çalışmaya dönecek ve böylece korkulan kaygıyla yüz yüze gelebilecekti.

Üçüncü bir olasılık bizi kültürel etkenlere geri götürür. Eğer kültürel açıdan onaylanan ketlemelerle ya da var olan öğretilerle çakışırsa, kişisel ketlemelerin farkına varmak olanaksız olabilir. Kadınlara yaklaşmaya karşı ciddi ketlemeleri olan bir hasta ketlendiğinin farkında değildi, çünkü kendi yaşam biçimini, kadınların kutsallığına ilişkin benimşenen öğretinin ışığı altında görüyordu. Birtakım isteklerde bulunma konusundaki herhangi bir ketleme, alçakgönüllülüğün bir erdem olduğu doğması temeline kolayca oturtulur; politikadaki ya da dindeki veya herhangi bir özel ilgi alanındaki doğmalar konusunda eleştirel düşünmeye yönelik bir ketleme kolayca gözden kaçabilir ve cezalandırılmayla, eleştirilmeyle ya da yalıtılmayla ilgili bir kaygının varlığından bütünüyle habersiz olabiliriz. Ne var ki durumu değerlendirmek için elbette bireysel etkenleri ince ayrıntılarına dek bilmemiz gerekir. Eleştirel düşünce yokluğu mutlaka ketlemelerin varlığı anlamına gelmez, bu ketlemelerin nedeni zihindeki genel bir tembellik, aptallık ya da egemen doğmayla gerçekten çakışan (uyan) bir inanç olabilir.

Bu üç etkenden herhangi birisi varolan ketlemelerin algılama yetisinden yoksunluğa ve deneyimli psikanalistlerin bile bunları ortaya çıkarmayı güç bulmalarına neden olabilir. Ama bunların tamamını algılayabileceğimizi kabul etsek bile ketlemelerin sıklığına ilişkin değerlendirmemiz yine çok düşük olacaktır. Tam gelişmiş ketlemeler olmasa bile bu birikim yolunda olan bütün tepkileri hesaba katmak zorundayız. Düşündüğüm tutumlar içinde henüz belli şeyleri yapabilecek durumdayız, ama bunlarla birleştirilen kaygı, etkinliklerin üzerinde belli etkilere sahiptir.

Her şeyden önce, kaygı duyduğumuz bir etkinliği yürütmek bir gerilim, yorgunluk ya da bitkinlik duygusu yaratır. Örneğin, sokakta yürüme konusunda duyduğu bir korkudan kurtulmak üzere olan ama bu çizgide yine büyük bir kaygı duyan bir bayan hastam, pazar günleri yürüyüşe çıktığı zaman tam bir bitkinlik duyuyordu. En küçük bir yorgunluk bile duymaksızın ağır ev işleri yapıyor olması, bu bitkinliğin nedeninin fiziksel bir zayıflık olmadığını gösteriyordu. Bitkinliğe yol açan şey, ev dışında yürümeyle birleştirilen kaygıydı; bu kaygı, sokaklarda yürüyebilmesine olanak verecek kadar azalmıştı, ama henüz onu bitkin bırakacak kadar da güçlüydü. Genellikle aşırı çalışmaya bağlanan birçok güçlüğe yol açan şey gerçekte işin kendisi değil, işle ya da iş arkadaşlarıyla olan ilişkilerle birleştirilen kaygıdır.

İkinci olarak, belli bir etkinlikle birleştirilen kaygı bu işlevde bir zayıflamaya yol açacaktır. Örneğin bir emir vermeyle birleştirilen bir kaygı varsa emirler, özür dileyici, etkisiz bir yoldan verilecektir. At sürmeyle ilgili bir kaygı, hayvanı denetleme yetisinden yoksunluğa yol açacaktır. Kaygının farkında olma derecesi değişir. Bir insan kaygının onu işlerini doyurucu bir yoldan yapmaktan alıkoyduğunun farkında olabilir, ya da sadece hiçbir şeyi iyi yapamadığı duygusuna sahip olabilir.

Üçüncüsü, bir etkinlikle birleştirilen kaygı, başka türlü alınacak olan hazzı yok eter. Bu, küçük çaplı kaygılar için geçerli değildir; tersine bunlar ek bir haz da üretebilirler. Biraz tedirginlikle Lunaparkta bir galaksiye binmek daha heyecan verici olacaktır, oysa güçlü bir kaygı eşliğinde yapmak bunu bir işkenceye dönüştürecektir. Cinsel ilişkilerle birleştirilen güçlü bir kaygı

bunları bütünüyle zevksiz, tatsız kılacaktır ve eğer birey kaygının farkında değilse, cinsel ilişkilerin hiçbir anlamı olmadığı duygusu taşıyacaktır.

Bu son nokta kafa bulandırıcı olabilir, çünkü yukarıda bir hoşlanmama duygusunun, kaygıdan kaçınma aracı olarak kullanılabileceğini söyledim ve şimdi de hoşlanmamanın, kaygının bir sonucu olabileceğini söylüyorum. Aslında her ikisi de doğru. Hoşlanmama, kaygıdan kaçınma aracı da, kaygının bir sonucu da olabilir. Bu, ruhsal olayları anlamanın içerdiği zorluğa ilişkin küçük bir örnektir. Ruhsal olaylar karmaşık ve anlaşılması zordur ve sayısız, içiçe geçmiş iç etkileşimleri ele almamız gerektiği konusunda kararlı olmadığımız sürece, pisakolojik bilgide hiçbir ilerleme kaydedemeyiz.

Kendimizi kaygıya karşı savunabileceğimizi tartışmamın amacı, olası bütün savunmalara ilişkin geniş kapsamlı bir tablo sunmak değildir. Aslında az sonra kaygının yükselmesine engel olmanın daha köklü yollarını öğreneceğiz. Şu anki amacım bir insanın, farkında olduğundan daha çok kaygıya sahip olabileceği ya da hiç farkında olmaksızın da kaygılı olabileceği görüşünü ortaya koymak ve ayrıca kaygının aranabileceği daha genel noktalardan bazılarını göstermekti.

Dolayısıyla özetle kaygı, kalp çarpıntısı ve yorgunluk gibi fiziksel rahatsızlık duygularının arkasına gizlenmiş olabilir; ussal ya da yerinde gözüken bir dizi korkuyla gizlenmiş olabilir; biz alkol almaya ya da kendimizi her türden dalgınlığa kaptırmaya iten gizli güç olabilir. Belli şeyleri yapma ya da bunlardan zevk alma yetisinden yoksunluğun nedeni olarak sık sık kaygıyı karşımızda bulacağız ve ketlemelerin arkasındaki kamçılayıcı etken olarak her zaman bunu keşfedeceğiz.

Daha sonra tartışacağımız nedenlerden ötürü kültürümüz, içinde yaşayan bireylerde büyük bir kaygı yaratır. Dolayısıyla pratik açıdan herkes, değindiğim savunmalardan birisini ya da ötekini oluşturmuştur. Bir insan ne kadar nevrotikse, kişiliği de bu tür savunmalar tarafından o denli istila edilmiş ve belirlenmiş demektir ve o da o denli çok sayıda şeyi -canlılığına, zihinsel becerilerine ya da eğitimsel temeline dayanarak ondan bunları

yapmasını beklemekte haklı olsak da -yapma yetisinden yoksun olacak ya da yapmayı düşünmeyecektir. Nevroz ne kadar ağırsa, o kadar çok sayıda açık-gizli ketlemeler olacaktır.[1]

1 **Einfuehrug in die Psychoanalyse**'de H. Schultz-Henke, Luecken'in yani nevrotik bireylerin kişiliklerinde ve yaşamlarında buduğumuz uçurumların büyük önemini vurgulamıştır.

Dördüncü Bölüm

KAYGI VE DÜŞMANLIK

KORKUYLA kaygı arasındaki farkı tartışırken ilk sonucumuz olarak kaygının, temelde öznel bir etken içeren bir korku olduğunu bulduk. Peki bu öznel etkenin yapısı nedir?

Bir bireyin kaygı sırasında yaşadığı deneyimi tanımlayarak işe başlayalım. Birey karşısında bütünüyle çaresiz olduğu güçlü, kaçınılmaz bir tehlike duygusuna sahiptir. Kaygının dışavurumları ne olursa olsun, ister kuruntulu bir kanser korkusu, gökgürültülerine ilişkin bir kaygı, bir yükseklik fobisi ya da karşılaştırılabilir herhangi bir korku olsun, ezici bir tehlike ve buna karşı savunmasız olma etkenleri her zaman bulunur. Bireyin kendini karşısında çaresiz hissettiği tehlikeli gücün bazen dışarıdan geldiğine -yıldırımlar, kanser, kazalar, vb. -inanılır; bazen kişi kendisini tehdit eden tehlikenin kendi içindeki denetlenmesi olanaksız dürtülerden -yüksek bir yerden aşağı atlamak zorunda kalma ya da birisini bıçaklama korkusu- geldiğine inanır; bazen de tehlike, kaygı nöbetleri sırasında olduğu gibi, bütünüyle bulanık ve belirsizdir.

Ancak, bu tür duygular kendi içlerinde sadece kaygıya özgü şeyler değildir; bunlar, gerçek bir ezici tehlike ve buna yönelik gerçek bir çaresizlik içeren herhangi bir ortamda da kesinlikle aynı olabilir. Bir deprem sırasında insanların yaşadığı öznel deneyimle ya da acımasızlıkla karşılaşan iki yaşındaki bir çocuğun yaşadığı deneyimle, gökgürültülerine ilişkin bir kaygıya sahip olan bir bireyin öznel deneyimi arasında hiçbir yönden farklılık olmadığını sanıyorum. Korku durumunda tehlike gerçeklik içinde vardır ve çaresizlik duygusu gerçeklik tarafından koşullandırılır; kaygı durumunda tehlike iç-ruhsal etkenler tarafından yaratılır ya da büyütülür ve çaresizlik, kişinin kendi tutumu tarafından koşullandırılır.

Kaygının içerdiği öznel etkenlere ilişkin soru böylece daha özel bir araştırmaya indirgenmiş olur: olası bir güçlü tehlike duygusu ve bu tehlikeye yönelik bir çaresizlik tutumu yaratan ruhsal koşullar nelerdir? Şöyle ya da böyle bu, psikologların ortaya koymak zorunda oldukları bir sorundur. Vücuttaki kimyasal koşulların da kaygı duygusu ve kaygının fiziksel bileşenlerini yaratabileceği gerçeği, psikoloji için, kimyasal koşulların aşırı coşkunluk ya da uyku yaratabilmesi gerçeği kadar önemsiz bir sorundur.

Bu kaygı sorununun ele alınmasında da Freud, öteki birçok sorunda olduğu gibi, bize üzerinde ilerleyeceğimiz yönü göstermiştir. Bunu, kaygının içerdiği öznel etkenin kendi içgüdüsel itkilerimizde yattığı yolundaki belirleyici buluşuyla yapmıştır; başka bir deyişle hem kaygıyla algılanan tehlike, hem de buna yönelik çaresizlik duygusu, kendi dürtülerimizin patlayıcı gücü tarafından yaratılır. Freud'un görüşlerini bu bölümün sonunda tartışacak ve ayrıca benim sonuçlarımın onunkinden hangi açılardan ayrıldığına değineceğim.

Kural olarak her dürtü, bunun keşfedilmesi ya da eyleme aktarılmasının diğer hayati ilgilerin ya da ihtiyaçların çiğnenmesi anlamına gelmesi ve yeterince zorunlu ve tutkulu olması koşuluyla, kaygı yaratabilecek potansiyel bir güce sahiptir. Viktorya çağı gibi, kesin ve ağır cinsel tabuların bulunduğu dönemlerde cinsel dürtülere boyun eğmek çoğu kez gerçekçi bir tehlikeye atılmak anlamına geliyordu. Örneğin bekar bir kız, gerçek bir vicdan azabı çekme ya da gözden düşme tehlikesini göğüslemek zorundaydı ve masturbasyon dürtülerine boyun eğenler, bunlar iğdiş edilme tehditlerine ya da öldürücü fiziksel yaralara ya da ruhsal hastalıklara ilişkin uyarılara konu oldukları sürece, gerçek bir tehlikeyle yüz yüze gelmek zorundaydılar. Aynı şey bugün teşhircilik itkileri ya da çoşkulara yönelik dürtüler gibi bazı sapık cinsel dürtüler için de geçerlidir. Ne var ki çağımızda "normal" cinsel dürtüler söz konusu olduğu sürece, tutumumuz öylesine hoşgörülü bir durum almıştır ki, bu dürtüleri kendi içimizde kabul etmek ya da bunları gerçeklik içinde eyleme aktarmak daha az bir sıklıkla ciddi bir tehlike içerir; dolayısıyla bu çizgide tedirgin olmak için çok daha az gerçeklik nedeni vardır.

Kendi deneyimlerime göre, cinselliğe yönelik tutumdaki kültürel değişme, bu tür cinsel dürtülerin kaygının akrasındaki dinamik güç olmasının ancak kuraldışı durumlarda görülmesi gerçeğinden büyük ölçüde sorumlu olabilir. Bu görüş abartılı gibi gözükebilir, çünkü yüzeyde kaygının cinsel isteklerle içiçe geçmiş gibi gözüktüğüne kuşku yok. Nevrotik insanların, cinsel ilişkiyle ilinti içinde kaygıya sahip oldukları ya da kaygının bir sonucu olarak bu çizgide ketlemelere sahip oldukları sık sık görülür. Ne var ki, daha yakın bir analiz, kaygının temelinin genellikle bu tür cinsel dürtülerde değil, cinsel birleşme yoluyla karşısındaki insanı yaralama ya da küçük düşürme gibi, cinsel dürtülerle birleştirilen düşmanlık dürtülerinde yattığını gösterir.

Aslına bakılırsa, çeşitli türlerden düşmanlık dürtüleri, nevrotik kaygının üretildiği ana kaynağı oluşturur. Yine bu görüşün de, bazı olaylar için doğru olabilecek bir şeye dayandırılan temelsiz bir genelleştirme gibi gözükmesinden korkuyorum. Ama düşmanlıkla bunun yarattığı kaygı arasında doğrudan bir ilişkinin gözlenebileceği bu olaylar, görüşümün tek dayanak noktası değildir. Anlık bir düşmanlık dürtüsünün, bunun eyleme aktarılması özün (kişinin kendi) amaçlarının yenilmesi anlamına geliyorsa, kaygının dolaysız nedeni olabileceği iyi bilinmektedir. Bir örnek birçoğunun yerine geçebilir. F, derin bir sevgi duyduğu Mary adlı bir kızla birlikte bir dağ gezisine çıkar. Ne var ki kıza karşı yoğun ve vahşice bir öfke duyar, çünkü her nasılsa kısnaçlığı alevlenmiştir. Onunla uçurumlu bir dağ yolunda yürürken, kızı yolun kıyısından aşağı itmeye yönelik biliçli bir dürtü yüzünden, derin soluklanma ve kalp çarpıntısın eşliğindeki ağır bir kaygı nöbetine girer. Bu tür kaygıların yapısı, cinsel kaynaklardan gelen kaygıların yapısıyla aynıdır: boyun eğdiği takdirde öz (kişinin kendisi) için bir felaket anlamına gelecek çok güçlü bir dürtü.

Ne var ki insanların büyük çoğunluğunda, düşmanlıkla nevrotik kaygı arasındaki dolaysız bir nedensel ilişki açık olmaktan uzaktır. Bu durumda, çağımızdaki nevrotiklerde düşmanca dürtülerin kaygı yaratan temel ruhsal güç olduğunu söyleme-

min nedenlerine açıklık kazandırmak için, bastırılan bir düşmanlığın yarattığı ruhsal sonuçları ayrıntılarıyla irdelemek gerekiyor.

Bir düşmanlığı bastırmak, her şey "yolundaymış gibi davranmamız" ve dolayısıyla kavga etmemiz gerektiği ya da en azından kavga etmeyi arzuladığımız zaman kavga etmekten kendimizi alıkoymamız anlamına gelir. Dolayısıyla böyle bir bastırmanın ilk kaçınılmaz sonucu, bir savunmasızlık duygusu yaratması ya da daha kesin olmak gerekirse, zaten varolan bir savunmasızlık duygusunu pekiştirmesidir. Eğer kişinin çıkarları gerçek anlamda saldırıya uğradığı zaman düşmanlık bastırılırsa, başkaları için ondan yararlanma olasılığı doğar.

Bir kimyacı olan C'nin deneyimi, bu türden gündelik bir olaya karşılık gelir. C, çok fazla çalışmanın bir sonucu olarak asabi yorgunluk olarak değerlendirilen bir durum yaşamıştı. Olağanüstü ölçüde yetenekliydi ve çok hırslıydı, ancak hırslı olduğunu bilmiyordu. Bir yana bırakacağımız nedenlerden ötürü hırslı arayışlarını bastırmış ve dolayısıyla kendisine alçakgönüllü bir görünüm vermişti. Uğraş alanı kimya olan büyük bir şirketin laboratuvarında çalışmaya başlayınca, yönetici kadronun kendisinden birkaç yaş büyük ve üst düzeyde bir üyesi olan G, onu kanatlarının altına almış ve her türlü dostluk belirtisini sergilemişti. Bir dizi kişisel etkenlerden -başkalarının sevecenliğine bağımlılık, eleştirel gözleme ilişkin önceki yılgınlık, kendi içindeki hırsı algılamayışı ve dolayısıyla bunu başkalarından da göremeyişi- ötürü C, bu dostluğu benimsemekten mutlu olmuş ve gerçekte G'nin kendi kariyerinden başka hiçbir şeyle ilgilenmediğini gözlemeyi başaramamıştı. Ve bir olayda C, gerçekte kendisine ait olan ve dostça bir konuşma sırasında G'ye aktardığı ve olası bir buluşla olan bir görüşü, G'nin kendi görüşüymüş gibi sattığını belli belirsiz farketmişti. C, bir anlık duraksama süresince güvensizliğe kapılmış, ancak kendi hırsı güncel olarak olağanüstü bir düşmanlık alevlendirildiği için, düşmanlığını anında bastırmakla kalmamış, bununla birlikte haklı eleştiriyi ve güvensizliği de bastırmıştı. Dolayısıyla G'nin en iyi dostu olduğu inancını korumuştu. Sonuç olarak G, belli bir çalışma çizgisini

sürdürmesi konusunda onu caydırmaya çalışınca bu öğüdü görünen değeriyle kabul etmişti. G, C'nin yapmış olabileceği bir buluşu yapınca C sadece, G'nin yeteneklerinin ve zekasının kendisininkinden çok daha üstün olduğunu düşünmekle yetinmişti. Böylesine harika bir arkadaşa sahip olduğu için mutluluk duyuyordu. Dolayısıyla güvensizliğini ve kıskançlığını bastırdığı için C, belirleyici konularda kendisi için G'nin bir dost olmaktan çok bir düşman olduğunu farketmeyi başaramamıştı. Sevildiği yanılsamasına dört elle sarıldığı için, kendi çıkarları için kavga etmeye yönelik hazırlığından vazgeçmişit. Kaldı ki hayati çıkarının saldırıya uğradığını bile anlamamış ve sonuç olarak bunun için kavga edememiş, ancak kendi zayıflığından karşısındaki insanın yararlanmasına göz yummakla yetinmişti.

Bireyin bastırma yoluyla üstesinden geldiği korkular ayrıca düşmanlığın bilinçli bir denetim altında tutulmasıyla da yenilenebilir. Ama kişinin düşmanlığı bastıracağı mı yoksa denetleyeceği mi bir seçim sorunu değildir, çünkü bastırma, refleksi andıran bir süreçtir. Eğer belli bir ortamda bireyin kendi düşmanlığının farkına varması dayanılmaz bir şeyse, reflekse benzeyen bir bastırma süreci devreye girer. Elbette böyle bir olayda bilinçli denetim olanaksızdır. Düşmanlığın farkına varılmasının dayanılmaz olabilmesinin ana nedenleri, bireyin karşısındaki insanı sevmesi ya da ona ihtiyaç duyması ve aynı zamanda da ona karşı düşmanlık beslemesi olabilir, bireyin düşmanlığı kamçılayan kıskanma ya da sahip olma hırsı gibi nedenleri görmeyi istememesi olabilir ya da kendi içindeki başkalarına yönelik bir düşmanlığı algılamasının ürkütücü olması olabilir. Bu tür durumlarda bastırma, anlık bir güvenceye giden en kestirme ve en hızlı yoldur. Bastırma yoluyla ürkütücü düşmanlık ayrımsanma düzeyinden çıkar ya da ayrımsanma düzeyine çıkması engellenir. Bu cümleyi başka sözcüklerle tekrarlamak istiyorum, çünkü olanca basitliğine karşın bu, kolay kolay anlaşılmayan psikanalatik görüşlerden birisidir; eğer düşmanlık bastırılmışsa birey, düşmanlık beslediğine ilişkin en küçük bir görüşe bile sahip değildir.

Ne var ki, güvenceye yönelik en hızlı yolun, uzun yaşam ko-

şusundaki en güvenilir yol olması gerekmez. Bastırma süreci yoluyla düşmanlık -ya da bunun dinamik yapısını belirlemek için burada öfke terimini kullanmamız daha yerinde olur- bilinçli ayrımsama (farkına varma) düzeyinden uzaklaştırılır, ama bu yolla ortadan kaldırılmış olmaz. Kişilik çeperinden kopan, dolayısıyla denetimden çıkan düşmanlık, yüksek ölçüde patlayıcı ve yıkıcı bir coşkusal etken olarak bireyin içinde dolanıp durur ve bu nedenle boşaltılma eğilimi gösterir. Bastırılan öznel coşkusal etkenin patlayıcılığı daha da büyür, çünkü yalıtılmış olması nedeniyle daha büyük ve çoğu kez fantastik boyutlara ulaşır.

Kişi düşmanlığının farkında olduğu sürece, bunun gelişmesi üç yoldan kısıtlanır. Birincisi, belli bir ortamda varolan koşulların ele alınması ona, bir düşmana ya da düşman olduğu varsayılan bir insana karşı neleri yapabileceğini ve neleri yapamayacağını gösterir. İkincisi, eğer kızgınlık bireyin başka durumlarda beğendiği ya da hoşlandığı veya ihtiyaç duyduğu bir insanla ilgiliyse bu kızgınlık; hemen ya da daha sonra duyguların bütünlüğüyle birleşecektir. Son olarak, bir insan neleri yapmanın ya da yapmamanın yerinde olacağına ilişkin belli bir duygu geliştirdiği ölçüde, buna kişilik de denebilir, bu düşmanca dürtüleri kısıtlayacaktır.

Eğer kızgınlık bastırılırsa bu kısıtlayıcı olanaklara giden yol kesilir ve sonuçta düşmanca dürtüler, sadece fantezi dünyasında olmasına karşın, içeriden ve dışarıdan bu sınırları aşar. Eğer yukarıda andığım kimyası dürtülerini izlemiş olsaydı, başkalarına G'nin onun dostluğunu nasıl kötüye kullandığını anlatmak ya da bir üstüne kendisine ait bir görüşü G'nin çaldığını dolaylı yollardan iletmek ya da G'nin bu görüşü izlemesine engel olmak isteyecekti. Kızgınlığını bastırdığı için, belki de rüyalarında ortaya çıktığı gibi, bu kızgınlık bağından çözülmüş ve artmıştır; rüyalarında sembolik bir yoldan cinayet işlemiş olması ya da başkaları utanç verici bir şekilde alt-üst olurken kendisinin hayran duyulan bir bilgeliğe ulaşmış olması olasıdır.

Bağından kopması nedeniyle bastırılan düşmanlık, zamanın akışı içinde dış kaynaklardan beslenerek yoğunlaşacaktır. Örne-

ğin eğer şefi onunla tartışmaksızın düzenlemeler yaptığı için kıdemli bir işçi ona karşı bir kızgınlık duymaya başlamışsa ve bu işleme hiç karşı çıkmaksızın kızgınlığını bastırıyorsa, üstü elbette onun insiyatifi dışında hareket etmeyi sürdürecektir. Böylece sürekli olarak yeni kızgınlıklar yaratılacaktır.[1]

Düşmanlığı bastırmanın bir başka sonucu da, bir insanın, kendi içinde denetim dışı ve büyük bir patlayıcı yapıya sahip olan öznel coşkusal bir etkenin varlığını kaydetmesi gerçeğinden kaynaklanır. Bunun sonuçlarını tartışmadan önce, düşündürdüğü bir soruyu ele almak zorundayız. Tanım gereği, coşkusal bir öğeyi ya da bir dürtüyü bastırmanın sonucu, bireyin artık bunun farkında olmaması, dolayısıyla bir başkasına karşı düşmanca duygular beslediğini bilinç düzeyinde bilmemesidir. Öyleyse kendi içindeki bastırılan coşkusal öğenin varlığını "kaydettiğini" nasıl söyleleyebiliriz? Bunun yanıtı, bilinçle bilinçaltı arasında kesin bir seçenek olmaması, ancak H.S. Sullivan'ın da bir derste dikkati çektiği gibi, çeşitli bilinç katmanlarının (seviyelerinin) varolması gerçeğinde yatar. Hem bastırılan dürtü hâlâ etkindir -bu, Freud'un temel buluşlarından birisidir- hem de birey, bilincinin daha derin bir katmanında, bu dürtünün varlığından haberdardır. Olası en basit terimlere indirgenirse bu, temelde kendi kendimizi aptal yerine koyamayacağımız, tıpkı başkalarını genellikle farkında olduğumuzdan daha iyi gözlememiz için- örneğin bir insan üzerinde edindiğimiz ilk izlenimin doğruluğunda görüldüğü gibi- kendimizi gerçekten farkında olduğumuzdan daha iyi gözlediğimiz anlamına gelir, ama kendi gözlemlerimizin farkında olmamak için hayati nedenlere sahip olabiliriz. Tekrarlanan açıklamalardan kaçınmak ugruna, kendi içimizde olup biten şeyleri, bunların farkında olmaksızın bildiğimizi anlatmak istediğim zaman "kaydetmek" terimini kullanacağım.

Düşmanlığın ve bunun kişinin diğer çıkarları için taşıdığı tehlikenin her zaman yeterince büyük olması koşuluyla, düş-

1 **Einfuehrung in die Charakterkunde** adlı eserde F. Kuenkel, nevrotik bir tutumun çevrede bir tepki yarattığı, bunun da başlangıçtaki tutumu pekiştirdiği ve sonuçta bireyin giderek nevroza daha çok tutsak olduğu ve bundan kaçmasının da o kadar zorlaştığı gerçeğine dikkati çekmiştir. Kuenkel bu olguyu **Teufelskreis** olarak adlandırır.

manlığın bastırılmasının yukarıda değinilen sonuçları kendi içlerinde kaygı yaratmaya yeterli olabilir. Bulanık kaygı durumları bu yolla oluşabilir. Ne var ki, çoğu kez süreç bu noktada son bulmaz, çünkü kişinin çıkarını ve güvenliğini içerden tehdit eden tehlikeli coşkusal öğeden kurtulmaya yönelik vazgeçilmez bir ihtiyaç söz konusudur. Burada ikinci bir refleksimsi süreç devreye girer; birey kendi düşmanca dürtülerini dış dünyaya "yansıtır." İlk "aldatmaca", yani bastırma, bir ikincisini gerektirir; yıkıcı dürtülerin kendi içinden değil, dış dünyadaki başka bir insandan ya da başka bir şeyden geldiği "aldatmacasına sığınır." Mantıksal olarak, kendi düşmanlık dürtülerini yansıtacağı kişi, bu dürtülerin yöneltilmiş olduğu kişi olacaktır. Bunun sonucunda o kişi bireyin kafasında ürkütücü boyutlara ulaşır, bunun nedeni kısmen yansıtmayı yaptığı kişiyi de kendi bastırılan dürtülerinin sahip olduğu aynı acımasızlık niteliğiyle donatması, kısmen de herhangi bir tehlike durumunda gücünün sadece gerçek koşullara değil, ayrıca bunlara karşı geliştirilen tutuma da bağlı olmasıdır. Birey ne kadar çaresizse tehlike de o kadar büyük gözükür.[1]

Yansıtma ayrıca bir yan işlev olarak, kendini haklı çıkarma ihtiyacına da hizmet eder. Aldatmak, çalmak, sömürmek, küçük düşürmek isteyen bireyin kendisi değildir, başkaları ona bu tür şeyler yapmak istemektedirler. Kocasını yok etmeye yönelik kendi dürtülerine aldırış etmeyen ve öznel olarak kendisinin en çok seven taraf olduğuna inanan bir kadın, bu mekanizma nedeniyle kocasını, onu yaralamak isteyen düşüncesiz bir canavar olarak değerlendirebilir.

Yansıtma süreci aynı amaç doğrultusunda çalışan bir başka süreç tarafından desteklenebilir de, desteklenmeyebilir de: bir misilleme korkusu, bastırılan dürtüyü kendi denetimi altına alabilir. Bu durumda başkalarını dolandırmak, yaralamak, aldatmak isteyen bir insan ayrıca onların da aynı şeyleri kendisine

1 International Institute for Social Reseprech'ten Max Horkheimer tarafından düzenlenen **Autoritaet und Familie**'de Eric Fromm, tehlikeye karşı gösterdiğimiz kaygı tepkisinin, mekanik olarak tehlikenin gerçekçi büyüklüğüne bağlı olmadığını açıkça belirtmiştir. "Bir çaresizlik ve pasiflik tutumu geliştiren bir birey, oldukça küçük bir tehlikeye kaygıyla tepki gösterecektir."

yapacaklarından korkar. Misilleme korkusu ne ölçüde insan doğasına kök salmış genel bir özelliktir, ne ölçüde kişisel bir öç alma itkisi gerektirir, bunu yanıtsız bir soru olarak bırakıyorum. Bu korkunun nevrotik insanların kafasında büyük bir rol oynadığına kuşku yok.

Bastırılan düşmanlığın yarattığı bu süreçler, kaygı içerikli coşkusal bir durumla sonuçlanır. Aslına bakılırsa, bastırma kaygıya özgü olan durumun kesinlikle aynısını yansıtır: dışardan gelen ezici bir tehlike tehditi olarak hissedilen şeye yönelik bir savunmasızlık duygusu.

Kaygının geliştiği evrelerin kural olarak basit olmasına karşın, pratik açıdan kaygı koşullarını anlamak genellikle zordur. Karmaşıklığa yolaçan etkenlerden birisi, bastırılan düşmanca dürtülerin sık sık, gerçekte yöneldikleri kişiye değil, bir başka şeye yansıtılmasıdır. Örneğin Freud'un durum tarihçelerinden birisinde küçük Hans anne ve babasıyla ilgili bir kaygı değil, beyaz atlarla ilgili bir kaygı geliştirmiştir.[1] Başka durumlarda çok duyarlı olan bir bayan hastam, kocasına yönelik bir düşmanlığın bastırılmasından sonra birden bire, fayanslı yüzme havuzundaki sürüngenlerle ilgili bir kaygı geliştirmişti. Öyle gözüküyor ki kaygı, mikroplardan gökgürültüsüne dek her şeye bağlanabilmektedir. Kaygıyı ilgili kişiden koparmaya yönelik bu eğilimin nedenleri oldukça açıktır. Eğer kaygı gerçekte bir anne ya da babayla, kocayla, arkadaşla ya da benzer bir yakın ilişki söz konusu olan bir insanla ilgiliyse, düşmanlığın kabullenilmesi, varolan bir otorite, sevgi ya da benimsenme bağıyla uzlaşmaz olarak algılanır. Bu tür durumlarda parola düşmanlığı hepten inkar etmektir. Birey kendi düşmanlığını bastırarak, kendi tarafından bir düşmanlığın bulunduğunu inkâr eder ve bastırılan kendi düşmanlığını gökgürültülerine yansıtarak karşısındaki insanın tarafındaki herhangi bir düşmanlığı inkâr eder. Birçok mutlu evlilik yanılsaması bu türden bir devekuşu politikasına dayanır.

Düşmanlığın bastırılmasının amansız bir mantık eşliğinde kaygının yaratılmasına yol açması, bu sürecin her devreye giri-

1 Sigmund Freud, **Collected Papers**, Vol. 3.

şinde kaygının açık olması gerektiği anlamına gelmez. Tartıştığımız ya da daha sonra tartışacağımız koruyucu araçlardan birisi yoluyla kaygı anında giderilebilir. Böyle bir durumda bir insan, örneğin artan bir uyku ihtiyacı ya da alkol alma gibi araçlarla kendini koruyabilir.

Düşmanlığın bastırılması sürecinden kaynaklanabilecek kaygı türlerinde sonsuz değişmeler vardır. Sonuçtaki tablolara ilişkin daha net bir kavrayış uğruna, çeşitli olasılıkları şematik olarak sunacağım.

A: Tehlikenin, kişinin kendi dürtülerinden kaynaklandığına inanılır.

B: Tehlikenin dışarıdan geldiğine inanılır.

Düşmanlığın bastırılmasının sonuçları açısından A grubu, bastırmanın dolaysız bir sonucu gibi gözükür, buna karşın B grubu bir yansıtmayı gerektirir. Her iki grup da ikişer alt-gruba ayrılabilir.

I: Tehlikenin kişinin kendi özüne yönelik olduğuna inanılır.

II: Tehlikenin başkalarına yönelik olduğuna inanılır.

Bu durumda dört ana kaygı grubumuz olur

A.I: Tehlikenin kişinin kendi dürtülerinden geldiğine ve kendi özüne yönelik olduğuna inanılır. Bu grupta düşmanlık ikinci bir işlemden geçerek kişinin kendisine yönelmiştir, bu, daha sonra tartışacağımız bir süreçtir.

Örnek : Yüksek yerlerden aşağı atlamak zorunda kalma fobisi.

A.II: Tehlikenin kişinin kendi dürtülerinden geldiğine ve başkalarına yöneldiğine inanılır.

Örnek: Başkalarını bıçaklamak zorunda kalma fobisi.

B.I: Tehlikenin dışarıdan geldiğine ve kişinin kendi özüne yöneldiğine inanılır.

Örnek: Gökgürültülerinden korkma.

B.II: Tehlikenin dışarıdan geldiğine ve başkalarına yöneldiğine inanılır. Bu grupta düşmanlık dış dünyaya yansıtılır ve özgün düşmanlık nesnesi aynı kalır.

Örnek: Aşırı vesveseli annenin çocuklarını tehdit eden tehlikelere ilişkin kaygısı.

Böyle bir sınıflandırmanın değerinin sınırlı olduğunu söylemeye gerek yok. Bu, hızlı bir yönelim açısından yararlı olabilir ama olası bütün karmaşıklıkları kapsamaz. Örneğin A tipi bir kaygı geliştiren kişilerin düşmanlıklarını hiçbir zaman yansıtmadıkları sonucu çıkarılmamalıdır; bu durumda sadece, bu özgün kaygı biçiminde yansıtmanın bulunmadığı sonucuna varılabilir.

Düşmanlıkla kaygı arasındaki tek ilişki, düşmanlığın kaygı yaratma kapasitesi değildir. Süreç ayrıca bir başka yoldan daha ilerler: yaratılan kaygı karşılık olarak, bir tehdit edilmiş olma duygusuna dayandığı zaman, savunma olarak kolayca tepkisel bir düşmanlık yaratır. Bu bağlamda bu, aynı ölçüde saldırganlığa yol açabilecek olan korkudan farklı değildir. Bastırıldığı zaman tepkisel düşmanlık da kaygı yaratabilir, böylece kısır bir döngü yaratılmış olur. Her an birisi ötekini yaratıp pekiştiren düşmanlıkla kaygı arasındaki bu karşılıklı etkileşim, nevrozlarda neden bu denli büyük ölçülerde amansız bir düşmanlık bulduğumuzu anlamamıza olanak sağlar.[1] Ayrıca bu karşılıklı etkileşim, ağır nevrozların, dış dünyada belirgin zor koşullar olmaksızın da çoğu kez kendi kendine giderek daha da kötüleşmesinin temel nedenidir. Öncelikli etkenin kaygı mı yoksa düşmanlık mı olduğu hiç önemli değildir: bir nevrozun dinamik güçleri açısından çok önemli olan bir nokta, kaygı ve düşmanlığın kopmaz bir biçimde içiçe geçmiş olmasıdır.

Ortaya koyduğunu kaygı kuramı, temelde psikanalitik olan yöntemlerle geliştirildi. Bu, bilinçaltı güçlerinin dinamiğiyle, bastırma, yansıtma, vb. süreçlerle işlemektedir. Ancak daha ayrıntılara inecek olursak, bu, bazı açılardan Freud tarafından üstlenilen konumdan ayrılmaktadır.

Freud, kaygıya ilişkin birbiri ardısıra iki görüş ortaya attı. Bunlardan ilki özetle, kaygının, dürtülerin bastırılmasından kaynaklandığı yolundaydı. Bu görüş sadece cinsellik dürtüsünü içine alıyordu ve arı bir fizyolojik yorumdu, çünkü bu, cinsel

1 Düşmanlıktaki bir yoğunlaşmaya kaygının neden olduğunu kavradıktan sonra, yıkıcı itkiler için, Freud'un ölüm içgüdüsü kuramında yaptığı gibi özel bir biyolojik kaynak aramak gereksiz gözükmektedir.

enerjinin boşaltılmasına engel olunduğu zaman bedende fiziksel gerilim yarattığı ve bunun da kaygıya dönüştürüldüğü inancına dayanıyordu. İkinci görüşüne göre kaygı -ya da onun nevrotik kaygı dediği şey- ortaya çıkarılması ya da eyleme aktarılması dışsal bir tehlike yaratacak dürtülere yönelik korkudan kaynaklanmaktadır.[1] Psikolojik olan bu ikinci görüş sadece cinsel dürtüyü değil, ayrıca saldırganlık dürtüsünü de içine almaktadır. Kaygıya ilişkin bu yorumunda Freud'un ilgilendiği şey dürtülerin bastırılması ya da bastırılmaması değil, sadece eyleme dökülmesi dışsal bir tehlike yaratacak olan dürtülere yönelik korkuydu.

Benim kuramım, konunun tamamının anlaşılması için Freud'un iki görüşünün birleştirilmesi gerektiği yolundaki bir inanca dayanmaktadır. Bu nedenle ilk kuramı yalın fizyolojik temelinden koparıp ikinci kuramla birleştirdim. Genelde kaygı kendi dürtülerimize yönelik bir kaygıdan çok, bastırılan dürtülerimize yönelik bir korkudan kaynaklanmaktadır. Bana öyle geliyor ki Freud'un ilk kuramından -bilgece yapılan psikolojik bir gözleme dayanmasına karşın- yeterince yararlanamamasının nedeni, insan bir dürtüyü bastırdığı zaman ruhsal açıdan ne gibi bir sonucun başgösterebileceğine ilişkin psikolojik soruyu ortaya koymak yerine, buna fizyolojik bir yorum yapmış olmasında yatmaktadır.

Freud'la aramdaki ikinci bir uyuşmazlık konusu daha az kuramsaldır, ancak daha büyük bir pratik öneme sahiptir. Dışavurulması dışsal bir tehlike yaratacak her dürtünün kaygı yaratabileceği konusunda ona tam anlamıyla hak veriyorum. Cinsel dürtüler de elbette bu türden olabilir, ancak bunlar üzerinde yatan katı bir bireysel ve toplumsal tabu bunları tehlikeli kıldığı sürece.[2] Bu bakış açısından cinsel dürtüler tarafından yaratılan kaygının sıklığı büyük ölçüde, cinselliğe yönelik mevcut kültürel

1 Sigmund Freud, **New Introductory Lectures**, "Kaygı ve İçgüdüsel Yaşam" başlıklı bölüm, sf. 120.

2 Belki de, herhangi türden bir fiziksel hastalığın ağır bir biçimde cezalandırıldığı bir toplumda, bir hasatalanma dürtüsü kaygı yaratacaktır. Bu tür bir toplum, Samuel Butler tarafından **Erowhon**'da betimlenmiştir.

tutuma bağlıdır. Cinselliğin bu şekliyle özgün bir kaygı kaynağı olduğuna inanmıyorum. Ancak düşmanlıkta, ya da daha kesin olmak gerekirse bastırılan düşmanlık dürtülerinde bu tür bir özgün kaygı kaynağı olduğuna inanıyorum. Bu bölümde sunduğum kuramı basit, pratik terimlerle aktarmak gerekirse: kaygıyla ya da belirtileriyle her karşılaştığımda aklıma gelen sorular şunlardı: hangi duyarlı nokta yaralandı ve sonuçta düşmanlığı alevlendirdi, ayrıca bunu bastırma zorunluluğunun nedeni nedir? Kendi deneyimlerim, bu doğrultudaki bir araştırmanın çoğu kez kaygıya ilişkin doyurucu bir kavrayışa yol açtığı yolundadır.

Freud'la kendimi farklı bir konumda bulduğum üçüncü bir nokta, Freud'un, kaygının sadece çocuklukta yaratıldığı ve doğumda varolduğu düşünülen bir kaygıyla başlayıp, iğdiş edilme korkusuyla devam ettiği ve sonraki yaşamda başgösteren kaygının, çocuksu kalan tepkilere dayandığı yolundaki savıdır. "Kuşkusuz, nevrotik dediğimiz insanlar tehlikeye yönelik tutumlarında çocuksu kalan ve eski kaygı koşullarından kurtulamamış olan kişilerdir."[1]

Gelin bu yorumun içerdiği öğeleri ayrı ayrı ele alalım. Freud, çocukluk boyunca kaygıyla tepki göstermeye özellikle yatkın olduğumuz öne sürmüştür. Bu yadsınmaz bir gerçektir; ve bunun, çocuğun zararlı etkiler karşısındaki göreceli çaresizliğine dayanan geçerli ve anlaşılır nedenleri vardır. Aslına bakılırsa kişilik nevrozlarında değişmez bir biçimde, kaygı oluşumunun ilk çocukluk yıllarında başladığı ya da en azından temel kaygı dediğim şeyin temelinin o dönemde atıldığı görülür. Ne var ki, bunun yanısıra Freud, yetişkin nevrozlarındaki kaygının da yine başlangıçta bunu yaratan koşullara bağlı olduğuna inanır. Bu, örneğin yetişkin bir erkeğin farklı biçimlerde de olsa igdiş edilme korkusu altında, bir oğlanken ne kadar ezilmişse, şimdi de o kadar ezileceği anlamına gelir. Kuşkusuz, çocuksu bir kaygı tepkisinin, yeterli uyarıcı etkenlerle sonraki yaşamda da özgün

1 Freud, **New Introductory Lectures**, "Kaygı ve İçgüdüsel Yaşam" başlıklı bölüm, sf. 123.

biçimiyle ortaya çıktığı olaylar vardır.[1] Ama kural olarak bir yaşam evresinde bulduğumuz şey bir tekrar değil, bir gelişmedir. Psikanalizin, bize bir nevrozun nasıl geliştiğini tam anlamıyla anlama olanağı tanıdığı olaylarda, ilk kaygıdan yetişkin özgünlüklerine giden kesintisiz bir tepkiler zinciri bulabiliriz. Dolayısıyla sonraki kaygı öteki unsurların arasında çocuklukta varolan özgün çatışkıların koşullandırdığı öğeler de içerecektir. Ama bir bütün olarak kaygı çocuksu bir tepki değildir. Bunu böyle değerlendirmek iki farklı şeyi birbirine karıştıracak, çocuksu bir tutumu sadece çocuklukta yaratılan bir tutum sanmamıza yol açacaktır. Kaygıyı çocuksu bir tepki olarak adlandırmayı en azından haklı çıkarmak için, insanın bunu bir çocuktaki zamansız olgunlaşmış bir yetişkin tutumu olarak adlandırılabilirdi.

1 **Neurose, Lebensnot, Aerztliche Pflicht**'de J.H. Schultz, bu türden bir olay anlatır. Bir işçi sık sık iş değiştirmektedir, çünkü bazı işverenler onda aşırı bir öfke ve koygı uyandırmaktadır. Psikanaliz, sadece belli bir tür sakalı olan işverenlerin onu öfkelendirdiğini ortaya çıkarmıştır. Hastanın tepkisinin, üç yaşındayken babası tehditkar bir tavırla annesine saldırdığı zaman babasına gösterdiği tepkinin tam bir tekrarı olduğu anlaşılır.

Beşinci Bölüm

NEVROZLARIN TEMEL YAPISI

GÜNCEL (gerçek) çatışkı ortamı tam bir kaygı nedeni olabilir. Ancak eğer bir kişilik nevrozunda kaygı yaratan bir ortam bulursak, bu özgün durumda düşmanlığın neden yükseldiğini ve bastırıldığını açıklamak için, daha önce varolan kaygıları mutlaka hesaba katmak zorundayız. O zaman önceki kaygının bundan önce varolan bir düşmanlığın sonucu olduğu ve bunun böyle sürüp gittiğini görürüz. Temel gelişmenin nasıl başladığını anlamak için çocukluğa dönmek zorundayız.[1]

Bu, çocukluk deneyimleri sorununu ele alacağım birkaç fırsattan birisi olacak. Çocukluğa psikanalitik yazın alanında geleneksel olandan daha az başvurmamın nedeni, çocukluk deneyimlerinin, öteki psikanalist yazarların düşündüklerinden daha az önemli olduğunu düşünmem değil, bu kitapta nevrotik kişiliğe yol açan bireysel deneyimlerden çok nevrotik kişiliğin güncel yapısı üzerinde durmamdır.

Çok sayıda nevrotik insanın çocukluk öykülerini incelerken hepsinde de ortak bölenin, farklı bileşenler içinde aşağıdaki özellikleri gösteren bir çevre olduğunu buldum.

Değişmeyen temel düşman, gerçek bir canayakınlık ve sevecenlik yokluğudur. Bir çocuk sık sık yaralayıcı (traumatik) olarak değerlendirilen -aniden sütten kesme, arasıra dövme, cinsel deneyimler gibi- birçok şeye dayanabilir, ancak içten içe sevildiğini ve istendiğini hissettiği sürece. Bir çocuğun, sevginin gerçek olmadığını açıkça hissettiğini ve uydurma gösterilerle aptal yerine konamayacağını söylemeye gerek yok. Çocuğun yeterli sıcaklık ve sevecenlik alamamasının ana nedeni, annenin ve babanın kendi nevrozları yüzünden bunu verme yetisinden yoksun olmalarında yatmaktadır. Kendi deneyimlerime göre temel içten-

1 Burada, terapi için çocukluğa ne ölçüde dönmemiz gerektiği sorununa girmiyorum.

lik yokluğu çoğu kez kamufle edilir ve aileler çocuk için en iyisini istediklerini öne sürerler. Eğitim kurumları ve "ideal" bir annenin aşırı vesveseli ya da özverili tutumu, gelecekteki derin güvensizlik duygularının köşe taşını büyük ölçüde oluşturan bir ortama katkıda bulunan temel etkenlerdir.

Ayrıca, anne - babaların tarafında, çocukta düşmanlık yaratmaktan başka işe yaramayan çeşitli eylemler ya da tutumlar buluruz: öteki kardeşlerin yeğlenmesi, haksız azarlamalar, aşırı bir ilgiyle küçümseyici reddetme arasındaki önceden kestirilmesi olanaksız değişmeler, yerine getirilmeyen vaatler ve bir o kadar önemlisi, çocuğun ihtiyacına yönelik geçici düşüncesizlikten çoğu kez en mantıklı arzularına ısrarlı bir biçimde engel olmaya, örneğin arkadaşlıklarını bozmaya, bağımsız düşünme çabasını alay konusu etmeye, kendi arayışı içinde sanatsal, atletik ya da mekanik ilgisini yok etmeye dek her türden derece değişmesi gösteren tutumlar. Bütün bunlar, anne - babaların amaçlı olmasa bile sonuç açısından çocuğun iradesini kırma anlamına gelen tutumlardır.

Psikanalitik yazın alanında bir çocuğun düşmanlığını alevlendiren etkenler bağlamında temel vurgulama, çocuğun arzularının, özellikle cinsel alandaki arzularının engellenmesi ve kıskançlık üzerinde yoğunlaşmıştır. Çocukluktaki düşmanlığın kısmen kültürün, genelde hazza özelde ister cinsel merakla, masturbasyonla, ister diğer çocuklarla oynanan cinsel oyunlarla olsun, çocuk cinselliğine yönelik yasaklayıcı tutumu yüzünden alevlenmiş olması olasıdır. Ama elbette engelleme isyancı düşmanlığın tek kaynağı değildir. Gözlemler, yetişkinler kadar çocukların da büyük ve çok sayıda yoksunluğu, bunların haklı, doğru, gerekli ya da amaçlı olduğuna inanmaları koşuluyla kabul edilebileceklerini her türlü kuşkudan uzak bir biçimde gözler önüne sermiştir. Örneğin anne baba temizlik konusunda kesin bir baskı uygulamaz ve açık ya da gizli bir acımasızlıkla çocuğu zorlamazlarsa çocuk, temizlik eğitiminden rahatsız olmaz. Bir çocuk, genelde sevildiğinden emin olması ve cezanın haklı olduğuna ve onun yaralama ya da küçük düşürme amacıyla yapılmadığına inanması koşuluyla, ara sıra yapılan bir cezalandır-

madan da rahatsız olmayacaktır. Bu tür engellemelerin düşmanlık yaratıp yaratmayacağı sorusunu değerlendirmek zordur, çünkü çocuğu birçok şeyden yoksun bırakan çevrelerde genellikle diğer kışkırtıcı etkenler de çok sayıda bulunmaktadır. Önemli olan şey engellemelerin kendilerinden çok engelleme tutumuna eşlik eden ruhtur.

Bu noktayı vurgulamamın nedeni, engellemenin içerdiği tehlike üzerindeki vurgulamanın, birçok ailenin bu görüşü Freud'un yaptığından daha da ileri götürmesine ve çocuğa zarar verecekleri korkusuyla ona yönelik herhangi bir müdahaleden kaçınmalarına yol açmasıdır.

Elbette kıskançlık ya da yetişkinlerde olduğu kadar çocuklarda da ürkütücü bir nefret ve düşmanlık kaynağı olabilir. Kardeşler arasındaki kıskançlığın[1] ve annenin ya da babanın kıskanılmasının nevrotik çocuklarda oynayabileceği role ya da bu tutumun sonraki yaşam üzerinde yaratabileceği kalıcı etkiye kuşku yoktur. Ne var ki bu kıskançlığı yaratan koşullara ilişkin sorular yükselmektedir. Kardeş rekabetinde ve Oedipus kompleksinde gözlenilen kıskançlık tepkileri mutlaka her çocukta mı ortaya çıkmaktadır, yoksa bunları yaratan belli koşullar mı vardır?

Freud'un Oedipus kompleksine ilişkin gözlemleri nevrotik kişiler üzerinde yapılmıştır. O bu insanlarda, anne ya da babayla ilgili keskin kıskançlık tepkilerinin, tür açısından korku yaratmaya yetecek kadar yıkıcı ve kişilik oluşumu ve kişisel ilişkiler üzerinde kalıcı ve rahatsız edici etkiler yaratmaya elverişli olduklarını ortaya çıkardı. Freud, çağımızın nevrotik insanlarında bu olguyu sık sık gözlemesi nedeniyle bunun evrensel olduğunu öne sürdü. Oedipus kompleksinin nevrozun çekirdeği olduğunu kabul etmekle kalmadı, diğer kültürlerdeki karmaşık olguları da bu temelde anlamaya çalıştı.[2] Kuşkulu olan genelleştirme işte budur. Bazı kıskançlık tepkileri, kültürümüzde, yakın bir birlik içinde yaşayan diğer her grupta olduğu gibi, aile büyükleri ve

1 David Levy, "Hostility Patterns in Sibling Rivarly Experiments, "**American Journal of Orthopsychiatry**, Vol. 6 (1936)

2 Freud, **Totem ve Tabu**

çocuklar arasında olduğu kadar kardeşler arasındaki ilişkilerde de kolayca yükselmektedir. Ama yıkıcı ve kalıcı kıskançlık tepkilerinin -ve Oedipus kompleksinden ya da kardeş rekabetinden söz ederken düşündüğümüz şey de budur- diğer kültürler bir yana, bizim kültürümüzde Freud'un öne sürdüğü kadar yaygın olduğunu gösterecek hiçbir kanıt yoktur. Bunlar genelde insan tepkileridir, ama bir çocugun yetiştiği ortam aracılığıyla yapay olarak üretilirler.[1]

Kıskançlığın yaratılmasından hangi etkenlerin sorumlu olduğunu daha sonra, nevrotik kıskançlığın genel içeriğini tartışırken ayrıntılarıyla ele alacağız. Burada, ılımlı bir içtenlik yokluğunun ve rekabetçilik ruhunun bu sonuca katkıda bulunduğunu söylemek yeterli. Bunun yanısıra, tartıştığımız türden bir ortam yaratan nevrotik anne-babalar genellikle yaşamlarından hoşnut değillerdir, doyurucu coşkusal ya da cinsel ilişkilerden yoksundurlar ve dolayısıyla çocukları kendi sevgilerinin nesnesi yapmaya eğilimlidirler. Kendi sevecenlik ihtiyaçlarını çocuklar üzerinde boşaltırlar. Sergiledikleri sevecenlik dışavurumları her zaman cinsel bir renk taşımaz, ama şu ya da bu ölçüde yüksek bir coşkusal yükle yüklenmiştir. Çocugun anne-babasıyla olan ilişkilerindeki cinsel alt-akımların potansiyel bir rahatsızlığa yol açabilecek kadar güçlü olabileceğinden oldukça kuşkuluyum. Şöyle ya da böyle terör ve duyarlılıkla çocugu, Freud tarafından tanımlanan sahip olma hırsı ve kıskançlığın olanca belirtileriyle bu tutkulu bağlılıklara sürükleyenlerin nevrotik anne-babalar olmadığı tek bir olay bilmiyorum.

Aileye ya da ailenin bir üyesine yönelik bir zıtlaşmanın ço-

1 Freud'un Oedipus kompleksi kuramıyla uyuşmazlık içinde genel bir bakış açısından sunulan bu görüşler, Oedipus kompleksinin biyoloijik olarak belirlenen bir olgu olmadığını, kültürel olarak koşullandırıldığını kabul eder. Bu bakış açısı bazı yazarlar -Malinowski, Boehm, Fromm ve Reich- tarafından tartışıldığı için kültürümüzde Oedipus kompleksini yaratabilecek olan etkenlere değinmekle yetineceğim: cinsler arasındaki çatışık ilişkilerin bir sonucu olarak evlilikte ortaya çıkan bir uyumsuzluk; anne-babaların sınırsız otorite güçleri; bir çocuk için varolan her türlü cinsel doyum üzerindeki tabular; çocugun çocuksu ve coşkusal açıdan anne-babasına bağımlı tutulması, aksi takdirde onu yalıtma (tecrit etme) eğilimleri.

cugun gelişimi için bir talihsizlik olduğuna inanmaya alışmışız. Eğer çocuk nevrotik aile büyüklerinin eylemlerine karşı savaşmak zorundaysa bu elbette tahilsizliktir. Ne var ki zıtlaşma için geçerli nedenler varsa, çocuğun kişilik oluşumuna yönelik tehlike, karşı çıkma duygusu ya da bunun dile getirilmesinden çok bastırılmasında yatmaktadır. Eleştirinin, karşı çıkmanın ya da suçlamanın bastırılmasından kaynaklanan çeşitli tehlikeler vardır ve bunlardan birisi, çocuğun bütün suçu kendi üstüne almaya ve sevgiye layık olmadığı duygusuna kapılmaya eğilimli olmasıdır; bu durumun sonuçlarını daha sonra tartışacağız. Bizi burada ilgilendiren tehlike, bastırılan düşmanlığın kaygı yaratabilmesi ve tartıştığımız gelişmeyi başlatmasıdır.

Böyle bir atmosferde yetişen bir çocuğun düşmanlığını bastırmasının, değişik ölçülerde ve kombinasyonlarda etkili olan çeşitli nedenleri vardır: çaresizlik, korku, sevgi ya da suçluluk duyguları.

Bir çocuğun çaresizliği çoğu kez sadece biyolojik bir olay olarak değerlendirilir. Çocuğun gerçekten de uzun yıllar boyunca ihtiyaçlarının doyurulması için çevresine bağımlı olmasına karşın -daha az fiziksel güce ve yetişkinlerden daha az deneyime sahip olması nedeniyle- yine de sorunun biyolojik yanına çok fazla önem verilmektedir. Yaşamın ilk iki ya da üç yılından sonra, ağır basan biyolojik bağımlılıktan, çocuğun ruhsal ve zihinsel yaşamını da içine alan bir tür bağımsızlığa yönelik kesin bir dönüm noktası ortaya çıkar. Çocuk ilk olgunluk dönemine ulaşıncaya ve kendi yaşamını kendi ellerine alabilecek bir duruma gelinceye kadar bu bağımlılık sürer. Yine de çocukların ailelerine bağımlı kalma derecelerinde büyük bireysel farklılıklar vardır. Bu bütünüyle ailelerin çocuklarının eğitimiyle neye ulaşmaya çalıştıklarına bağlıdır: yani, eğilimin bir çocuğu güçlü, cesur, bağımsız, her türlü durumla başa çıkabilecek bir insan yapmak mı, yoksa çocuğa kol kanat germek, onu boyun eğmeci yapmak, yaşamı savsaklamasını sağlamak ya da kısaca onu yirmi yaşına kadar ya da daha uzun bir süre için çocuksulaştırmak, çocuk kalmasını sağlamak mı olduğuna bağlıdır. Elverişsiz koşullar altında yetişen çocuklardaki çaresizlik, genellikle yıldır-

ma, çocuğu şımartma ya da onu coşkusal bir bağımlılık içinde tutma yoluyla yapay olarak pekiştirilir. Çocuk ne kadar çaresiz bırakılırsa, zıtlaşma (karşı koyma) duymaya ya da bunu dile getirmeye de o denli az cesaret edecek ve böyle bir zıtlaşma da o denli gecikecektir. Bu durumda altta yatan duygu -ya da parola diyebileceğimiz şey- şudur: düşmanlığımı bastırmak zorundayım, çünkü sana ihtiyacım var.

Tehditler, yasaklamalar ve cezalandırmalar ve çocuğun tanık olduğu öfke patlamaları ya da şirret sahneleri doğrudan doğruya korku yaratabilir; korku, ayrıca yaşamın büyük tehlikeleriyle -mikroplar, sokaktaki arabalar, yabancılar, görgüsüz çocuklar, ağaçlara tırmanma- çocuğu etkilemek gibi, dolaylı göz korkutmalar yoluyla da yaratılabilir. Çocuk ne kadar tedirgin kılınırsa, düşmanlık göstermeye, hatta bunu hissetmeye bile o kadar az cesaret edecektir. Burada parola şudur: düşmanlığımı bastırmak zorundayım, çünkü senden korkuyorum.

Düşmanlığın bastırılmasının bir başka nedeni sevgi olabilir. Gerçek sevecenliğin bulunmadığı bir yerde ailelerin çocuğu ne kadar çok sevdikleri ve onun için kanlarının son damlasına kadar nasıl özveride bulunacakları konusu üzerinde çoğu kez büyük bir sözel vurgulama bulunur. Bir çocuk, özellikle eğer başka türlü yıldırılmışsa, sevgi yerine konan bu şeye dört elle sarılabilir ve söz dinler olmanın bedeli olan bu armağanı yitirme düşüncesiyle asi olmaktan korkar. Bu tür durumlardaki parola şudur: sevgiyi yitirmekten korktuğum için düşmanlığımı bastırmak zorundayım.

Bu noktaya kadar bir çocuğun, düşmanlığının dile getirilmesinin ailesiyle olan ilişkilerini yıkacağından korktuğu için, ailesine yönelik düşmanlığını bastırdığı koşulları tartıştık. Çocuk, bu güçlü devlerin kendisini terkedecekleri, güvence verici ihsanlarını geri çekecekleri ya da kendisine düşman kesilecekleri korkusu tarafından güdülendirilir. Buna ek olarak, bizim kültürümüzde bir çocuğun genellikle, herhangi bir düşmanlık ya da zıtlaşma duygusu ya da bunların dile getirilmesi durumunda suçluluk duymasına yol açılır; yani, aile büyüklerine karşı içerleme duyar ya da dile getirirse ya da onların koyduğu kuralları

çiğnerse, kendisini kendi gözünde değersiz ya da aşağılık olarak hissetmesi sağlanır. Suçluluk duygularının bu iki nedeni yakın bir ilişki içindedir. Bir çocuk yasak ülkeye izinsiz girmesi konusunda suçluluk duygularına ne kadar çok gömülürse, aile büyüklerine karşı nispetçi ya da suçlayıcı bir duygu beslemeye de o kadar az cesaret edecektir.

Bizim kültürümüzde, suçluluk duygularının en çok kamçılandığı alan cinsel alandır. Yasaklamalar ister duyulur bir sessizlikle dile getirilsin, ister açık tehditlerle veya cezayla, bir çocuk sık sık, sadece cinsel merakın ve etkinliklerin yasak olduğuna değil, ayrıca bunlara kendini kaptırdığı takdirde pis ve aşağılık olacağına da inanmaya başlar. Eğer anneyle ya da babayla ilgili cinsel fanteziler ya da arzular varsa, bunlar da genelde cinselliğe yönelik yasaklayıcı tutumun sonucu olarak dışavurulmadan kalmalarına karşın, çocuğun suçluluk duymasına yol açabilir. Bu durumda parola şudur: Düşmanlığımı bastırmak zorundayım, çünkü eğer düşmanlık hissedersem kötü bir çocuk olurum.

Anılan etkenlerden herhangi birisi, değişik kombinasyonlar içinde, çocuğun düşmanlığını bastırmasına ve sonuçta kaygının üretilmesine yol açabilir.

Ama her çocukluk kaygısı zorunlu olarak sonuçta bir nevroza mı yol açar? Bilgimiz, bu soruya yeterli bir yanıt verecek kadar ilerlememiştir. Ben, çocukluk kaygısının bir nevrozun gelişmesi için gerekli bir etken olduğuna, ama yeterli bir neden olmadığına inanıyorum. Erken yaştaki bir çevre değişikliği ya da herhangi türden karşı etkinlik gösteren etkiler gibi elverişli şartlar belli bir nevrotik gelişmeyi engelleyebilir gibi gözükmektedir. Ne var ki sık sık olduğu gibi, yaşam koşulları kaygıyı dindirecek türden değilse, bu kaygı hem varlığını koruyacak hem de -daha sonra da göreceğimiz gibi- yavaş yavaş mutlaka artacak ve bir nevrozu oluşturan bütün süreçleri devreye sokacaktır.

Çocukluk kaygısının sonraki gelişmesini etkileyebilecek etkenler arasından bir tanesini özellikle ele almak istiyorum. Düşmanlık tepkisinin ve kaygının çocuğu buna zorlayan çevrelerle mi sınırlı olduğu, yoksa gelişerek genelde insanlara yönelik bir düşmanlık ve kaygı tutumuna mı dönüştüğü büyük bir fark yaratır.

Eğer çocuk, örneğin sevgi dolu bir büyükanne, anlayışı bir öğretmen, birkaç iyi arkadaş bulacak kadar şanslıysa, onlarla yaşadığı deneyim onu insanlardan sadece kötü şeyler beklemekten alıkoyabilir. Ama aile içindeki deneyimi ne kadar çetinse, çocuk da sadece ailesine ve diğer çocuklara yönelik bir kin ve nefret tepkisi değil, ayrıca herkese karşı kuşkucu ya da nispetçi bir tutum geliştirmeye de o kadar çok yatkın olacaktır. Bir çocuk ne kadar çok yalıtılır ve kendine ait deneyimler edinmekten alıkonursa, bu tür bir gelişme de o kadar çok beslenmiş olacaktır. Ve son olarak, bir çocuk kendi ailesine karşı duyduğu kini, örneğin onların tutumlarına uyarak ne kadar çok gizlerse, kaygısını da dış dünyaya o kadar çok yansıtacak ve böylece "dünyanın" genelde tehlikeli ve ürkütücü olduğuna inanacaktır.

"Dünya"ya ilişkin genel kaygı da ayrıca düzenli olarak artabilir ya da gelişebilir. Tanımlanan türden bir atmosferde yetişen çocuk, diğer insanlarla olan ilişkilerinde onlar kadar girişken ya da kavgacı olmaya cesaret edemeyecektir. İsteniyor olmanın mutluluk verici eminliğini yitirmiş olacak ve zararsız bir takılmayı bile acımasız bir reddedilme olarak değerlendirecektir. Diğer insanlardan daha kolay yaralanıp kırılacak ve kendini savunma yetisi daha cılız olacaktır.

Değindiğim ya da benzer etkenlerin beslediği ya da yarattığı durum, sinsice bir yoldan artan, her yönde yayılan ve düşmanca bir dünyada yalnız ve çaresiz olma anlamına gelen bir duygudur. Bireysel kışkırtmalara gösterilen bireysel tepkiler bir kişilik tutumu içinde kristalleşir. Bu tutum bu şekliyle bir nevroz yaratmaz ama yaşamın herhangi bir döneminde gelişebilecek bir nevrozun besleyici toprağını oluşturur. Bu tutumun nevrozlarda oynadığı temel rol nedeniyle buna özel bir ad verdim: temel kaygı; bu kaygı, temel bir düşmanlıkla kopmaz bir biçimde içiçe geçmiştir.

İnsan, psikanalizde her türden farklı bireysel kaygı türleri üzerinde çalışırken, insanlarla olan bütün ilişkilerin altında temel kaygının yattığı gerçeğini yavaş yavaş kavramaya başlar. Bireysel kaygılar güncel nedenlerle uyarılabilirken, temel kaygı, güncel ortamda hiçbir özgün uyarıcı etken olmasa bile varlığını

sürdürür: Eğer nevrotik tablonun tamamını bir ülkedeki politik huzursuzlukla karşılaştırmış olsaydık, temel kaygı ve temel düşmanlık, yönetim biçimine yönelik gizli hoşnutsuzluğa ve protestolara benzeyecekti. Yüzey dışavurumları her iki durumda da bulunmayabilir ya da kılık değiştirmiş bir şekilde ortaya çıkabilir. Devlette bunlar ayaklanmalar, grevler, toplantılar, gösteriler olarak ortaya çıkabilir; ruhsal alanda da kaygı biçimleri her türden belirtileriyle kendilerini dışavurabilir. Özgün kışkırtma ne olursa olsun, kaygının dışavurumları ortak bir geri cepheden kaynaklanır.

Basit durum nevrozlarında temel kaygı bulunmaz. Bunlar, kişisel ilişkileri bozulmayan bireylerin güncel çatışkı ortamlarına gösterdikleri nevrotik tepkiler tarafından yaratılır. Aşağıdaki olay, psikoterapi uygulamasında sık sık rastlanan bir olaya ilişkin bir örnek olarak işe yarayabilir.

Kırkbeş yaşlarında bir hanım, geceleri derin soluklanma eşliğindeki kalp çarpıntısından ve kaygı durumundan şikayetçiydi. Organik bir bulguya rastlanmamıştı ve her şey onun sağlıklı bir insan olduğunu gösteriyordu. İnsanda canayakın ve dürüst bir kadın izlenimi bırakıyordu. Yirmi yıl önce, kendisinden çok ortamdan kaynaklanan nedenlerden ötürü kendisinden yirmi beş yaş büyük bir erkekle evlenmişti. Onunla çok mutlu olmuş, cinsel açıdan doyurucu bir yaşam sürmüş ve istisna derecesinde iyi gelişen üç çocuk sahibi olmuştu. Gayretli ve ev işlerinde başarılıydı. Son beş altı yıl içinde kocası bir ölçüde huysuzlaşmış ve cinsel gücü azalmıştı, ancak kadın herhangi bir nevrotik tepki göstermeksizin bu duruma katlanmıştı. Sorun, yedi ay önce kendi yaşındaki hoş, evlenilebilir bir erkek ona özel ilgi göstermeye başladığı zaman uç vermişti. Olay, yaşlanan kocasına karşı bir içerleme geliştirmesi ama tümel zihinsel ve toplumsal geçmişi ve temelde iyi olan evlilik ilişkileri açısından çok güçlü olan nedenlerden ötürü bu içerleme duygusunu bütünüyle bastırmasıydı. Birkaç görüşme içinde küçük bir yardımla çatışma ortamıyla etraflıca yüz yüze gelebilmiş ve böylece kendini kaygıdan kurtarmıştı.

Hiçbir şey, temel kaygının önemini; kişilik nevrozu olayla-

rındaki bireysel tepkilerle, az önce anılan türden basit durum nevrozları grubuna giren olaylardaki bireysel tepkiler arasında yapılacak bir karşılaştırma kadar iyi açıklayamaz. Basit durum nevrozları, anlaşılır nedenlerden ötürü bir çatışkı ortamını bilinçli olarak çözemeyen, yani, çatışkının varlığıyla ve yapısıyla yüz yüze gelemeyen ve bu nedenle açık bir karar veremeyen sağlıklı insanlarda görülür. İki nevroz türü arasındaki belirgin farklılıklardan birisi, durum nevrozundaki terapi sonuçlarındaki büyük kolaylıktır. Kişilik nevrozlarında terapi büyük zorluklar altında ilerlemek zorundadır ve sonuç olarak uzun bir dönemi, bazen hastanın iyileşmeyi beklememesine yol açacak kadar uzun bir dönemi kapsar; ama durum nevrozu oldukça kolay çözülür. Ortama ilişkin anlayışlı bir tartışma çoğu kez hem belirtisel (semptomatik) hem de nedensel bir terapi olur. Diger olaylarda nedensel terabi, çevre değişikliğiyle zorluğun giderilmesini kapsar.[1]

Bu nedenle durum nevrozlarında çatışma ortamıyla nevrotik tepki arasında uygun bir ilişki bulunduğu izlenimi ediniriz, buna karşın kişilik nevrozlarında bu ilişki yok gibidir. Daha sonra ayrıntılarıyla göstereceğimiz gibi, varolan temel kaygı nedeniyle en küçük bir kışkırtma bile kişilik nevrozlarında en yoğun tepkiye yol açabilir.

Kaygının açık biçimlerinin ya da buna karşı oluşturulan korumanın sınırlarının sonsuz olmasına ve bireyden bireye farklılık göstermesine karşın, temel kaygı her yerde az ya da çok aynıdır ve ancak boyutlarında ve yoğunluğunda değişiklik görülür. Temel kaygı kabaca, kullanmaya, aldatmaya, saldırmaya, küçük düşürmeye, ele vermeye, ihanete, kıskanmaya hazır bir dünyada küçük, önemsiz, çaresiz, terkedilmiş, tehlikeye sokulmuş olma duygusudur. Bir bayan hastam kendiliğindenlikle çizdiği bir resimde bu duyguyu dile getirmişti: hastam, resmin orta yerinde minik, çaresiz, çıplak bir bebek olarak oturuyordu ve çevresi, ona saldırmaya hazır her türden tehlikeli insan ve hayvan canavarlarla doluydu.

Psikozlarda böyle bir kaygının varlığına ilişkin oldukça yük-

1 Bu olaylarda psikanaliz hem gereksizdir, hem de önerilmez.

sek bir farkında (bilincinde) olma düzeyine sık sık rastlanır; paranoid hastalarda bu kaygı belli bir ya da birkaç insanla sınırlıdır; şizofrenik hastalarda çevrelerindeki dünyanın potansiyel düşmanlığına ilişkin çoğu kez keskin bir ayrımsama (farkında olma) vardır, o kadar ki kendilerine gösterilen bir inceliği bile potansiyel düşmanlığı anıştırıyor olarak değerlendirmeye yatkındırlar.

Ne var ki nevrozlarda, temel kaygının ya da temel düşmanlığın varlığına ilişkin, en azından bunun yaşamın tamamı için taşıdığı ağırlığa ve öneme ilişkin bir ayrımsamaya pek rastlanmaz. Bir rüyasında kendini, ezilmemek için bir deliğe gizlenmek zorunda olan bir fare olarak gören -ve böylece, yaşamda nasıl hareket ettiğine ilişkin kesinlikle doğru bir tablo çizen- bir bayan hastam, gerçekte herkesten korktuğu konusundaki en küçük bir görüşe bile sahip değildi ve kaygının ne olduğunu bilmediğini söylemişti. Herkese yönelik temel bir güvensizlik, insanların genelde hoş oldukları yolundaki yüzeysel bir inançla gizlenebilir ve bu da başkalarıyla yüzeyde iyi olan ilişkilerle aynı anda var olabilir; herkese yönelik varolan derin bir aşağılama, bir hayran olmaya hazır olma tutumuyla örtbas edilebilir.

İnsanlarla ilgili olmasına karşın temel kaygı, kişisel yapısından arındırılabilir ve gök gürültüleri, politik olaylar, mikroplar, kazalar, konserve yiyecekler yüzünden sağlığın tehlikede olması duygusuna, ya da kader kurbanı olma duygusuna dönüştürülebilir. Deneyimli gözlemci için bu tutumların temelini kavramak zor değildir, ancak nevrotik kişinin kendisinin kaygısının gerçekte miktoplarla, vb. şeylerle ilgisi olmadığını, insanlara yönelik kızgınlığının güncel bir kışkırtmaya yönelik yerinde ve haklı bir tepki olmadığını ya da sadece böyle olmadığını ama kendisinin başkalarına karşı temelde düşman olduğunu ve kimseye güvenmediğini kavraması için her zaman yoğun bir psikanalitik çalışma gerekir.

Temel kaygının nevrotik birey için taşıdığı sonuçları tartışmadan önce, birçok okurun kafasını kurcalayabilecek bir sorunu tartışmak zorundayız. İnsanlara yönelik temel kaygı ve düşmanlıktan oluşan ve nevrozların asal bir bileşeni olarak tanım-

lanan bu durum, belki de daha az ölçülerde olmasına karşın hepimizin gizliden gizliye sahip olduğumuz "'normal" bir tutum değil midir? Bu soru ele alınırken iki bakış açısının birbirinden ayrılması gerekmektedir.

Eğer "normal" terimi genel bir insan tutumu anlamında kullanılırsa, temel kaygının gerçekten de Alman felsefe ve dininde geçen Angst der Kreatur (Alm. "Varlık Kaygısı", Ç.N.) terimleriyle tanımlanan şeyin normal bir sonucu olduğu söylenebilir. Bu deyimin dile getirdiği şey, bizden daha güçlü olan, örneğin ölüm, hastalık, yaşlılık doğal afetler, politik olaylar, kazalar gibi güçler karşısında gerçekten de çaresiz olduğumuzdur. Bunu ilk kez çocukluğun çaresizliğinde tanırız ama bu bilgi içimizde bütün yaşam boyunca kalır. *Keratur*'un (varlığın) bu kaygısıyla temel kaygı arasında daha büyük güçlere yönelik çaresizlik öğesi ortaktır, ancak ilki, bu güçlerin tarafındaki bir düşmanlığı ima etmez.

Ama eğer "normal" terimi kültürümüz için normal olan şey anlamında kullanılırsa, ancak şu kadarı söylenebilir: yaşamı fazla koruma altına alınmamış olması koşuluyla genel olarak deneyim, kültürümüzdeki bir insanın, olgunlaştıkça insanlara karşı daha dikkatli, onlara güvenme konusunda daha sakınımlı olmasına, insanların eylemlerinin çoğu kez dürüst ve içten olmadığı, ancak döneklik ve çıkarcılık tarafından belirlendiği gerçeğini daha iyi tanımasına yol açacaktır. Eğer dürüst bir insansa buna kendini de katacaktır; eğer değilse bunun tamamını başkalarında daha net olarak görecektir. Kısaca temel kaygıya açıkça akrabalık gösteren bir tutum geliştirecektir. Ne var ki arada şu farklılıklar vardır: sağlıklı olgun birey bu insan özürleri karşısında çaresizlik duymaz, temel nevrotik tutumda bulunan kişi ya da bir gerçek dostluk besleme ve bazı insanlara güvenme yetisini konur. Belki de aradaki farkın nedeni sağlıklı insanın, elverişsiz deneyimlerin çoğunu bunlar arasında bütünleştirme yapabileceği bir dönemde yaşaması, buna karşın nevrotik bireyin bunları, denetleyemediği ve çaresizliğinin bir sonucu olarak bunlara kaygıyla tepki gösterdiği bir dönemde yaşamış olması gerçeğidir.

Temel kaygı, kişinin kendine ve başkalarına yönelik tutumuna ilişkin belli sonuçlara sahiptir. Bu, özün yapısal zayıflığı duygusuyla başgösterdiği zaman dayanılması çok daha zor olan bir coşkusal yalıtım anlamına gelir. Bu özgüven temelinin zayıflaması anlamına gelir. Bu, başkalarına güvenme arzusuyla, onlara yönelik derin güvensizlik ve düşmanlık nedeniyle bunu yapmanın olanaksızlığı arasındaki potansiyel bir çatışkının tohumlarını taşır. Bu, yapısal zayıflık nedeniyle kişinin, bütün sorumluluğunu başkalarına yüklemeye, korunmaya ve ilgi görmeye duyduğu bir arzu anlamına gelir, buna karşın temel düşmanlık nedeniyle bu arzuyu gerçekleştiremeyecek kadar çok fazla güvensizlik vardır. Ve bunun değişmez sonucu, kişinin enerjisinin çoğunu güvence kazanmaya yatırmak zorunda kalmasıdır.

Kaygı ne kadar dayanılmazsa, koruyucu araçlara da o kadar gelişmiş olması gerekir. Kültürümüzde, bir insanın kaygıya karşı kendini korumaya çalıştığı dört ana yol vardır: sevecenlik boyun eğme, güç, insanlardan uzaklaşma.

İlk olarak, herhangi türden bir sevecenlik kazanmak, kaygıya karşı güçlü bir korum aracı olarak iş görebilir. Parola şudur: eğer beni seversen, beni kırmazsın.

İkinci yol olan boyun eğme, belli kişilerle ya da kurumlarla ilgili olup olmamasına göre kabaca alt bölümlere ayrılabilir. Örneğin standartize edilen geleneksel görüşlere, bir dinin gereklerine ya da güçlü bir insanın isteklerine boyun eğme ediminde, bu tür bir odaklaşma vardır. Bu kurallara boyun eğmek ya da bu isteklere uymak davranışın tamamı için belirleyici güdü olacaktır. Bu tutum, "iyi"nin anlattığı şeyin uyulan isteklere ya da kurallara bağlı olarak değişmesine karşın, "iyi" olmak zorunda olma biçimini alabilir.

Uysallık (boyun eğmecilik) tutumu herhangi bir kurum ya da kişiye bağlanmadığı zaman, bütün insanların potansiyel arzularına uyma ve içerleme uyandırabilecek her şeyden kaçınma eşliğindeki çok daha geneleşmiş bir uysallık biçimini alır. Bu tür olaylarda birey kendi isteklerinin tamamını bastırır, başkalarına yönelik eleştirel tutumunu bastırır, kendini savunmaksızın baş-

kalarının kendisinden yararlanmalarına göz yummaya hevesli ve başkalarına ayrım gözetmeksizin yardımcı olmaya hazır olur. Bazen insanlar eylemlerinin altında yatan şeyin kaygı olduğunun farkında olurlar, ancak genellikle bu gerçeğin hiç de farkında değillerdir ve ısrarla, kendi arzularından vazgeçmelerine yol açacak kadar ileri giden bir özgecilik ya da özveri ideali nedeniyle böyle hareket ettiklerine inanırlar. Boyun eğmeciliğin genel ve özel biçimlerinin ikisinde de parola şudur: Eğer teslim olursam, kimse beni yaralamaz.

Boyun eğme tutumu ayrıca sevecenlik yoluyla güvence kazanma amacına da hizmet edebilir. Eğer bir insan için sevecenlik, yaşamdaki güvenlik duygusu buna dayanacak kadar önemliyse, buna karşılık olarak her türlü bedeli ödemeye hazır olacaktır ve temelde bu, başkalarının arzularına boyun eğmek anlamına gelir. Ne var ki birey herhangi bir sevecenlik duygusuna inanma yetisinden çoğu kez yoksundur ve bu durumda uysallık tutumu sevecenlik kazanmaya değil, korunma kazanmaya yönelitilir. Sadece katı boyun eğmecilikle kendini güvende hissedebilen insanlar vardır. Bu insanlardaki kaygı öylesine büyük ve sevecenliğe olan inançsızlıkları öylesine derindir ki, sevecenlik olasılığı kesinlikle söz konusu olamaz.

Temel kaygıya karşı korunma girişimlerinin üçüncüsü güç kazanmaktır: gerçek ya da başarı veya mal mülk edinme, ya da beğeni, veya zihinsel üstünlük kazanarak güvenliğe ulaşma çabası. Bu koruma girişiminin parolası şudur: eğer güçlü olursam kimse beni yaralayamaz.

Dördüncü korunma aracı insanlardan uzaklaşmaktır. Önceki koruyucu araç grupları, dünyadan hoşnut kalma, dünyayla şu ya da bu yolla başa çıkma arzusu gibi ortak bir özelliğe sahiptir. Ancak yaşamdan çekilme yoluyla da korunma bulunabilir. Bu, başını alıp bir çöle gitmek ya da tam bir inzivaya çekilmek anlamına gelmez; bu, kişinin dış ya da iç ihtiyaçlarını etkileyen insanlara karşı bağımsızlık kazanması anlamına gelir. Dış ihtiyaçlar bağlamında bağımsızlığa, örneğin mal mülk edinme yoluyla da ulaşılabilir. Buradaki mal mülk edinme güdülenimi, güç ya da nüfuz kazanmaya yönelik güdülenimden bütünüyle farklıdır

ve elde edilen mal mülkten yararlanma yolu da benzer bir farklılık gösterir. Servetin bağımsızlık uğruna biriktirildiği yerde genellikle bu servetten zevk almaya engel olacak kadar fazla kaygı vardır ve sahip olunan şeyler bir elisıkılık tutumuyla korunur, çünkü tek amaç, her olasılığa karşı tetikte hazır olmaktır. Dışsal açıdan başkalarından bağımsız olmaya ilişkin aynı amaca hizmet eden bir başka yol da, kişinin kendi ihtiyaçlarını en alt düzeyle sınırlamasıdır.

İçsel ihtiyaçlar bağlamında bağımsızlık, örneğin coşkusal açıdan insanlardan uzaklaşma girişimiyle elde edilebilir, böylece hiçbir şey kişiyi yaralamayacak ya da düşkırıklığına uğratamayacaktır. Bu, kişinin kendi coşkusal ihtiyaçlarını boğazlaması demektir. Böyle bir yalıtımın bir dışavurumu, sık sık entellektüel çevrelerde görülen kendi de dahil olmak üzere hiçbir şeyi ciddiye almama tutumudur. Kişinin kendi varlığını ciddiye almaması, kendini önemsiz saymasıyla karıştırılmamalıdır. Aslında bu tutumlar karşılıklı olarak çelişik olabilirler.

Bu insanlardan uzaklaşma yöntemlerinin her ikisi de kişinin kendi arzularından vazgeçmesini içerdiği sürece, boyun eğme veya uysallık yöntemleriyle bir benzerliği vardır. Ama sonuncu grupta vazgeçme, kendini güvende hissetmek için "iyi" olmanın ya da başkalarının arzularına boyun eğmenin hizmetindeyken, ilk grupta "iyi olma düşüncesi hiçbir rol oynamaz ve vazgeçmenin amacı başkaları karşısında bağımsızlığa ulaşmaktır. Buradaki parola şudur: Eğer uzak dururs am hiçbir şey beni yaralayamaz.

Temel kaygıya karşı korunmayı amaçlayan bu farklı girişimlerin nevrozlarda oynadığı rolü değerlendirmek için, bunların potansiyel yoğunluğunu kavramak gerekir. Bunları güdülendiren şey haz ya da mutluluğa yönelik bir arzuyu doyurma değil, güvence kazanma ihtiyacıdır. Ne var ki bu, bunların şu ya da bu açıdan içgüdüsel itkilerden daha az güçlü ya da daha az vazgeçilmez olduğu anlamına gelmez. Deneyim, örneğin bir hırs arayışının etkisinin, cinsel bir dürtüye eşit bir güçte, hatta daha büyük bir güce bile sahip olabileceğini göstermiştir.

Tek başına ya da temel olarak izlenen bu dört yoldan her-

hangi birisi, yaşanılan ortam bunun izlenmesine çatışkılar yaratmaksızın olanak verirse -böylesine tek yanlı bir arayışın genellikle bir bütün olarak kişilikteki bir zayıflamaya yol açmasına karşın- istenilen güvenceye ulaşma konusunda etkili olabilir. Örneğin, bir kadından kocasına ya da ailesine boyun eğmesini ve geleneksel yapılara uymasını bekleyen bir kültürde yaşayan bir kadın, boyun eğme yolunu izleyerek huzur ve büyük oranlarda ikincil doyum bulabilir. Düzen amansız bir güç ve servet arayışı geliştiren bir monarşi olduğu takdirde, sonuç yine güvence ve başarılı bir yaşam olabilir. Ne var ki, aslına bakılırsa bir amacın doğrudan doğruya izlenmesi sık sık kendi amacını başarısızlığa uğratacaktır, çünkü devreye giren istekler öylesine aşırı veya öylesine düşüncesiz bir yapıdadır ki, çevreyle çatışmalar içerir. Çoğu kez altta yatan büyük bir kaygıya karşı güvenceye ulaşmak için tek bir yol değil, birbiriyle uzlaşmaz olan birkaç yol birden izlenir. Bu nedenle nevrotik kişi kaçınılmaz olarak , hem herkes tarafından sevilmeyi istemeye, başkalarına boyun eğmeye ve kendi iradesini onlar üzerinde uygulamaya, insanlardan uzaklaşmaya ve onların sevecenliğini özlemeye itilebilir. Çoğu kez nevrozun dinamik merkezini oluşturan şeyler, işte bu açıkça çözümsüz olan çatışkılardır.

Birbirleriyle en çok çatışan iki girişim, sevecenlik arayışıyla güç arayışıdır. Bu nedenle bunu izleyen bölümlerde bunları daha ayrıntılı olarak tartışacağız.

Tanımladığım nevrozların yapısı, kural olarak, Freud'un nevrozların temelde içgüdüsel itkilerle toplumsal istekler ya da bunların "süperego" içindeki temsilcileri arasındaki bir çatışmanın sonucu olduğu yolundaki kuramıyla çelişmemektedir. Ama bireysel arayışlarla toplumsal baskı arasındaki çatışkının her nevroz için vazgeçilmez bir koşul olduğu konusunda onunla hemfikir olmama karşın, bunun yeterli bir koşul olduğuna inanmıyorum. Bireysel arzularla toplumsal gereklilikler arasındaki çatışma mutlaka nevroz yaratmaz, ancak pekala yaşamda gerçek kısıtlamalara, yani arzuların basit bir yoldan baskı altına alınmasına ya da bastırılmasına, en genel terimlerle gerçek acı çekmeye yol açabalir. Ancak ve ancak bu çatışma kaygı yaratırsa

bu kaygıyı dindirme girişimleri karşılık olarak, eşdeğerde vazgeçilmez olmalarına karşın birbiriyle uzlaşmaz olan savunma amaçlı eğilimlere yol açarsa, işte o zaman bir nevroz yaratılmış olur.

Altıncı Bölüm

NEVROTİK SEVECENLİK İHTİYACI

KÜLTÜRÜMÜZDE, kendini kaygıya karşı korumaya yönelik bu dört yolun, birçok insanın yaşamında belirleyici bir rol oynayabileceğine kuşku yok. En büyük özlemi sevilmek ya da onaylanmak olan ve bu arzusunun doyurulması için elinden gelen her şeyi yapan insanlar vardır; davranışları boyun eğmeye, teslim olmaya yönelik bir eğilim gösteren ve kendini ortaya koyma doğrultusunda tek bir adım bile atmayan insanlar; çabalarına başarı ya da güç veya mal mülk edinme arzusunun egemen olduğu insanlar; ve kendini insanlardan koparmaya ve onlardan bağımsız olmaya eğilim gösteren insanlar vardır. Ne var ki, bu çabaların temel kaygıya karşı bir korumaya karşılık geldiğini söylemekle haklı olup olmadığım sorulabilir. Bunlar, var olan insan olasılıklarının normal alanı içinde olan itkilerin bir dışavurumu değil midir? Bu şekilde tartışmanın hatası, sorunu seçenek biçiminde ortaya koymaktır. Gerçekte bu iki bakış açısı ne çelişiktir, ne de birbirlerini karşılıklı olarak dışlarlar. Sevgi arzusu, boyun eğme eğilimi, nüfuz ya da başarı arayışı ve insanlardan uzaklaşma eğilimi hepimizde değişik bileşenler halinde vardır ve bir nevrozun en küçük bir göstergesini bile içermezler.

Dahası, bu eğilimlerden biri ya da öteki belli kültürlerde ağır basan bir tutum olabilir, bu, yine bunların insanın normal potansiyelleri dahilinde olması olasılığını düşündüren bir gerçektir. Sevecenlik, anaca ilgi ve başkalarının arzularına uyma tutumları, Margaret Mead tarafından da belirtildiği gibi, Arap kültüründe ağır basmaktadır; oldukça vahşi bir biçimdeki saygınlık arayışı, Ruth Benedict'in de dikkati çektiği gibi, Kwakiutlar arasında kabul gören bir davranış biçimidir; dünyadan elini eteğini çekme eğilimi Buda dininde egemen bir eğilimdir.

Kuramımın amacı bu itkilerin normal yapısını inkar etmek

değil, bunların tamamının bir kaygıya karşı güvence kazanmanın hizmetine verilebileceğini ve ayrıca, bu koruyucu işlevi kazandıkları zaman bütünüyle farklı bir şey durumuna gelerek, niteliklerini değiştirdiklerini ortaya koymaktır. Bu farklılığı bir benzetmeyle çok daha güzel açıklayabiliriz. Bir ağaca, gücümüzü ve becerimizi sınamak ve aşağıdaki manzarayı yukarıdan izlemek için tırmanabiliriz, ya da aynı ağaca, arkamızda vahşi bir hayvan olduğu için de tırmanabiliriz. Her iki durumda da ağaca tırmanırız ama bu eylemimizi güdülendiren güçler farklıdır. İlk durumda bunu zevk için yaparız, ikincisinde ise bizi sürükleyen korkudur ve bir güvenlik ihtiyacı nedeniyle bunu yapmak zorunda kalırız. İlk durumda tırmanıp tırmanmamakta özgürüz, ötekinde yaşamsal bir zorunluluk bizi tırmanmaya zorlar. İlk durumda amacımıza en uygun ağacı arayabiliriz, ötekinde seçme şansımız yoktur ve en yakın ağaca sığınmamız gerekir ve bunun bir ağaç olması da gerekmez; bu bir bayrak direği ya da ev de olabilir, yeter ki *koruma* amacına hizmet etsin.

İtici güçlerdeki farklılık ayrıca davranıştaki ve duygudaki bir farklılığa da yol açar. Şu ya da bu türden dolaysız bir doyum arzusu tarafından itildiğimiz takdirde tutumumuz bir kendiğindenlik ve seçicilik niteliğine sahip olacaktır. Ama eğer bir kaygı tarafından sürükleniyorsak, doyumumuz ve eylemimiz zorlanımlı ve ayrım gözetmeyici olacaktır. Elbette ara durumlar vardır. Yoksunluktan kaynaklanan fizyolojik gerilimler tarafından belirlenen açlık ve cinsellik gibi içgüdüsel itkilerde fiziksel gerilim öylesine artabilir ki, başka türlü kaygı tarafından belirlenen itkilere özgü bir zorlanım ve ayrım gözetmeyicilikle doyum aranır.

Ayrıca ulaşılan doyumda bir farklılık –genel terimlerle bu, hazla güvence arasındaki farktır[1]– vardır. Ne var ki farklılık ilk bakışta gözüktüğünden daha az keskindir. Açlık ya da cinsellik gibi içgüdüsel itkilerin doyumu hazdır, ama fiziksel gerilim

1 H.S. Sullivan, doyum ve güvenlik arayışının, yaşamı düzenleyen temel bir ilke olduğuna dikkati çekmiştir. "A Note on the Implications of Psychiatry, the Study of Interpersonal Relations for Investigation in the Social Sciences," **American Journal of Sociology**, Vol. (1937)

yüksek bir seviyeye ulaşmışsa, ulaşılan doyum, kaygıdan kurtulma anında ulaşılana çok benzer. Her iki durumda da dayanılmaz bir gerilimden kurtulma söz konusudur. Yoğunluk açısından hazla, güvence eşit güçte olabilir. Farklı türden olmasına karşın cinsel bir doyum, yoğun bir kaygıdan birden bire kurtulan bir insanın duyguları kadar güçlü olabilir; ve genel anlamda konuşulursa, güvence arayışları içgüdüsel itkiler kadar güçlü olabilmelerinin yanısıra eş güçte bir doyum da yaratabilirler.

Güvence arayışları ayrıca bir önceki bölümde de tartışıldığı gibi, öteki ikincil doyum kaynaklarını da içerebilir. Örneğin seviliyor ya da benimseniyor olma, başarılı ya da etkili olma duyguları, güvenlikteki kazancın yanısıra oldukça doyurucu da olabilir. Ayrıca, az sonra da göreceğimiz gibi, güvenceye yönelik çeşitli yaklaşımlar biriken düşmanlığın deşarj edilmesine olanak verir ve böylece gerilimden bir başka kurtuluş yolu sağlar.

Kaygının, bazı itkilerin arkasındaki itici güç olabileceğini gördük ve bu yolla yaratılan en önemli itkileri gözden geçirdik. Şimdi artık nevrozlarda olgusal olarak en büyük rolü oynayan iki itkiyi ayrıntılarıyla ele almaya geçeceğim: bunlar, sevecenlik özlemi ve güç ve denetim özlemidir.

Sevecenlik özlemi nevrozlarda öylesine sık rastlanan ve deneyimli gözlemci tarafından öylesine kolayca tanınan bir şeydir ki bu, varolan bir kaygının ve yaklaşık yoğunluğunun en emin göstergelerinden birisi olarak değerlendirilebilir. Aslında eğer kişi, her zaman için tehlikeli ve düşmanca olan bir dünyaya karşı kendini temelde çaresiz hissediyorsa, bu durumda sevecenlik arayışı, iyilik, yardım ya da benimsenmeye ulaşmanın en mantıklı ve dolaysız yolu olarak gözükecektir.

Eğer nevrotik kişinin ruhsal koşulları, onun bunları sık sık kendi gözüyle gördüğü gibi olsaydı, onun için sevecenlik kazanmasının kolay olması gerekirdi. Eğer sözlü dile aktarabilirsem, nevrotik kişinin çoğu kez ancak belli belirsiz sezinlediği izlenimler şöyle bir şey olurdu: onun istediği şey öylesine küçük bir şey ki, sadece insanlar ona karşı nazik olmalı, ona öğüt vermeli, onun, insanları hoş tutmaya hevesli, başkalarının duygularını yaralamaktan korkan zavallı, zararsız, yalnız bir ruh ol-

duğunu takdir etmelidirler. Anladığı ya da hissettiği tek şey budur. Duyarlılıklarının, gizli düşmanlıklarının, varolan kusursuzcu isteklerinin kendi ilişkilerine ne kadar engel olduğunu kavramaz; başkaları üzerinde edindiği izlenimleri ya da onların kendisine yönelik tepkilerini yargılama yetisine de sahip değildir. Sonuç olarak dostluklarının, evliliklerin, sevgi ilişkilerinin, iş ilişkilerinin neden çoğu kez bu kadar doyumsuz olduğunu anlama konusunda çıkmaza girer. Başkalarının hatalı, düşüncesiz, vefasız, kırıcı oldukları ya da anlaşılmaz bir nedenden ötürü kendisinin popüler olma yeteneğinden yoksun olduğu sonucuna varır. Böylesine sevgi yanılsamasını kovalamaya devam eder.

Eğer okur, kaygının bastırılan düşmanlık tarafından nasıl yaratıldığına ve karşılık olarak bunun da nasıl yeni bir düşmanlık yarattığına, başka bir deyişle, kaygıyla düşmanlığın nasıl kopmaz bir biçimde içiçe geçtiğine ilişkin tartışmamı anımsayacak olursa, nevrotik bireyin düşünme edimindeki kendini kandırma olgusunu ve başarısızlıklarının nedenlerini kavrayabilecektir. Bunu bilmeyen nevrotik birey, sevme yetisinden yoksun olmakla buna karşın başkalarının sevgisine büyük bir ihtiyaç duymak arasındaki ikilemi yaşar. Burada, çok basit gözüken ama buna karşın yanıtlanması çok zor olan sorulardan birisiyle karşı karşıya geliriz: sevgi nedir, ya da kendi kültürümüzde bununla neyi anlatmak isteriz? İnsan bazen, sevecenlik verme ve alma yetisi olarak verilen gelişigüzel bir sevgi tanımı duyabilir. Biraz doğruluk içermesine karşın bu tanım, bizi ilgilendiren güçlüklere açıklık kazandırmaya yardımcı olmayacak kadar çok genel bir tanımdır. Çoğumuz zaman zaman sevecen olabiliriz ama bu, sevgi yetisinden tam bir yoksunlukla birlikte de var olabilir. Önemli olan şey, sevecenliğin kaynaklandığı tutumdur: bu, başkalarına yönelik olumlu bir tutumun bir belirtisi midir, yoksa örneğin karşıdakini yitirme korkusundan ya da o insanı elde etme arzusundan mı kaynaklanmaktadır? Başka bir deyişle, dışarıdan görünen hiçbir tutumu ölçüt olarak alamayız.

Sevginin ne olduğunu söylemek çok zor olsa da, neyin sevgi olmadığını ya da hangi öğelerin sevgiye yabancı olduğunu ke-

sinlikle söyleyebiliriz. Bir insan bir başkasına tam anlamıyla düşkün olabilir ve buna karşın zaman zaman ona kızabilir, belli arzularını geri çevirebilir ya da yalnız kalmak isteyebilir. Ama bu tür sınırlı öfke ya da uzaklaşma tepkileriyle, başkalarına karşı her an tetikte bekleyen, onların üçüncü kişilere gösterdikleri bir ilgiyi ihmal edilme olarak algılayan ve herhangi bir isteği emri-vakilik ya da herhangi bir eleştiriyi küçük düşürülme olarak yorumlayan nevrotik insanın tutumu arasında büyük bir farklılık vardır. Bu sevgi değildir. Ancak, belli nitelikler ya da tutumlara ilişkin, olası olduğu takdirde bunların düzeltilmesine yardımcı olmak amacıyla yapıcı eleştiride bulunmak da sevgiye ters düşmez; ama nevrotik bireyin sık sık yaptığı gibi, hoşgörüsüz bir kusursuzluk isteğinde, düşmanca bir "eğer kusursuz değilsen, eyvahlar olsun sana"yı anıştıran bir istekte bulunmak sevgi değildir.

Bir insanın, bir başkasını sadece bir amaca yönelik araç olarak kullandığını, yani sadece ya da temel olarak belli ihtiyaçlarını o insan aracılığıyla giderdiğini görürsek, bunun da sevgi görüşümüze ters düştüğünü düşünürüz. Kişi karşısındakini sadece cinsel doyumu için ya da evlilikte sadece saygınlık için istediği zaman durum açıkça budur. Ama burada bile, özellikle eğer bu ihtiyaçlar ruhsal bir yapıdaysa konu kolayca bir sis bulutuna gömülür. Bir insan, sadece kendisine körü körüne tapınması nedeniyle karşısındakine ihtiyaç duyuyor bile olsa, onu sevdiği konusunda kendini kandırabilir. Ne var ki bu tür durumlarda bu aldatmaca içindeki birey, karşısındaki insan eleştirel olmaya başladığı, böylece sevilme nedeni olan hayran olma işlevini yerine getirme konusunda başarısız olduğu an, birden bire onu bırakmaya, hatta ona düşman kesilmeye eğilim gösterecektir.

Ancak, sevgi olan ve olmayan şeyler arasındaki karşıtlıkları tartışırken, bir tarafı dengelemek amacıyla öteki tarafa yüklenmemek için uyanık olmamız gerekir. Sevilen insanı sadece bir doyum için kullanmanın sevgiye ters düşmesine karşın bu, sevginin bütünüyle ve sadece özgeççe ve özverilice olması gerektiği anlamına gelmez. Ayrıca kendisi için hiçbir şey istemeyen bir duygu da tek başına sevgi adını haketmez. Bu tür inançları dile

getiren insanlar tam anlamıyla şekillenmiş bir yargıdan çok, sevecenlik göstermeye yönelik kendi gönülsüzlüklerini ele verirler. Düşkün olduğumuz insanlardan elbette bir şeyler isteriz: doyum, sadakat, yardım isteriz; kaldı ki gerekiyorsa özveri bile isteyebiliriz. Ve genelde bu tür arzuları dile getirebilmek ya da bunlar için savaşmak bile, ruhsal sağlığın bir göstergesidir. Sevgiyle nevrotik ihtiyaç arasındaki fark, sevgide sevecenlik duygusunun asal olması, buna karşı nevrotik birey durumunda temel duygunun güvence ihtiyacı olması ve seviyor olma yanılsamasının sadece ikincil (tali) bir şey olması gerçeğinde yatar. Elbette her türden ara durumlar vardır.

Eğer bir insan, kaygıya karşı güvence uğruna bir başkasının sevecenliğine ihtiyaç duyuyorsa, genellikle konu bilinç düzeyinde bütünüyle bulanacaktır, çünkü birey kaygıyla dolu olduğunu ve bu nedenle umutsuzluk içinde, herhangi türden bir sevecenlik aradığını genel anlamda bilmez. Hissettiği tek şey, hoşlandığı ya da güvendiği veya delice sevdiği bir insanın bulunduğudur. Ama kendiliğinden sevgi olarak hissettiği şey kendisine gösterilen bir inceliğe verilmiş bir minnet tepkisinden ya da bir insanın veya ortamın uyardığı bir umut ya da sevecenlik tepkisinden başka bir şey olmayabilir. Onda, açıkça ya da örtülü olarak bu tür beklentiler uyaran kişi otomatik olarak önem kazanacak ve bu duygu kendini sevecenlik yanılsamasında dışavuracaktır. Güçlü ve nüfuzlu veya sadece kendi ayakları üstünde daha sağlam basıyor izlenimi veren bir insanın ona iyi davranması bile bu tür beklentiler yaratabilir. Sevgiyle hiç bir ilişkisi olmayabilse de, erotik ya da cinsel yaklaşımlar da bu tür beklentiler yaratabilir. Bunlar, var olan ve yardım ya da coşkusal destek yolunda onaylı bir vaatte bulunan –aile, doktor, dostlar– şu ya da bu türden bağlar üstünde beslenirler. Bu türden birçok ilişki sevgi örtüsü altında, yani, öznel bir bağlılık inancı altında yürütülür, oysa gerçekte kişinin sevgi dediği şey, kendi ihtiyaçlarını doyurmaları için öteki insanlara sarılmasından başka birşey değildir. Bunun güvenilir ve içten bir sevecenlik duygusu olmadığı gerçeği, arzulardan herhangi birisi yerine getirilmediği zaman kolayca başgösteren tiksintide ortaya çıkar. Bizim sevgi

görüşümüzde asalolan öğelerden birisi –duygunun güvenilirliği ve tutarlılığı– bu olaylarda bulunmaz.

Sevme yetisinden yoksun olmanın son bir özelliği de az önce anıştırıldı, ancak özellikle vurgulamak isterim: karşıdaki insanın kişiliğinin, özgünlüklerinin, sınırlarının, ihtiyaçlarının, arzularının, gelişiminin gözardı edilmesi. Bu dikkate almayış kısmen nevrotik bireyin söz konusu insana tutunmaya iten kaygının bir sonucudur. Boğulmak üzere olan ve bir yüzücüye sarılan bir insan, genellikle, yüzücünün onu kurtarma becerisini ya da bu konuda gönüllü olup olmadığını dikkate almaz. Bu ayrıca, kısmen, en genel içeriği aşağılama ve kıskanma olan ve insanlara yöneltilen temel düşmanlığın bir dışavurumudur. Bu, düşünceli, hatta özverili olma konusundaki acıklı çabalarla gizlenebilir, ama bu çabalar bazı istenmeyen tepkilerin ortaya çıkmasına engel olmaz. Örneğin bir hanım, kocasına olan derin tapınması konusunda öznel bir inanç taşıyabilir, yine de kocası zamanını işine, uğraşlarına ya da arkadaşlarına verdiği zaman dargın, şikayetçi olur ya da ruh çöküntüsüne uğrar. Aşırı koruyucu bir anne herşeyi çocuğunun mutluluğu için yaptığına inanabilir, buna karşın çocuğun bağımsız gelişme gereksinimine saygı duymaz.

Koruyucu aracı bir sevecenlik itkisi olan nevrotik insan, gerçekte kendisinin sevme yetisinden yoksun olduğunun kolay kolay farkına varmaz. Böyle birçok insan, başkalarına duydukları ihtiyaçları, bireylere ya da genelde insanlığa yönelik sevgiye olan doğal bir yatkınlık sanırlar. Böyle bir yanılsamayı sürdürüp savunmanın zorlayıcı bir nedeni vardır. Bu yanılsamadan vazgeçmek, insanlara yönelik temel bir düşmanlık beslemeyle, buna karşın aynı zamanda onların sevecenliğini istemek arasındaki ikilemi su yüzüne çıkarmak anlamına gelecekti. Bir insan, hem bir başkasını küçümseyip, ona güvenmeyip, onun mutluluğunu ya da bağımsızlığını yok etmeyi arzulayıp, hem de aynı zamanda onun sevecenliğini, yardımını ya da desteğini kazanmayı arzulayamaz. Gerçekte uzlaşmaz olan bu iki amaca ulaşmak için birey, düşmanca yatkınlığı kesinlikle farkına varma eşiğinden uzak tutmak zorundadır. Başka bir deyişle doğal düşkünlükle

ihtiyaç arasındaki anlaşılır bir karışıklığın sonucu olmasına karşın sevgi yanılsaması, sevecenlik arayışını olası kılmak gibi kesin bir işleve sahiptir.

Nevrotik bireyin, sevecenlik açlığını doyurma konusunda karşılaştığı bir başka temel zorluk daha vardır. İstediği sevecenliği kazanmayı, en azından geçici bir süre için başarmış bile olsa, bunu gerçekten kabul etme yetisinden yoksundur. Ona sunulan sevecenliği sevinçle karşılaması, susuz bir insanın suyun üstüne atlayışı gibi hevesli olması beklenir. Aslında bu olur da ama ancak geçici bir süre için. Her doktor, nezaketin ve ilginin etkisini bilir. Hastaya bir klinik ilgisi göstermenin, onu baştan aşağı muayene etmenin dışında hiçbir şey yapılmamış bile olsa, bütün fiziksel ve ruhsal sorunlar birdenbire ortadan kalkabilir. Bir durum nevrozu, ağır bir nevroz bile olsa, kişi sevildiğine inandığı zaman hepten ortadan kalkabilir. Elizabeth Barrett Browning buna ilişkin ünlü bir örnektir. Kişilik nevrozlarında bile bu tür bir ilgi, ister sevgi, ister tıbbi bakım olsun, kaygıyı dindirmeye ve durumu düzeltmeye yeterli olabilir.

Herhangi türden bir sevecenlik ona yüzeysel bir güvence ya da bir mutluluk duygusu bile verebilir, ancak bu, derinlerde yatan inançsızlığa toslar ya da güvensizlik ve korku yaratır. O, buna inanmaz, çünkü inatla belki de hiç kimsenin kendisini sevemeyeceğine inanmaktadır. Ve sık sık bu sevilemez olma duygusu, tersini gösteren gerçek deneyimlerin sarsamadığı bilinçli bir inanç yapısını taşır. Bu sevilemez olma duygusu gerçekten de öylesine tartışma götürmez bir gerçek olarak kabul edilebilir ki, bu hiç bir zaman bilinç düzeyinde bireyin canını sıkmaz, ama dile getirilmediği zaman bile sanki her zaman bilinçli olan bir inanç kadar sarsılmaz olur. Ayrıca bu duygu, genellikle gururun yönettiği bir "boş ver" tutumuyla gizlenebilir ve bu durumda bunu ortaya çıkarma konusunda zorluk çıkarmaya yatkın olur. Sevilemez olma inancıyla sevme yetisinden yoksun olma arasında yakın bir akrabalık vardır; aslında bu, söz konusu yeti yokluğunun bilince yansımasıdır. Başkalarına gerçekten düşkün olan bir insan, onların da kendisine düşkün olabileceği konusunda kuşku duymayacaktır.

Eğer kaygı gerçekten derinse, sunulan her sevecenlik kuşku-

ya tozlar ve birey anında bunun kötü niyetlerle önerildiğini düşünür. Örneğin psikanalizde bu tür hastalar, analistin kendilerine sadece kendi hırsı uğruna yardım etmek istediğine ya da sadece tedavi amacıyla benimseyici ya da yüreklendirici sözler söylediğine inanırlar. Bir bayan hastam, coşkusal bir alt - üst oluş yaşadığı bir dönemde, hafta sonu boyunca onu görmeyi önermemi açık bir küçük düşürülme olarak değerlendirdi. Gösterişçi bir yoldan sunulan bir sevecenlik anında bir hakaret olarak algılanır. Çekici bir kız nevrotik bir erkeğe açıktan açığa sevecenlik gösterecek olursa, erkek bunu bir dalga geçme olarak ya da hatta amaçlı bir kışkırtma olarak değerlendirebilir, çünkü kızın gerçekten de ona düşkün olabileceği onun düşünemeyeceği bir şeydir.

Böyle bir insana sunulan sevecenlik kuşkuya toslayabilmesinin yanı sıra açık bir kaygı da yaratabilir. Sanki karşısındakinin sevecenliğine teslim olmak, bir örümcek ağına yakalanmış olmak anlamına geliyormuş ya da sanki sevecenliğe inanmak yamyamlar arasında yaşarken gafil avlanmak anlamına geliyormuş gibi. Nevrotik bir insan, ona gereken bir sevecenliğin sunulduğunu algılama düzeyine yaklaştığı zaman büyük bir dehşet duygusu yaşayabilir.

Son olarak, sevecenlik kanıtının katı bir bağımlılık korkusu yaratabileceğini söylemek gerek. Kısaca göreceğimiz gibi coşkusal bağımlılık, başkalarının sevecenliği olmaksızın yaşayamayacak olan herkes için gerçek bir tehlikedir ve buna uzaktan benzerlik gösteren her şey buna karşı umutsuz bir savaş başlatır. Böyle bir insanın, kendi içindeki herhangi türden bir olumlu coşkusal tepkiden (karşılıktan) ne pahasına olursa olsun kaçınması gerekir, çünkü böyle bir tepki anında bağımlılık tehlikesini gündeme getirir. Bundan kaçınmak için, sevecenliğin her kanıtını göz ardı etmeyi şöyle ya da böyle başararak ve kendi duyguları içinde başkalarının kaba, ilgisiz ya da kötü olduklarında ısrar ederek, onların incelikli ve yardımsever insanlar olduklarının algılanmasına karşı kendini köreltmesi gerekir. Bu yolla yaratılan durum, açlıktan ölmek üzere olan, yine de zehirli olabilir korkusuyla bir şey yemeyi göze alamayan bir insanın durumuna benzer.

O zaman kısaca, temel kaygı tarafından sürüklenen ve sonuçta bir korunma aracı olarak sevecenliğin peşine düşen bir insan için, bu kadar istenen sevecenliği kazanma şansı istenir olmaktan öte bir şey değildir. İhtiyacı yaratan ortamın kendisi, dönüp bir ihtiyacın doyumuna engel olur.

Yedinci Bölüm

NEVROTİK SEVECENLİK İHTİYACININ DİĞER TİPİK ÖZELLİKLERİ

ÇOĞUMUZ hoşlanılmayı arzular, hoşlanılıyor olma duygusunu sevinçle karşılarız, bundan haz duyar ve hoşlanılmıyorsak buna içerleriz. Daha önce de değindiğim gibi bir çocuk için isteniyor olma duygusu, uyumlu gelişimi açısından hayati bir önem taşır. Peki nevrotik olarak değerlendirilebilecek olan bir sevecenlik ihtiyacın tipik özellikleri nelerdir?

Bana göre, bu ihtiyacı isteğe bağlı olarak çocuksu diye adlandıranlar çocukları yanlış anlamakla kalmaz, nevrotik sevecenlik ihtiyacını yaratan temel etkenlerin çocuklukla hiçbir alıp veremeyeceği olmadığı gerçeğini de unutmuş olurlar. Çocuksu ve nevrotik sevecenlik ihtiyaçları tek bir ortak özelliğe sahiptir –çaresizlik– kaldı ki bu da iki durumda farklı bir temele sahiptir. Bunun da ötesinde, nevrotik ihtiyaçlar oldukça farklı ön koşullar altında gelişir. Tekrarlamak gerekirse bunlar şöyle sıralanabilir: Kaygı, sevilemez olma duygusu, sevecenliğe inanma yetisinden yoksunluk ve herkese yönelik bir düşmanlık.

O zaman nevrotik sevecenlik ihtiyacında dikkatimizi çeken ilk tipik özellik, bunun zorlanımlı yapısıdır. Bir insan ne zaman güçlü bir kaygı tarafından sürüklense, sonuç zorunlu olarak bir kendiliğindenlik ve esneklik kaybıdır. Basit terimlerle bu, bir nevrotik için sevecenlik kazanmanın bir lüks değil, temel olarak bir ek güç ve haz kaynağı değil, hayati bir zorunluluk olduğu anlamına gelmektedir. Aradaki fark, "sevilmeyi arzuluyor ve bundan haz duyuyorum"la, "ne pahasına olursa olsun sevilmeliyim" arasındaki; ya da iştahlı olduğu için yiyen, yediğinden haz duyabilen ve bu konuda ayırdedici ve seçici olan bir insanla, açlıktan ölmek üzere olan, ne olduğuna bakmaksızın elde edebildiği şeyi yemesi ve bunun bedeli ne olursa olsun ödemesi

gereken bir başka insan arasındaki farktır.

Bu tutum zorunlu olarak, hoşlanılıyor olmanın gerçek öneminin gözde büyütülmesine yol açar. Gerçekte genelde insanların bizden hoşlanmaları o kadar da önemli değildir. Aslında sadece bazı insanların –sevdiğimiz, birlikte yaşamak ya da çalışmak zorunda olduğumuz ya da iyi bir izlenim bırakmanın yararlı olduğuna inandığımız insanların– bizden hoşlanmaları önemli olabilir. Bu tür bireylerin ötesinde başkalarının bizden hoşlanıp hoşlanmadığı açıkça ilgisiz bir konudur.[1] Buna karşın nevrotik bireyler, sanki varlıkları, mutlulukları ve güvenlikleri hoşlanılıyor olmaya bağlıymış gibi bir duygu taşır ve bu şekilde davranırlar.

Nevrotik bireylerin istekleri, berberde ya da bir partide karşılaştıkları bir yabancıdan, meslektaşlarına ve arkadaşlarına, ya da tüm kadınlara veya tüm erkeklere dek ayrım gözetmeksizin herkese bağlanabilir. Bu nedenle bir selam, bir telefon ya da davet, eğer az çok dostça bir içerik taşıyorsa, nevrotiğin ruhsal durumunu ve yaşama ilişkin görüşlerinin tamamını değiştirebilir. Bu bağlamda bir soruna değinmem gerekiyor: hafif bir tedirginlikten bitkinliğe, keskin bir yalnızlık korkusuna dek değişen bir yalnız kalma yetisinden yoksunluk. Burada şöyle ya da böyle boş olan ve kendi kendilerine arkadaşlık etmekten kolayca usanan kişilerden değil, zeki ve becerikli olan ve başka türlü birçok şeyden kendi başlarına zevk alabilen insanlardan söz ediyorum. Örneğin, ancak çevrelerinde birileri olduğu sürece çalışabilen ve yalnız çalışmak zorunda oldukları zaman tedirgin ve mutsuz olan bireylere sık sık rastlanır. Bir başka insanın arkadaşlığına duyulan bu ihtiyaç başka etkenler de içerebilir, ancak genel tablo bir kaygı, bir sevecenlik ihtiyacı ya da daha kesin olarak, bir insan teması gereksinimidir. Bu insanlar evrende kimsesiz, umutsuzca sürükleniyorlarmış gibi bir duygu beslerler ve her insan teması onlar için bir rahatlama olur. Bazen bir deney ortamında olduğu gibi, yalnız kalma yetisinden yoksun-

1 Popüler olmanın rekabetçi amaçlardan birisi durumuna geldiği ve böylece öteki ülkelerde sahip olmadığı bir önem kazandığı ölçüde kültürel bir etkenin devreye girdiği Amerika'da böyle bir görüş itirazla karşılanabilir.

lukla kaygı artışının nasıl atbaşı gittiği gözlenebilir. Bazı hastalar, kendilerini çevreledikleri koruyucu duvarların arkasına gizlendikleri sürece yalnız kalma yetilerini korurlar. Ama koruyucu araçları psikanaliz tarafından etkili bir yoldan irdelenir irdelenmez, kaygı alevlenir ve hastalar birden bire, artık yalnızlığa dayanma yetisinden kendilerini yoksun bulurlar. Bu, analizin akışı boyunca hastanın durumunda görülen ve kaçınılmaz olan geçici kötüleşmelerden birisidir.

Nevrotik sevecenlik ihtiyacı tek bir insan -koca, karı, doktor, arkadaş- üzerinde odaklaşmış olabilir, Eğer durum buysa karşıdaki insanın hayranlığı, ilgisi, dostluğu ve varlığı olağandışı bir önem kazanacaktır. Ne var ki bu önem çelişik bir yapıya sahiptir. Nevrotik, bir yandan karşısındakinin ilgisini ve varlığını arar, hoşlanılmıyor olmaktan korkar ve eğer söz konusu kişi yakınlarda bir yerde değilse ihmal edildiğine inanır; öte yandan da o taptığı kişiyle birlikteyken hiç de mutlu değildir. Bir gün bu çelişkinin bilincine varacak olursa, genellikle duyacağı şey şaşkınlık olacaktır. Ama söylediklerim temelinde, karşıdakinin varlığına duyulan arzunun, gerçek bir düşüklüğün değil, sadece söz konusu kişinin elde edilebilir olması gerçeğinin sağladığı güvenceye duyulan ihtiyacın bir belirtisi olduğu açıktır. (Elbette gerçek bir düşkünlükle bir sevecenliği güvence altına alma ihtiyacı birlikte varolabilir, ancak bu ikisinin mutlaka çakışması gerekmez.)

Sevecenlik özlemi belli insan gruplarıyla, belki de politika ya da dini bir grup gibi ortak ilgilere sahip bir toplulukla, ya da cinslerden birisiyle sınırlandırılabilir. Güvence ihtiyacını karşı cinsle sınırlandırmışsa, durum yüzeyde "normal" gözükebilir ve söz konusu kişilerce de genellikle "normal" olduğu savunulacaktır. Örneğin çevrelerinde bir erkek olmadığı zaman kendilerini perişan ve tedirgin hisseden kadınlar vardır; bu kadınlar bir gönül ilişkisine girerler, kısa bir süre sonra kestirip atarlar, yeniden kendilerini kaygılı ve perişan hissederler, bir başka gönül ilişkisine başlarlar; ve bu böylece sürüp gider. Bunun, erkeklerle ilişki kurmaya yönelik içten bir özlem olmadığı, ilişkilerin çatışkılı ve doyumsuz olması gerçeği tarafından gözler önüne serilir.

Bu kadınlar daha çok, ayrım gözetmeksizin herhangi bir erkeği seçerler; istedikleri tek şey yanlarında bir erkeğin bulunmasıdır ve bu erkeklerin hiç birisine düşkün değillerdir. Kaldı ki kural olarak fiziksel doyum bile bulamazlar. Elbeltte gerçek tablonun tamamı daha karmaşıktır; burada tablonun yalnızca kaygının ve sevecenlik ihtiyacının rol oynadığı bölümü üzerinde duruyorum.[1]

Bu davranış biçimi erkeklerde de bulunabilir; bu durumda her kadın tarafından hoşlanılmaya yönelik bir zorlanıma sahip olacaklar ve başka erkeklerin varlığından rahatsız olacaklardır.

Eğer sevencenlik ihtiyacı aynı cins üzerinde yoğunlaşırsa bu, gizli ya da açık eşcinsellikteki belirleyici etkenlerden birisi olabilir. Eğer karşı cinse giden yol çok aşırı bir kaygı tarafından tıkanmışsa, sevecenlik ihtiyacı aynı cinse yöneltilmiş olabilir. Bu kaygının açık olması gerekmediğini, karşı cinsle ilgili bir tiksinti duygusuyla ya da ilgisizlikle gizlenmiş olabileceğini söylemek gereksiz.

Sevecenlik kazanmak hayati bir önem taşıdığı için bundan, nevrotik bireyin ne pahasına olursa olsun bunun bedelini çoğunlukla yaptığının farkında olmaksızın ödeyeceği sonucu çıkar. Bu bedeli ödemenin en yaygın yolları bir uysallık tutumu ve coşkusal bir bağımlılıktır. Uysallık tutumu, karşısıdaki insana bir konuda karşı çıkmaya ya da onu eleştirmeye cesaret edememe biçimini, tapınma, beğeni ve söz dinlerlik biçimini alabilir. Eğer bu tipten insanlar eleştirel olma ya da aşağılayıcı sözler söyleme konusunda kendilerini bırakırlarsa, bu sözler zararsız bile olsa kaygı duyarlar. Uysallık tutumu o kadar ileri gidebilir ki, mevrotik birey sadece saldırganlık dürtülerini değil, bütün kendini ortaya koyma edimlerini de söndürür, başkalarının kendisini kullanmalarına göz yumar ve ne kadar yaralayıcı olursa olsun, her türlü özveride bulunur. Özverisi, örneğin bir şeker hastası olma arzusu olarak belirebilir, çünkü sevecenliğini arzuladığı kişi şeker hastalığı alanında bir araştırma yapmakta-

1 Karen Horney, "The Overevaluation of Love, A Study of a Common Present-Day Feminine Type, **"Psychoanalytic Quarterly,** Vol. 3 (1934), sf. 605-638 (Ç.N. bkz. Horney, **Kadın Psikilojisi,** "Sevginin Gözde Büyütülmesi: Günümüz Yaygın bir Kadın Tipi Üzerine bir Çalışma," sf. 191-224).

dır, bu arzu, söz konusu hastalığa yakalanmakla belki de karşıdaki insanın ilgisini kazanabileceği anlamına gelir.

Uysallık tutumuna yakın bir benzerlik gösteren ve bununla içiçe geçen bir şey de, nevrotik bireyin, koruma vaadinde bulunun bir insana tutunma ihtiyacından kaynaklanan coşkusal bağımlılıktır. Bu bağımlılık sonsuz acılara neden olabileceği gibi bütünüyle yıkıcı da olabilir. Örneğin, bir isanın, ilişkinin dayanılır gibi olmadığının tam anlamıyla farkında olmasına karşın, karşıdaki kişiye çaresizlik içinde bağımlı duruma geldiği ilişkiler vardır. Sanki güzel bir söz duymazsa, ona gülümsenmezse dünya yerle bir olacakmış gibi bir duygu taşır, telefon beklediği sırada bir kaygı nöbeti geçirebilir ve karşısındaki insanın onu görmesi engellenirse kendini bütünüyle zavallı, perişan hisseder. Ama ilişkiden kendini kurtarma yetisinden de yoksundur.

Coşkusal bir bağımlılığın yapısı genellikle daha karmaşıktır. Bir insanın bir başkasına bağımlı duruma geldiği ilişkilerde değişmez olarak büyük bir içerleme vardır. Bağımlı birey köleleştirilmiş olmaya içerler; boyun eğmek zorunda olmaya içerler, ama karşısındakini yitirme korkusuyla varolan tutumunu sürdürür. Durumu yaratan şeyin kendi kaygısı olduğunu bilmediğinden, içinde bulunduğu teslimiyetçiliği yaratan şeyin karşısındaki insanın zorlayıcılığı olduğuna kolayca inanacaktır. Böyle bir temelde gelişen içerlemenin bastırılması gerekir, çünkü karşısındaki insanın sevecenliğine acı bir ihtiyaç duyulur ve karşılık olarak bu bastırma , bir kaygı, bunu izleyen bir güvence ihtiyacı ve söz konusu kişiye tutunmaya yönelik pekişmiş bir dürtü yaratır. Bu nedenle bazı nevrotik kişilerde coşkusal bağımlılık, yaşamlarının yıkıldığı yolunda çok gerçekçi, hatta haklı bir korku yaratır. Bu korku çok büyük olduğu zaman bu kişiler, hiç kimseye bağlanmayarak bu bağımlılığa karşı korunmaya çalışabilirler.

Bazen bağımlılığa yönelik tutum da aynı insanda farklılık gösterir. Birey bu türden bir ya da birkaç acı dolu deneyim yaşadıktan sonra, bağımlılığa küçük bir berzerlik gösteren her şeye karşı körü körüne bir savaş açabilir. Örneğin, hepsi de karşısındaki erkeğe umutsuzca bağlanmasıyla sonuçlanan birkaç sevgi

ilişkisi yaşayan bir kız, kendi duygularını katmaksızın sadece erkekleri kendi denetimi altında tutmayı isteyerek bütün erkeklere karşı coşkusal yalıtından oluşan bir tutum gelişmiştir.

Bu süreçler ayrıca hastanın psikanaliz sırasındaki tutumu içinde de açıkça görülür. Görüşme saatlerini sorunlarının anlaşılması için değerlendirmek onun yararınadır, ama hasta analisti hoş tutmaya ve ilgisini ya da onayını kazanmaya çalışarak sık sık kendi çıkarını gözardı edecektir. Daha hızlı ilerleme istemesi için geçerli nedenleri olsa bile -çünkü acı çekmekte ya da analiz için özveride bulunmaktadır ya da psikanaliz için sadece sınırlı bir zamanı vardır- bu etkenler ona bazen bütünüyle konu dışı gibi gözükebilir. Analistten sadece onaylayıcı bir tepki koparabilmek için bile hasta, saatlerce uzun uzadıya hikayeler anlatacak ya da analist için her saati ilginç yapmaya, eğlendirici olmaya, ona yönelik beğeni sergilemeye çalışacaktır. Bu o kadar ileri gidebilir ki, hastanın çağrışımları ya da rüyaları bile, analistin ilgisini kazanma arzusu tarafından belirlenir. Ya da, analistin sevgisinden başka hiçbir şeye aldırmadığına inananak ve onu duygusunun içtenliğiyle etkilemeye çalışarak analiste delice bir sevgi duyabilir. Her analistin bir insan değerler modeli olduğu, her bireysel hastanın kişisel beklentilerine kusursuzluk derecesinde uyduğu kabul edilmediği sürece, ayrım gözetmeme etkeni burada da açıktır. Elbette analist, hastanın başka türlü de sevebileceği bir insan olabilir ama bu bile analistin hasta için kazandığı çoşkusal önemin derecesini açıklamaz.

İnsanların "aktarım"dan söz ederken, genellikle düşündükleri şey de işte bu olduğudur. Yine de bu terim pek doğru değil, çünkü aktarım, sadece coşkusal bağımlılığı değil, hastanın analiste yönelik bütün usdışı tepkilerinin toplamını kapsamalıdır. Burada bizi ilgilendiren sorun, bu bağımlılığın neden psikanalizde başgösterdiğinden çok- çünkü böyle bir korunma ihtiyacı olan insan herhangi bir doktora, sosyal hizmet uzmanına, arkadaşa, ailenin bir üyesine tutunacaktır- neden özellikle güçlü olduğu ve neden böylesine sık olarak görüldüğüdür. Yanıt oldukça basittir: analiz etmek, öteki şeylerin arasında, kaygıya karşı oluşturulan savunmaları bir bir kaldırmak ve böylece koruyucu

duvarların arkasında pusuda bekleyen kaygıyı ayağa kaldırmak demektir. Hastanın şu ya da bu yolla çözümcüye tutunmasına yol açan şey de işte bu kaygı artışıdır.

Yine burada da çocuğun sevecenlik ihtiyacından farklı olan bir şey buluruz: çocuk, yetişkinden daha çok sevecenliğe ya da yardıma ihtiyaç duyar, çünkü daha çaresizdir, ama tutumunda zorlanımlı etkenler bulunmaz. Sadece zaten kaygılı olan bir çocuk annesinin eteklerine yapışacaktır.

Nevrotik sevecenlik ihtiyacının ikinci bir tipik özelliği de, yine çocuğun ihtiyacından bütünüyle farklı olarak, bunun doyumsuz yapısıdır. Bir çocuğun da sızlanabileceği, aşırı ilgi ve seviliyor olduğuna ilişkin sonsuz kanıtlar isteyebileceği doğrudur, ama bu durumda o nevrotik bir çocuktur. Yakınlık ve güvenilirlik atmosferinde yetişen sağlıklı bir çocuk istendiğinden emin olur, bunun durmadan kanıtlanmasını beklemez ve o an için ihtiyaç duyduğu yardımı alırsa bundan hoşnut olur.

Nevrotik bireyin doymak bilmezliği, yeme içme, satın alma, vitrin bakma, sabırsızlık konularında da görülen genel bir kişilik özelliği olarak açgözlülükte belirebilir. Açgözlülük çoğu kez bastırılabilir, ama örneğin elbise alma konusunda genellikle alçakgönüllü olan bir insanın bir kaygı nöbeti sırasında dört takım yeni elbise satın alması gibi, birden bire ortaya çıkabilir. Bu, daha hoş gözüken bir otlakçılık biçiminde, ya da daha saldırganca bir ahtapotsu davranış biçiminde ortaya çıkabilir.

Olanca çeşitleriyle ve sonuçtaki ketlemeleriyle açgözüllük tutumu, bir "oral" tutum olarak adlandırılmış[1] ve bu şekliyle psitanalitik yazın alanında çok iyi tanımlanmıştır. Bu terminolojinin altında yatan kuramsal öngörüşlerin, son günlere dek yalıtılmış olan eğilimlerin sendromlar olarak birleştirilmesine izin verdiği ölçüde değerli olmasına karşın, bütün bu eğilimlerin oral (ağızsal) duyumlardan ve arzulardan kaynaklandığı görüşü kuşkuludur. Bu görüş, açgözlülüğün sık sık, yiyecek isteklerinde ve yeme-içme biçimlerinde olduğu kadar, örneğin yamyamlık rüyalarında olduğu gibi aynı edimleri daha ilkel bir yoldan dile

1 Karl Abraham, "Entwichlungsgeschichte der Libido," **Neue Arbeiten zur aerztlichen Psychoanalyse,** Heft 2 (1934).

getirebilen rüyalarda da anlatım bulabileceği yolundaki geçerli gözlemlere dayanmaktadır. Ne var ki bu olgular, burada köken ve asal olarak oral arzularla karşı karşıya olduğumuzu kanıtlamaz. Dolayısıyla tıpkı rüyalarda yeme ediminin doymak bilmez arzuları dile getirmenin en ilkel simgesi olması gibi, kural olarak yeme ediminin sadece, kaynağı ne olursa olsun açgözlülük duygusunu doyurmanın en kolay yolu olduğu varsayımı daha inandırıcı gözükmektedir.

"Oral" arzuların ya da tutumların libidinal bir yapıda oldukları varsayımının daha nesnel bir temele oturtulması gerekir. Bir açgözlülük tutumunun, cinsel alanda, cinsel açıdan varolan doymak bilmezlikte olduğu kadar cinsel birleşmeyi yutmayla ya da ısırmayla özdeşleştiren rüyalarda da ortaya çıkabileceğine kuşku yok. Ama bu, parayla ya da elbiselerle ilgili bir sahip olma tutkusunda ya da hırs ve saygınlık arayışında da görülür. Libidinal varsayım lehine söylenebilecek tek şey, açgözlülüğün tutkulu yoğunlununun, cinsel itkilerin yoğunluğuna olan benzerliğidir. Ne var ki her tutkulu itkinin libidinal olduğu kabul edilmediği sürece geriye, bu haliyle açgözlülüğün cinsel-öğrensel evre öncesi- bir itki olduğunu kanıtlama zorunluluğu kalıyor.

Açgözlülük sorunu karmaşık ve henüz çözülmemiş bir sorundur. Zorlanımlılık gibi bunun arkasındaki itici güç de kesinlikle kaygıdır. Açgözlülüğün kaygı tarafından koşullandırıldığı gerçeği, ki sık sık durum budur, örneğin aşırı ölçülere varan mastürbasyon ya da aşırı yeme içme ediminde oldukça açık olabilir. İkisi arasındaki ilişki ayrıca, kişi şu ya da bu yolla- seviliyor olma duygusu, başarılı olma, yapıcı çalışma yürütme-kendini güvende hissettiği an, açgözlülüğün de azalabileceği ya da ortadan kalkabileceği gerçeği tarafından da kanıtlanabilir. Örneğin çok seviliyor olma duygusu satın almaya yönelik zorlanımlı bir arzunun gücünü birden bire azaltabilir. Her akşam yemeğini saklama ihtiyacı duymadan açgözlülükle bekleyen bir kız, büyük ölçüde haz duyduğu bir uğraş olan desinatörlüğe başladığı an, açlığını ve yemek zamanını hepten unutuyordu. Öte yandan, düşmanlık ya da kaygı yükselir yükselmez açgözlülük başgösterebilir ya da pekişebilir; bir insan, korkulan bir etkinlikten önce

alışverişe gitmeye zorlandığını ya da reddedilmiş olma duygusuna kapıldıktan sonra açgözlüce yemeye zorlandığını hissedebilir.

Ne var ki kaygılı olan ama yine de açgözlülük geliştirmeyen birçok insan vardır, bu, konunun içerdiği daha başka özel etkenleri varolduğunu gösteren bir gerçektir. Bütün bu etkenler için oldukça yüksek bir eminlik derecesiyle söylenebilecek tek şey, açgözlü kişilerin, kendilerine ait herhangi bir şey yaratma konusundaki kendi yetilerine güvenmedikleri ve bu nedenle ihtiyaçlarının doyurulması için dış dünyaya güvenmek zorunda olduklarıdır; ama hiç kimsenin kendilerine hiçbir şey vermek istemediğini inanırlar. Doymak bilmez bir sevecenlik ihtiyacı bulunan nevrotik bireyler, zamandan ya da paradan özveriler, belli durumlarda öneri, zor anlarda gerçek yardım, armağanlar, bilgi, cinsel doyum gibi nesnel şeyler bağlamında da genellikle aynı açgözlülüğü sergilerler. Bazı durumlarda bu arzular, sevecenlik özleminin, belli yararların ya da çıkarların zor yoluyla elde edilmesi için bir örtü olmaktan öte bir şey olmadığı izlenimi edinir.

Bu gözlemler, genelde nesnel şeylere yönelik açgözlülüğün temel bir olgu olup olmadığı ve sevecenlik ihtiyacının da bu amaca ulaşmanın yollarından birisi olup olmadığı sorusunu düşündürmektedir. Bu soru için genel bir yanıt yoktur. Daha sonra da göreceğimiz gibi mal mülk edinme arayışı kaygıya karşı oluşturulan temel savunmalardan birisidir. Ama deneyimler ayrıca, bazı olaylarda ağır basan koruyucu araç olmasına karşın, sevecenlik ihtiyacının, yüzeyde gözükmeyecek kadar derinlemesine bastırılabileceğini göstermiştir. Bu durumda nesnel şeylere yönelik açgözlülük kalıcı ya da geçici olarak sevecenlik ihtiyacının yerini alabilir.

Sevecenliğin rolüne ilişkin bu soru bağlamında üç nevrotik tip kabaca birbirinden ayrılabilir. İlk grupta, hangi kılıkta gözükürse gözüksün ve hangi yöntemlerle elde edilirse edilsin, kişilerin sevecenlik özlem içektikleri kuşku götürmeyecek kadar açıktır.

İkinci gruptaki nevrotikler de sevecenlik elde etmeye çalışırlar, ama eğer bir ilişkide bunu başaramazlarsa -ve kural olarak mutlaka başarısız olacaklardır- zaman yitirmeksizin bir başka insandan sevecenlik görmeye çalışmak yerine insanlardan hepten uzaklaşırlar. Kendilerini bir insana bağlamak yerine, zorlanımlı bir biçimde, insan olmayan şeylere bağlanırlar ve yemek ya da satın olmak veya okumak ya da genel anlamda konuşulursa bir şeyler almak zorunda kalırlar. Böyle bir değişme bazen, garip biçimler alabilir. Örneğin bazı insanlar, ilişki içinde başarısızlığa uğradıktan sonra öylesine zorlanımlı bir biçimde yemeye başlarlar ki, kısa bir süre içinde ağırlıkları on-on iki kilo artar; yeni bir sevgi ilişkisine girdikleri zaman bu kiloları yeniden atarlar; ve eğer bu sevgi ilişkisi de başarısızlıkla sonuçlanırsa yeniden kilo alırlar. Bazen aynı davranış hastalarda da gözlenebilir; analistle yaşadıkları ani (akut) bir düşkırıklığından sonra öylesine zorlanımlı bir yeme nöbetine girerler ki, güç bela tanınabilecek kadar çok kilo alırlar ve ilişkiler düzene girdikten sonra fazla kilolarını atarlar. Yiyecek konusundaki bu tür bir açgözlülük ayrıca bastırılabilir ve o zaman bu, iştah kaybında ya da şu veya bu türden işlevsel mide rahatsızlıklarında kendisini dışavurabilir. Bu guruptaki kişisel ilişkiler, ilk gruptakilerden daha derinlemesine bozulmuştur. Bu guruptakiler de sevecenliği arzular ve buna ulaşmaya çalışma cerasetini gösterirler, ama yaşanan herhangi bir düşkırıklığı, onları insanlara bağlayan ipin kopmasına neden olabilir.

Üçüncü gruptaki insanlar öylesine ağır bir şekilde ve öylesine erken bir dönemde ezilmişlerdir ki, bilinçli tutumları sevecenlik konusunda derin bir inançsızlığa dönüşmüştür. Kaygıları öylesine derindir ki, eğer açık bir zarar görmemişlerse bundan hoşnut olurlar. Sevecenliğe yönelik inançsız, küçümseyici bir tutum kazanabilir ve nesnel yardımla, dayanışmayla, cinsellikle ilgili nesnel arzuların doyurulmasını tercih ederler. Ancak kaygılarının büyük bir bölümü giderildikten sonradır ki sevecenliği arzulayabilecek ve benimseyebilecek bir duruma gelirler.

Bu üç grubun farklı tutumları şöylece özetlenebilir: sevecenlik bağlamında doyumsuzluk; genel açgözlülükle dönüşümlü

olarak devreye giren sevecenlik ihtiyacı; açık bir sevecenlik ihtiyacı yokluğu, buna karşın genel bir açgözlülük. Bu üç gruptan her birisi hem kaygıda hem de düşmanlıkta bir artış gösterir,.

Tartışmamızın ana çizgisine dönecek olursak, sevecenlikle ilgili açgözlülüğün kendini dışavurmasının özel yollarına ilişkin soruyu ele almamız gerekir. Temel belirtiler kıskançlık ve koşulsuz sevgi istekleridir.

Birisinin sevgisini kaybetme tehlikesine karşı uygun bir tepki olabilecek normal bireyin kıskançlığından farklı olarak nevrotik kıskançlık, tehlikeyle kesin bir orantısızlık gösterir. Bu kıskançlığı güdülendiren şey, karşıdaki insan üzerindeki sahipliği ya da onun sevgisini yitirme yolundaki sabit bir korkudur; sonuçta karşıdaki bireyin sahip olabileceği bir başka uğraş, ilgi, potansiyel bir tehlike olur. Kıskançlığın bu türü her insan ilişkisinde görülebilir: aile büyüklerinin tarafında, arkadaşlar edinmek ya da evlenmek isteyen çocuklarına yönelik, çocukların tarafında anne-babalarına yönelik, evlilik eşlerinin birbirlerine yönelik; herhangi bir sevgi ilişkisinde tarafların birbirlerine yönelik kıskançlıkları. Psikanalistle olan ilişkisi de bu kuralın dışına çıkmaz. Analizde bu, analistin bir başka hastayı görmesi ya da kaldı ki bir başka hastayı anması konusunda gösterilen yoğun bir duyarlılıkta görülebilir. Buradaki parola şudur: "Bana iyi davrandığını hissediyorum; yine de belki de başkalarına da eşit ölçüde davrandığın için bana gösterdiğin inceliğin hiç bir önemi yok." Başka insanlarla ya da uğraşlarla paylaşılması gereken sevecenlik anında tam bir değer kaybına uğrar.

Sık sık, orantısız kıskançlığın, çocukluk yıllarında yaşanan ve kardeşlere ya da anneye veya babayı yönelik olan kıskançlık tarafından koşullandırıldığı düşünülür. Sağlıklı çocuklar arasında görüldüğü kadarıyla kardeş rekabeti, örneğin yeni doğan bebeğe yönelik kıskançlık, çocuk o güne dek gördüğü sevgi ve sevecenliği yitirmediğinden emin olduğu an hiçbir iz bırakmadan silinip gider. Kendi deneyimlerine göre çocuklukta başlayan ve hiç bir zaman üstesinden gelinemeyen aşırı kırkançlığın nedeni, çocuktaki, yetişkin insanlarda bulunan ve yukarıda tanımlanan koşullara benzeyen nevrotik koşullardır. Çocukta zaten temel

kaygıdan kaynaklanan doyumsuz bir sevecenlik ihtiyacı oluşmuştur. Psikanalitik yazın alanında çocuksu ve yetişkin kıskançlık tepkileri arasındaki ilişki sık sık, yetişkin kıskançlığının bir "tekrar" olarak adlandırılmasına varacak kadar belirsiz bir biçimde tanımlanmıştır. Eğer bu terim, yetişkin bir kadının kocasını kıskandığını, çünkü annesine karşı da buna eşdeğerde kıskançlık duyduğu anlamına geliyorsa bu, inandırıcı gözükmemektedir. Bir çocuğun anne-babasıyla ya da kardeşleriyle olan ilişkisinde bulduğumuz yoğunlaşmış kıskançlık, sonraki kıskançlığın nihai nedeni değildir, ancak her ikisi de aynı kaynaktan gelmektedir.

Sevecenliğe duyulan doyumsuz ihtiyacın belki de kıskançlıktan çok daha güçlü olan bir dışavurumu da koşulsuz sevgi arayışıdır. Bu isteğin bilinç düzeyinde en çok belirdiği biçim, "yaptığım şey için değil, olduğum şey için sevilmek isterim"dir. Bu noktaya kadar bu arzuyu sıradan olarak değerlendirebilirdik. Elbette kendimiz için (olduğumuz şey için) sevilme arzusu tek başına hiçbirimize yabancı değildir. Ne var ki koşulsuz sevgiye yönelik nevrotik arzu normalinden çok daha geniş kapsamlıdır ve aşırı biçimiyle doyurulması olanaksızdır. Açıkçası bu, hiç bir koşul ya da itiraz taşımayacak bir sevgi istediğidir.

Bu istek her şeyden önce, sevgiye yol açabilecek herhangi bir uyarıcı davranışta bulunmaksızın sevilme arzusunu içerir. Bu arzu güvenlik açısından zorunludur, çünkü nevrotik kişi gizliden gizliye, tepeden tırnağa düşmanlıkla ve aşırı isteklerle dolu olduğu gerçeğini kaybeder ve dolayısıyla bu düşmanlık açığa çıktığı takdirde karşısındaki insanın ondan uzaklaşabileceği ya da ona kızabileceği veya kin duyabileceği yolunda anlaşılır ve orantılı korkular besler. Böyle bir hasta, hoş bir insanı sevmenin çok kolay olduğu ve hiç bir anlam taşımadığı, sevginin, şu ya da bu türden istenmeyen davranışa dayanma yetisini kanıtlaması gerektiği görüşünü dile getirecektir. Bu durumda her eleştiri, sevginin geri alınması olarak algılanır. Analiz sürecinde hastanın kendi kişiliği içinde bir şeyleri değiştirmek zorunda kalabileceği yolundaki bir anıştırma, analizin amacının da bu olmasına karşın içerleme yaratabilir, çünkü bu türden bir anıştırmayı se-

vecenlik ihtiyacının engellenmesi olarak algılar.

Koşulsuz sevgiye yönelik nevrotik istek ikinci olarak, hiç bir karşılık vermeksizin sevilme arzusunu içerir. Bu arzu gereklidir, çünkü nevrotik birey, herhangi bir yakınlık duyma ya da sevecenlik gösterme yetisinden yoksun ve bunu yapmaya da gönülsüz olduğunu hisseder.

Bu istek üçüncü olarak, kendisi diğer insana hiçbir yarar, çıkar sağlamaksızın sevilme arzusunu içine alır. Bu arzu da gereklidir, çünkü karşıdaki insanın ortamdan aldığı ya da elde ettiği doyum veya çıkar söz konusudur. Nevrotik bireyin, söz konusu kişinin kendisinden sadece doyum ya da çıkar için hoşlandığı yolundaki kuşkularını körükler. Cinsel ilişkilerde bu tipe giren insanlar, karşıdaki insanın ilişkiden aldığı doyumu çekemeyeceklerdir çünkü sadece ilişkinin içerdiği doyum için sevildiklerine inanacaklardır. Analistin kendilerine yaptığı yardımı ya küçümsemeyecekler ya da gördükleri yardımı düşünceden kabul etmelerine karşın, bunun karşılığında bir minnet duygusu besleme yetisinden yoksun olacaklardır. Ya da durumlarında görülen düzelmeyi bir başka kaynağa, alınan bir ilaca ya da bir arkadaşın söylediği bir şeye bağlamaya eğilimli oacaklardır. Elbette ödemeleri gereken parayı da çok göreceklerdir. Ödenen paranın harcanan zaman, enerji ve kullanılan bilgi için bir bedel olduğunu düşüncede kavramış olsalar bile, coşkusal açıdan, terapi parasını ödemeyi analistin kendileriyle ilgilenmediğinin bir kanıtı olarak değerlendireceklerdir. Bu tür insanlar armağan verme konusunda da beceriksiz olmaya yatkındırlar, çünkü armağanlar onları, seviliyor olma konusunda kuşkuya düşürür.

Koşulsuz sevgi isteği son olarak, özverilerle sevilme arzusunu içerir. Ancak ve ancak karşıdaki insan nevrotik için her şeyini feda ederse, nevrotik de sevildiğinden gerçekten emin olabilir. Bu özveriler para ya da zamanla ilgili olabilir, ama ayrıca inançlarla ve kişisel bütünlükle de ilgili olabilir. Bu istek, örneğin, karşıdaki insanın, yıkım derecesinde de olsa kendisini desteklemesi gerektiği yolundaki bir beklentiyi içerir. Bazı anneler vardır ki, çocuklarından kör bir tapınma ve her türlü özveri bekleme konusunda haklı olduklarına oldukça safça bir inanç duyarlar,

çünkü "onları acıyla doğurmuşlardır." Diğer anneler koşulsuz sevgi arzularını bastırmışlardır, bu nedenle çocuklarına büyük ölçüde olumlu yardım ve destek sağlayabilecek durumdadırlar; ancak böyle bir anne çocuklarıyla olan ilişkisinden hiç bir zaman doyum almaz, çünkü az önce anılan örnekteki gibi, çocuklarının kendisini sadece onlara çok şey verdiği için sevdiklerine inanır ve bu verdiği her şeyi gizliden gizliye onlara çok görür.

Koşulsuz sevgi arayışı, insanların tamamına yönelik amansız ve acımasız bir düşüncesizliğin sonuçları içinde, nevrotik sevecenlik ihtiyacında gizli olan düşmanlığı her şeyden çok daha net bir açıklıkla gözler önüne serer.

Başkalarını son kertesine kadar kullanmaya bilinç düzeyinde kararlı olan normal vampir tipinin tersine nevrotik kişi, ne kadar katı olduğundan genellikle hepten habersizdir. Zorlayıcı taktik nedenlerden ötürü, beslediği isteklere ilişkin bilgiyi bilinç düzeyinden uzak tutmak zorundadır. Belki de hiç kimse açık sözlülükle şunu söylemeyecek: "Karşılığında hiçbir şey almaksızın kendini bana feda etmeni istiyorum." Nevrotik birey isteklerini, hasta olması ve bu nedenle özveriye ihtiyaç duyması gibi, haklı bir temele oturtma gerekliliğiyle karşı karşıyadır. Kendi isteklerini algılamayışının bir başka güçlü nedeni de, bir kez yerleştikten sonra bunlardan vazgeçmenin zor olması ve usdışı olduklarını kavramanında bunları bırakmaya yönelik ilk adım olmasıdır. Bu istekler, az önce anılan temellerin ötesinde, nevrotiğin, kendi kaynaklarına dayanarak yaşamayacağı, ihtiyaç duyduğu her şeyin kendisine verilmesi gerektiği, yaşamının sorumluluğunun tamamının kendine değil başkalarına ait olduğu yolundaki derin bir inanca kök salmıştır. Bu nedenle koşulsuz sevgi isteklerini bırakması, yaşama yönelik tutumunun tamamında bir değişme gerektirir.

Nevrotik sevecenlik ihtiyacının bütün tipik özelliklerindeki ortak nokta, nevrotik bireyin kendi çatışan eğilimlerinin, ihtiyaç duyduğu sevecenliğe giden yolu tıkadığı gerçeğidir. O halde onun, isteklerinin kısmen yerine getirilmesine ya da hepten rededilmesine yönelik tepkileri nelerdir?

Sekizinci Bölüm

SEVECENLİK KAZANMA YOLLARI VE REDEDİLMEYE KARŞI DUYARLILIK

BU tür nevrotik insanların sevecenliğe ne denli acı bir ihtiyaç duyduklarını, ama bunu kabul etmenin onlar için ne kadar zor olduğunu düşünürken, bu insanların, ılımlı coşkusal bir atmosferden olanca güçleriyle serpilip gelişeceklerini varsayabilirdik. Ama burada bir başka karmaşıklık devreye girer: bu insanlar aynı zamanda da, ne denli hafif olursa olsun, herhangi bir red dedilmeye ya da geri çevrilmeye karşı acı verici bir duyarlılık beslerler. Ve ılımlı bir atmosfer, bir açıdan güvence vermesine karşın bir geri çevrilme olarak algılanır.

Reddedilmeye yönelik duyarlılıklarının derecesini tanımlamak zordur. Buluşma saatindeki bir değişme, beklemek zorunda kalmak, gecikmesiz bir karşılık almayı başaramamak, görüşleriyle olan bir uyuşmazlık, arzularına uyulmaması, kısaca kendi arzularının kendi terimleriyle yerine getirilmesindeki bir aksaklık, bir geri çevrilme olarak algılanır. Geri çevrilme onları, besledikleri temel kaygının kucağına atmakla kalmaz, ayrıca küçük düşürülmeye eşdeğerde bir şey olarak da değerlendirilir. Bunun neden bir küçük düşürülme olarak algılandığını daha sonra açıklayacağım. Küçük düşürülmüş olma içeriğine sahip olduğu için bir geri çevrilme, açığa vurulabilecek korkunç bir öfke yaratır; örneğin okşamalarına karşılık vermeyince öfkelenip kendisini duvara çarpan bir kız vardı. Eğer bu tip insanlar bekletilirlerse bunu, dakik olmayı gerektirmeyecek kadar önemsiz birisi olarak değerlendiriliyor olma biçiminde yorumlarlar; ve bu, düşmanlık patlamalarını körükleyebilir ya da bütün duyguların tam bir geri çekilişiyle sonuçlanabilir ve böylece, birkaç dakika öncesinde buluşma konusunda hevesli olmuş olsalar bile şimdi artık soğuk ve tepkisiz olurlar.

Geri çevrilme duygusuyla sinirlilik duygusu arasındaki ilişki çoğu kez bilinçaltında kalır. Geri çevrilme, bilinçli ayrımsanma düzeyinden kaçabilecek kadar önemsiz olabildiği için, söz konusu ilişkinin bilinçsiz kalması çok daha kolaydır. Bu durumda bir insan nedenine ilişkin en küçük bir kuşku duymaksızın, tedirgin ya da nispetçi ve kinci olacak ya da yorgunluk duyacak veya ruh çöküntüsüne uğrayacak ya da başağrısı çekecektir. Dahası, düşmanca bir tepki sadece retedilmeye ya da reddedilme olarak algılanan şeye karşı değil, ayrıca reddedilme beklentisine karşı da başgösterebilir. Örneğin bir insan bir soruyu kızgın bir tavırla sorabilir, çünkü kendi kafasında reddedilmeyi zaten bekler bir havadadır. Kız arkadaşına çiçek göndermekten kaçınabilir, çünkü kızın armağanın altında kötü niyet sezeceğini düşünür. Aynı nedenden ötürü olumlu herhangi bir duyguyu bir düşkünlüğü, bir memnuniyeti, bir benimsemeyi dile getirmekten ölesiye korkar ve bu nedenle hem kendi gözünde hem de başkalarının gözünde gerçekten olduğundan daha soğuk ve katı kalpli gözükür. Ya da kadınlarla alay eder ve böylece beklenen bir reddedilmenin öcünü almış olur.

Eğer güçlü bir gelişme göstermişse, reddedilme korkusu, bir insanın, herhangi bir geri çevrilme olasılığıyla karşı karşıya gelmekten kaçınmasına yol açabilir. Bu kaçınma tutumu, sigara satın alırken yanında kibrit istemekten, bir iş istemeye dek uzanabilir. Olası bir reddedilmeden korkan insanlar, reddedilmeyeceklerinden kesinlikle emin olmadıkları sürece, hoşlandıkları bir erkeğe ya da kadına yaklaşmaktan kaçınacaklardır. Bu tipten erkekler genellikle, kızlardan bir dans istemek zorunda kalmaya içerlerler, çünkü kızın bunu sadece incelik gösterme uğruna kabul edebileceğinden korkarlar; ve bu bağlamda kadınların çok daha iyi bir durumda olduklarını, çünkü ilk adımı atmaları gerekmediğini düşünürler.

Başka bir deyişle geri çevrilme korkusu, ürkeklik grubuna giren bir dizi ağır ketlemeye yol açabilir. Ürkeklik, geri çevrilmeyle yüz yüze gelmeye karşı bir savunma olarak iş görür. Sanki bu tipin insanları kendi kendilerine şunları söylerler: "Nasıl olsa insanlar benden hoşlanmıyor, bu nedenle bir köşede kalmam ve

böylece kendimi olası bir reddedilmeye karşı korumam daha doğru olur. "Dolayısıyla geri çevrilme korkusu, sevecenlik arzusu için tehlikeli bir engeldir, çünkü bu, bir insanı, başkalarının onun ilgi görmek istediğini hissetmesine ya da bilmesine izin vermekten alıkoyar. Dahası, bir geri çevrilme duygusu tarafından körüklenen düşmanlık, kaygının canlı tutulmasına ya da pekiştirilmesine bile büyük ölçüde katkıda bulunur. Bu duygu, içinden çıkılması zor bir "kısır döngü"nün yaratılmasında önemli bir etkendir.

Nevrotik sevecenlik ihtiyacının çeşitli sonuçları tarafından oluşturulan bu kısır döngü tablosu kabaca şöyle çizilebilir: kaygı; tam ve koşulsuz sevgi isteklerini de içine alan aşırı sevecenlik ihtiyacı; bu istekler yerine getirilmediği zaman alevlenen bir geri çevrilme duygusu; geri çevrilmeye gösterilen yoğun düşmanlık tepkisi; sevecenliği yitirme korkusu nedeniyle düşmanlığı bastırma ihtiyacı; derin bir öfkenin gerilimi; artan kaygı; artan güvence ihtiyacı... Böylece, kaygıya karşı güvence kazanmaya yarayan aracın kendisi, karşılık olarak yeni bir düşmanlık ve yeni bir kaygı yaratır.

Bir kısır döngünün oluşumu sadece burada tartıştığımız bağlamda tipik bir oluşum değildir; genel anlamda konuşulursa bu, nevrozlardaki en önemli süreçlerden birisidir. Her koruyucu araç; güvence sağlayıcı özelliğine ek olarak, yeni bir kaygı yaratma özelliğine de sahip olabilir. Bir insan kaygısını dindirmek için alkola sığınabilir ve sonuçta içki içmenin de kendisine zarar vereceği korkusuna kapılabilir. Ya da kaygısını dindirmek için mastürbasyon yapabilir ve sonunda da masturbasyonun onu hasta düşürebeceğinden korkabilir. Ya da kaygısı nedeniyle tedavi görebilir ve hemen sonra bu tedavinin kendisine zarar vereceği yolunda bir tedirginliğe kapılabilir. Kısır döngülerin oluşumu, nevrozların, dış koşullarda hiç bir değişme olmasa bile giderek mutlaka daha çok ağırlaşmasının ana nedenidir. Olanca sonuçlarıyla birlikte kısır döngülerin su yüzüne çıkarılması, psikanalizin önemli görevlerinden birisidir. Nevrotik birey bunları kendi başına kavrayamaz. O, bunların sonuçlarını ancak, umutsuz bir kapana kısılmış olma duygusu olarak farkeder. Bu

tuzağa düşmüş olma duygusu, içinden çıkamayacağı sorunlara yönelik tepkisidir. Kurtuluş gibi gözüken her yol onu yeniden yeni tehkilerin kucağına atar.

Nevrotik bireyin kazanmaya kararlı olduğu sevecenliği elde etmesi için, bütün iç zorluklara karşın hangi yolların açık olduğuna ilişkin bir soru gündeme gelir. Gerçekten de çözülmesi gereken iki soru vardır: ilki, gerekli olan sevecenlik nasıl elde edilebilecek; ve ikincisi, bu isteği kendisine ve başkalarına karşı nasıl haklı çıkaracak? Çeşitli olası sevecenlik kazanma yollarını kabaca şöyle tanımlayabiliriz: bal çalma; acıma duygusu uyandırma; adalet duygusu uyandırma; ve son olarak tehdit etme. Elbette böyle bir sınıflandırma, ruhsal etkenlerdeki bu türden bütün sınıflandırmalar gibi, kesin bir gruplandırma değil, genel eğilimlere ilişkin sadece bir göstergedir. Bu değişik araçlardan birisinin varlığı ötekinin yokluğu anlamına gelmez. Kişilik yapısının tamamına olduğu kadar ortama ve düşmanlığın derecesine bağlı olarak bu araçlardan birkaçı aynı anda ya da dönüşümlü olarak uygulanabilir. Aslına bakılırsa, sevecenlik elde etmeye yönelik bu dört yöntemdeki diziliş sırası artan bir düşmanlık derecesini gösterir.

Bal çalma yoluyla sevecenlik elde etmeye kalkışan nevrotik bir insanın parolası şöyle tanımlanabilir: "Seni çok seviyorum; bu nedenle karşılık olarak senin de beni sevmen ve sevgim uğruna her şeyden vazgeçmen gerekir." Kültürümüzde bu tür taktiklerin, kadınlar tarafından erkeklerden daha sık kullanılması gerçeği kadınların içinde yaşadıkları koşulların bir sonucudur. Yüzyıllar boyunca sevgi, sadece kadının yaşamındaki özel yaşam alanı olmakla kalmamış, aslında arzuladığı şeye ulaşabileceği tek ana çıkış yolu olmuştur. Erkekler, bir yere varmak istedikleri takdirde bir şeyleri başarmak zorunda oldukları inancıyla yetiştirilirken, kadınlar, mutluluğa, güvenliğe ve saygınlığa sevgi yoluyla ve sadece sevgi yoluyla ulaşabileceklerini anlamışlardır. Kültürel konumlardaki bu farklılık, kadının ve erkeğin ruhsal gelişimi üzerinde çok önemli bir etki yapmıştır. Bu etkiyi şimdiki bağlamda tartışmak yersiz olacaktır; ama bunun sonuçlarından birisi, nevrozlarda bir strateji olarak sevgiye ka-

dınların erkeklerden daha sık başvuracaklarıdır. Aynı zamanda öznel sevgi inancı, isteklerde bulunmanın haklı çıkarılmasına hizmet eder.

Bu tipten insanlar, sevgi ilişkilerinde acı dolu bir bağımlılığa yakalanma tehlikesiyle özellikle karşı karşıyadır. Örneğin nevrotik sevecenlik ihtiyacına sahip bir kadının, benzer tipten olan bir erkeğe tutulduğunu, ancak ona yaklaşır yaklaşmaz erkeğin geri çekildiğini varsayalım; kadın bu reddedilmeye yoğun bir düşmanlıkla tepki gösterir, ancak erkeği yitirme korkusu yüzünden bu düşmanlığı bastırır. Eğer kadın kendini geri almaya çalışırsa, erkek yeniden kadının peşinden koşmaya başlayacaktır. Bu durumda kadın düşmanlığını bastırmakla kalmayacak bunu yoğunlaşmış bir tapınmayla gizleyecektir. Yeniden reddedilecek ve yeniden tepki gösterecek, sonuçta beslendiği sevgi derinleşecektir. Bu nedenle yavaş yavaş, yenilmesi olanaksız bir "büyük tutkunun" esiri olduğuna inanacaktır.

Bir bal çalma türü olarak adlandırılabilecek bir başka yöntemde, bir insanı anlayarak, zihinsel ya da profesyonel gelişmesinde ona yardım ederek, karşılaştığı zorlukları çözerek, vb. yollarla sevecenlik kazanma girişimidir. Bu, hem kadınlar hem de erkekler tarafından yaygın olarak kullanılan bir yöntemdir.

İkinci bir sevecenlik elde etme yolu da acıma duyguları uyandırmaktır. Nevrotik birey çektiği acıları ve çaresizliğini başkalarının dikkatine sunacaktır ve buradaki parola şudur: "Beni sevmesin, çünkü acı çekiyorum ve çaresizim." Acı çekme aynı zamanda aşırı isteklerde bulunmayı haklı çıkarma yolu olarak da iş görür.

Bazen bu acıma duygusu uyandırma çabası oldukça açık bir yoldan yürütülür. Bir hasta, hastalığı en ağır durumda olan hasta olduğuna ve bu nedenle analistin ilgisine en çok hakkı olan insan olduğuna dikkati çekecektir. Yüzeyde daha sağlıklı görünümü veren öteki hastalara karşı küçümseyici olabilir. Ve bu stratejiyi kullanma konusunda kendisinden daha başarılı olan insanlara içerler.

Acıma duygusu uyandırma çabasına az ya da çok düşmanlık sızmış olabilir. Nevrotik kişi iyi yanlarımıza seslenmekle yeti-

nebilir ya da kendini, yardımımızı zorunlu kılan tehlikeli bir duruma sokmak gibi daha köklü yollarla dikkati üzerinde toplayabilir. Toplumsal ya da tıbbi çalışmalarda nevrotik insanlarla şöyle ya da böyle ilişki içinde olan herkes bu stratejinin önemini bilir. İçinde bulunduğu zor durumu gerçekçi bir yoldan anlatan bir nevrotikle, şikayetlerini dramatik bir gösteriye çevirerek acıma duygusu uyandırmaya çalışan nevrotik bir insan arasında büyük bir fark vardır. Aynı eğilimleri, aynı farklılıklarla birlikte her yaştan çocukta görebiliriz: çocuk ya bir sıkıntısından ötürü avutulmak ister ya da bilinçsiz bir yoldan, anne-babasını ürküten örneğin bir yemek yiyememe ya da işeyememe gibi bir durum yaratarak onların dikkatini çekmeye çalışabilir.

Acıma duygusu uyandırma yolunun seçilmesi, başka bir yoldan sevgi kazanma yetisinden yoksun olmaya ilişkin bir inancın varlığını öngörür. Bu inanç, sevecenliğe olan genel bir inançsızlık olarak ussallaştırılabilir ya da, belli bir ortamda sevecenliğin bir başka yoldan elde edilemeyeceğine ilişkin bir inanç biçimini alabilir.

Üçüncü sevecenlik kazanma yöntemindeki -adalet duygusu uyandırma- parola şöyle tanımlanabilir: "Ben senin için şunu şunu yaptım; sen benim için ne yapacaksın?" Kültürümüzde anneler sık sık, çocukları için onca şey yaptıklarına ve bu nedenle bitmek bilmeyen bir tapınmayı hakettiklerine dikkati çekeceklerdir. Sevgi ilişkilerinde karşısındakinin kurallarına boyun eğmiş olmak, istekler için bir temel olarak kullanılabilir. Bu tipten insanlar başkaları için bir şeyler yapmaya olağandışı ölçüde hazır ve heveslidirler ve bununla birlikte, karşılık olarak arzuladıkları her şeyi alacakları yolunda gizli bir beklenti beslerler ve eğer başkaları da onlar için bir şeyler yapmaya aynı ölçüde gönüllü değillerse ciddi düşkırıklıklarına uğrarlar. Burada, bilinç düzeyinde hesap kitap yapan insanlardan değil, olası bir karşılık beklentisine bilinç düzeyinde bütünüyle yabancı olan insanlardan söz ediyorum. Bu kişilerin zorlanımlı cömertliğini büyülü bir tavır olarak tanımlamak belki de daha doğru olacaktır. Başkalarına, onların kendilerine yapmalarını istedikleri şeyleri yaparlar. Bu karşılık beklentilerinin gerçek anlamda iş başında ol-

duğunu gösteren şey, düşkırıklığının verdiği olağanüstü keskinlikteki sancıdır. Bazen bir tür zihinsel muhasebe hesabı tutarlar ve bu yolla, bütün gece uyanık kalmak gibi gerçekten de yararsız olan özverilerden ötürü kendilerine olağanüstü ölçülerde övünç payı verirler, buna karşın kendileri için yapılan şeyleri küçümser ya da göz ardı bile ederler, böylece durumu çarpıtarak özel ilgi isteme hakkına sahip olduklarına inanırlar. Bu tutum, nevrotik bireyin kendi üzerinde geri tepmelere yol açar, çünkü yükümlülükler altına girmekten aşırı ölçüde korkar bir duruma gelebilir. Başkalarını içgüdüsel olarak kendisiyle yargılayarak, onların yararına bir şeyi kabul ettiği takdirde, kendisini kullanabileceklerinden korkar.

Adalet duygusu uyandırma çabası ayrıca, eline fırsat geçtiği takdirde başkalarına yapmaya hazır olacağı şeyler temeline de oturtulabilir. Eğer karşısındakinin yerinde olsaydı ne kadar sevgi dolu ya da özverili olmuş olacağına dikkati çekecek ve başkalarından, kendisinin onlara yapmak istediği şeylerden fazlasını istemediği gerçeğinin isteklerinin haklı çıkardığına inanacaktır. Gerçekten böyle bir haklı çıkarma ruhu, nevrotiğin anlayabildiğinden çok daha karmaşıktır. Kendi niteliklerine ilişkin oluşturduğu bu tablo temelde, başkalarından isteyeceği davranış türünü bilinçsizce kendine bağlamasıdır. Ne var ki, bu hepten bir aldatmaca değildir, çünkü kendini ortaya koyma yetisinden yoksunluğu, kendini haksızlığa uğrayanla özdeşleştirmiş olması, başkalarının kendisiyle meşgul olmalarını istediği kadar onlarla meşgul olma dürtüsü gibi kaynaklardan gelen bazı özveri eğilimleri beslediği doğrudur.

İstekler, açıldığı düşünülen bir yara için istenen bir tazminat temeline oturtulduğu zaman, adalet duygusu uyandırma çabalarında bulunabilecek düşmanlık en açık biçimiyle su yüzüne çıkar. Parola şudur: "bana acı çektirdin, ya da zarar verdin ve bu nedenle bana yardım etmekle, bana bakmakla ya da beni desteklemekle yükümlüsün." Bu strateji, traumatik nevrozlarda görülen stratejiye benzer. Traumatik nevrozlar konusunda kişisel bir deneyim yok, ama bu tür bir nevroza yakalanan insanların bir gruba girip girmediklerini ve traumayı (ruhsal yarayı),

herhangi bir olayda ortaya koyma eğilimi gösterecekleri istekler için bir temel olarak kullanıp kullanmadıklarını merak ediyorum.

Nevrotik bir bireyin, kendi isteklerinin haklı gözükebilmesi için çevresindekilerde suçluluk ya da yükümlülük duygularını nasıl uyandırabileceğini gösteren birkaç örnek vereceğim. Bir kadın, kocasının kendisini aldatmasına tepki olarak hastalanır. Hiç bir sitemde bulunmaz, belki de bilinç düzeyinde böyle bir şey hissetmez bile, ama hastalığı dolaylı türden canlı bir sitemdir ve amacı kocasında suçluluk duyguları uyandırmak ve bütün ilgisini kendisine vermeye gönüllü bir duruma getirmektir.

Saplantı ve histeri belirtileri bulunan bir kadın olan bu türden bir başka nevrotik, kızkardeşlerine ev işlerinde yardım etme konusunda bazen ısrar etmektedir. Bir ya da iki gün sonra, kız kardeşlerinin kendilerine önerilen yardımı kabul etmiş olmalarına bilinçsizce acı bir içerleme duyacak ve semptomlardaki bir artışla birlikte yatmak zorunda kalacak, böylece onları hem onsuz iş yapmaya hem de onun bakımını üstlenmekle fazladan çalışmaya zorlayacaktı. Durumundaki kötüleşme yine bir suçlamayı dile getirmiş ve başkalarından tazminat istemesine yol açmıştır. Aynı kişi bir keresinde, kız kardeşlerinden birisinin kendisini eleştirmesi üzerine bayılmış, bu yolla içerlemesini göstermiş ve zorla kendisine iyi davranılmasını sağlamıştı.

Bir bayan hastam, analitik terapinin belli bir döneminde her gün biraz daha kötüye gitmeye başladı ve analizin, varını yoğunu elinden alması yetmiyormuş gibi onu da bir harabeye çevireceği ve bu nadenle gelecekte onun bakımını bütünüyle kendi üstüne almakla yükümlü olacağım yolundaki bir fantezi geliştirmişti. Buna benzer tepkiler her türlü tıbbi tedavide görülür ve sık sık bunlara doktora yönelik açık tehditler eşlik eder. Hafif dereceden aşağıdaki olaylar yaygın olarak görülür: analist bir tatile çıktığı zaman hastanın durumu belirgin bir kötüleşme gösterir; hasta dolaylı yollardan ya da açıkça kötüleşmesinin analistin hatası olduğunu ve bu nedenle analistin ilgisi üzerinde öze bir hak sahibi olduğunu öne sürecektir. Bu örnek gündelik yaşamın deneyimlerine kolayca aktarılabilir.

Bu örneklerin de gösterdiği gibi bu tip nevrotik bireyler bedel olarak acı çekmeye -kaldı ki yoğun acılar çekmeye- hazır olabilirler, çünkü bu yolla, suçlamalarını ve isteklerini farkında olmaksızın dile getirebilir ve böylece haklılık duygularını koruyabilirler.

Bir insan sevecenlik elde etmeye yönelik bir strateji olarak tehdit yolunu kullandığı zaman ya kendini ya da başkalarını yaralama tehditinde bulunabilir. Kendisinin ya da başkalarının onurunu yıkma ya da kendine veya başkasına şiddet kullanma gibi herhangi türden sorumsuzca bir eylem tehdidinde bulunacaktır. İntihar tehditleri ya da intihar girişimleri bile bilinen bir örnektir. Bir hastam bu tehdit yoluyla iki koca elde etmeye başarmıştı. İlk kocasında kendisinden uzaklaşmak üzere olduğunun belirtilerini algılayınca kentin kalabalık ve açık bir yerinde kendini ırmağa atmıştı; ikinci erkek evlenme konusunda gönülsüz davranınca, bulunacağından emin olduğu bir saatte havagazı musluğunu açmıştı. Görünen niyeti, söz konusu erkek olmaksızın yaşayamayacağını göstermekti.

Nevrotik bir insan tehdit yoluyla çevresindekilerin onun isteklerine boyun eğmelerini sağlamayı umduğu için, bu amaca ulaşmayı ümit ettiği sürece bu tehditleri gerçek yaşamda eyleme aktarmayacaktır. Bu umudu yitirirse, umutsuzluğun ve kinciliğin baskısı altında bu tehditleri eyleme aktarabilir.

Dokuzuncu Bölüm

NEVROTİK SEVECENLİK İHTİYACINDA CİNSELLİĞİN ROLÜ

NEVROTİK sevecenlik ihtiyacı sık sık, delice bir cinsel sevgi ya da cinsel doyuma yönelik bir açlık biçimini alır. Bu gerçek açısından, nevrotik sevecenlik ihtiyacı olgusunun tamamının, cinsel yaşamdaki bir doyumsuzluk tarafından güdülendirilip güdülendirilmediği, sevecenliğe, temasa, benimsenmeye, desteğe yönelik bu özlemin tamamının bir güvence ihtiyacı tarafından olduğu kadar doyumsuz cinsel arzu (libido) tarafından da güdülendirilip güdülendirilmediği sorusunu ortaya koymak zorundayız.

Freud, olaya bu açıdan bakmaya eğilimli olacaktı. Birçok nevrotik insanın kendilerini başkalarına bağlamaya hevesli ve onlara tutunmaya yatkın olduğunu görmüş ve bu tutumu, doyumsuz cinsel arzudan (libidodan) kaynaklanan bir şey olarak tanımlamıştır. Ne var ki bu kuram belli önermelere dayanmaktadır. Bu kuram, öğüt, onay ya da destek alma arzusu gibi kendi içlerinde cinsel olmayan bütün dışavurumların, yoğunluğu azalan ya da "yüceltilen (sublume edilen)" cinsel ihtiyaçların belirtileri olduğunu varsayar. Ayrıca bu, sevecenliğin, cinsel itkilerin ketlenmiş ya da "yüceltilmiş (sublime edilmiş)" bir dışavurumu olduğunu savunur.

Bu tür varsayımlar gerçek bir temelden yoksundur. Sevecenlik duyguları, sevecenlik belirtileri ve cinsellik arasındaki ilişkiler bizim bazen kabul ettiğimiz kadar yakın değildir. Antropologlar ve tarihçiler bize, bireysel sevginin kültürel gelişmenin bir ürünü olduğunu söyler. Briffault,[1] sözleri pek inandırıcı olmasa da, cinselliğin acımasızlıkla olan ilişkisinin sevecenlikle olandan daha yakın olduğunu öne sürer. Ancak kültürümüz üzerinde

1 Robert Briffault, The Mothers (Analar). London and Nevw York, 1927.

yapılan gözlemlerden, sevecenlik ya da canayakınlık olmaksızın da cinselliğin varolabileceğini ve cinsellik olmaksızın da sevecenlik ve canayakınlığın varolabileceğini biliyoruz. Örneğin çocukla anne arasındaki yakınlık duygusunun cinsel bir yapıda olduğuna ilişkin hiç bir kanıt yoktur. Gözleyebileceğimiz tek şey -Freud'un keşfinin bir sonucu olarak- bu ilişkide cinsel öğelerin bulunabileceğidir. Ve cinsellikle sevecenlik duyguları arasında bir yığın ilinti gözleyebiliriz: sevecenlik, cinsel duyguların öncüsü olabilir; kişi sadece yakınlık duygularının farkında olmasına karşın aynı anda cinsel arzular da bekleyebilir; cinsel arzular yakınlık duygularını körükleyebilir ya da bu duygulara sızabilir. Cinsellikle sevecenlik arasındaki bu tür geçişlerin, ikisi arasındaki yakın bir ilişkiyi kesinlikle göstermesine karşın, daha sakınımlı olmak ve birbiriyle çakışabilen, birbirlerine dönüşebilen ya da birbirlerinin yerine geçebilen iki farklı duygu grubunun varlığını kabul etmek daha uygun gözükmektedir.

Dahası, Freud'un sevecenlik arayışının arkasındaki gücün doyumsuz cinsel arzu (libido) olduğu görüşünü kabul etsek bile, tanımlanan olanca karmaşıklığıyla birlikte -sahip olma tutkusu, koşulsuz sevgi, isteniyor olma duygusu, vs. -aynı sevecenlik özlemini neden cinsel yaşamları fiziksel açıdan son derece doyurucu olan kişilerde de bulduğumuz kolay kolay anlaşılmayacaktır. Ne var ki bu tür olayların varolduğu kuşku götürmez bir gerçek olduğu için, bu olaylarda olgunun nedeninin doyumsuz libido olmadığı, bunun nedenlerinin cinsel alanın dışında yattığı sonucu kaçınılmazdır.[1]

Son olarak, nevrotik sevecenlik ihtiyacı cinsel bir olgudan öte bir şey değilse, sahip olma tutkusu, koşulsuz sevgi, reddedilmiş olma duygusu gibi konuların içerdiği çeşitli sorunları anlama konusunda çıkmaza girerdik. Bu türden çeşitli sorunların bilindiği ve ayrıntılarıyla tanımlandığı doğrudur: örneğin, kıskançlık çocukluktaki kardeş rekabetine ya da Oedipus kompleksine bağlanır; koşulsuz sevgi ağız (oral) erotizmine götürülür; sahip

1 Tam bir cinsel doyum yetisiyle birlikte varolan coşkusal alandaki belirgin rahatsızlıklar içeren bu türden olaylar, bazı analistler için her zaman bir bilmece olarak kalmıştır, ancak bunların libido kuramına ters düştüğü gerçeği bu olayları varolmaktan alıkoyamaz.

olma tutkusu makat (anal) erotizmi olarak açıklanır, vs. Ama gerçekte önceki bölümlerde tanımlanan tutumlar ve tepkiler alanının tamamının birbirine ait olduğu, bunların bütünsel bir yapının bileşen parçaları olduğu anlaşılmamıştır. Nevrotik sevecenlik ihtiyacının arkasındaki dinamik güç olarak kaygıyı tanımadığımız sürece, bu ihtiyacın artmasına ya da azalmasına yol açan kesin koşulları anlayamayız.

Freud'un bilgece özgür çağrışım yöntemini kullanarak, analiz süreci içinde, özellikle hastanın sevecenlik ihtiyaçlarındaki dalgalanmalara özel bir dikkat göstererek, kaygıyla sevecenlik ihtiyacı arasındaki ilişkiyi hatasız olarak gözlemek olası. Bir hasta, işbirliği içinde yürütülen yapıcı bir çalışma döneminden sonra birden bire tavır değiştirebilir ve psikanalistin ona daha çok zaman ayırması konusunda isteklerde bulunabilir ya da dostluğunu özler veya ona körükörüne hayranlık duyar ya da "sadece bir hasta" olmaya karşı aşırı ölçüde kıskanç, duyarlı olur ve sahip olma tutkusu alevlenir. Aynı anda kaygıda da bir artış görülür ve bu da ya rüyalarda ya da ezilmiş olma dugusunda veya ishal ya da sık sık işeme dürtüsü gibi fiziksel belirtilerde kendini belli eder. Hasta, kaygılı olduğunu ya da analiste tutunma çabasındaki artışın kaygı tarafından koşullandırıldığını anlamaz. Eğer analist ilişkiyi yakalar ve hastaya gösterirse, analiste yönelik birden bire başgösteren delice sevgiden önce hastada kaygıyı alevlendiren sorunlara dokunulduğunu keşfedeceklerdir; örneğin hasta analistin yapmış olduğu bir yorumu haksız bir suçlama ya da bir küçük düşürülme olarak algılamış olabilir.

Tepkilerin ortaya çıkış sırası şunun gibi bir şey olacaktır: bir sorun ortaya çıkar, buna ilişkin tartışma analiste yönelik yoğun bir düşmanlık yaratır; hasta analistten nefret etmeye, onun öldüğüne ilişkin hayaller kurmaya başlar; hiç zaman yitirmeden düşmanlık dürtülerini bastırır, korkuya kapılır ve bir güvence ihtiyacı nedeniyle analiste tutunur; bu tepkiler ayrıntılarıyla ele alınıp irdelenince düşmanlık, kaygı ve bunlarla birlikte artan sevecenlik ihtiyacı geri plana çekilir. Kaygının bir sonucu olarak artan bir sevecenlik ihtiyacı öylesine düzenli olarak ortaya çıkar ki, bu, bir kaygının yüzeye yaklaştığını ve güvence gerektirdiği-

ni gösteren bir uyarı işareti olarak ele alınabilir. Tanımladığı süreç analiz süreciyle sınırlı değildir. Aynı özdeş tepkiler kişisel ilişkilerde de başgösterir. Örneğin evlilik yaşamında bir koca, derinlerde bir yerde karısından nefret etmesine ve ondan korkmasına karşın, zorlanımlı bir biçimde ona tutunur, kıskanç olur, ona sahip olma tutkusu besler, onu idealleştirir ve ona hayranlık duyar.

Gizli bir neftetin üstüne yerleştirilmiş abartılı bir tapınmadan bir "aşırı dengeleme" olarak söz etmek doğru olabilir, ancak bu terimin sadece kaba bir tanım verdiğinin ve sürecin devindirici güçleri sonucunda hiçbir şey söylemediğinin kavranması koşuluyla.

Eğer sunulan bütün nedenlerden ötürü sevecenlik ihtiyacına cinsel bir köken aramayı reddedersek, nevrotik sevecenlik ihtiyacının bazen cinsel bir arzuyla birleşmesinin ya da hepten cinsel bir arzu olarak belirmesinin sadece bir rastlantı olup olmadığı, ya da sevecenlik ihtiyacının cinsel yollardan hissedilip dile getirilmesi için belli koşulların gerekip gerekmediği sorusu gündeme gelir.

Sevecenlik ihtiyacının cinsel bir dışavurumu, bir ölçüde çevresel koşulların buna elverişli olup olmadığına bağlıdır. Bu ayrıca bir ölçüde kültürdeki, bireyin canlılığındaki, cinsel mizacındaki farklılıklara da bağlıdır. Ve son olarak bu, kişinin cinsel yaşamının doyurucu olup olmadığına bağlıdır, çünkü eğer doyurucu değilse, cinsel bir yoldan tepki vermeye, doyurucu bir cinsel yaşama sahip olandan daha yatkın olacaktır.

Bireyin tepkisi üzerinde kesin bir etki yaratmalarına ve kanıt gerektirmeyecek kadar açık olmalarına karşın bütün bu etkenler, temel bireysel farklılıkları yeterince açıklamaz. Nevrotik bir sevecenlik ihtiyacı gösteren belli sayıdaki insanlarda bu tepkiler bireyden bireye değişiklik gösterir. Bu nedenle, başkalarıyla olan ilişkileri anında ve hemen hemen zorlanımlı bir biçimde, yoğunluğu az ya da çok olan cinsel bir renk alan insanlar görürüz, buna karşın ötekilerin de cinsel uyarılabilirlik ya da cinsel etkinlikler normal duygu ve davranış alanında kalır.

İlk gruba giren erkekler ve kadınlar, bir ilişkiden ötekine ko-

şarlar. Tepkilerine ilişkin daha yakın bir bilgi, bu insanların bu türden bir ilişkileri olmadığı ya da kısa bir süre içinde bir ilişki kurma olasılığı görmedikleri zaman kendilerini güvensiz, korumasız hissettiklerini ve oldukça tutarsız olduklarını gösterir. Aynı gruba ait olmalarına karşın daha büyük ketlemeleri bulunan erkek ve kadınlar, gerçekte çok az ilişkilere sahiplerdir, ama özellikle çekici bulsunlar ya da bulmasınlar diğer insanlarla aralarında erotik bir atmosfer yaratırlar. Son olarak, buraya ait üçüncü bir alt gruba giren kişiler daha fazla cinsel ketlemelere sahiplerdir, ancak cinsel açıdan kolayca uyarılabilirler ve zorlanımlı olarak, herhangi bir erkeği ya da kadını potansiyel bir cinsel eş olarak görürler. Bu son alt grupta zorlanımlı kendini doyurma cinsel itkilerin yerini alabilir; ancak mutlaka böyle olması gerekmez.

Ulaşılan fiziksel doyumun derecesi konusunda bu grupta büyük farklılıklar vardır. Bu grupta, cinsel ihtiyaçların zorlanımlı yapısı dışında ortak olan şey eşlerin seçimindeki belirgin bir ayrım (seçicilik) yokluğudur. Bu insanlar, daha önce nevrotik bir sevecenlik ihtiyacına sahip kişilere ilişkin genel varsayımımızda tartıştığımız aynı tipik özellikleri taşırlar. Buna ek olarak, gerçek ya da hayali olarak cinsel ilişki kurmaya kolayca eğilim göstermeleriyle, başkalarıyla olan coşkusal ilişkilerindeki derin rahatsızlık arasındaki tutarsızlık insanı şaşırtır; bu rahatsızlık, temel kaygının pençesindeki sıradan insanınkinden çok daha derin ve ağırdır. Bu insanlar, sevecenliğe inanmamalarının yanısıra, kendilerine sevgi önerildiği takdirde derin bir rahatsızlığa ve tedirginliğe - ya da erkeklerin durumunda cinsel güçsüzlüğe gömülürler. Kendi savunmacı tutumlarının farkında olabilirler ya da eşlerini suçlamaya yatkın olabilirler. Son durumda bu insanlar, hiçbir zaman sevebilecekleri bir kız ya da erkekle karşılaşmadıklarına inanırlar.

Onlar için cinsel ilişkiler, sadece belli cinsel gerilimlerin boşaltılması değil, ayrıca insan ilişkisi kurmanın tek yolu anlamına gelir. Eğer bir insan, sevecenlik elde etmenin kendisi için pratik açıdan olanaksız olduğu inancını geliştirmişse, fiziksel temas coşkusal ilişkilerin yerine konan bir şey olarak iş görebilir. Bu

durumda cinsellik, başkalarıyla ilişki kurmaya giden tek değilse bile ana köprüdür ve bu nedenle olağanüstü bir önem kazanır.

Bazı insanlarda seçicilik yokluğu potansiyel bir eşin cinsiyeti bağlamında kendini ele verir; bu insanlar etkin bir yoldan, her iki cinsle de ilişkiler arayacaklar ya da edilgin bir yoldan, ister karşı - ister aynı - cinsten birisi tarafından olsun, kendilerine yönelen cinsel isteklere boyun eğeceklerdir. Birinci grup bizi burada ilgilendirmiyor, çünkü onlarda aşırı cinselliğin, başka türlü elde edilmesi zor olan insan ilişkileri kurmanın hizmetine verilmesine karşın, başkalarını yenme ya da daha kesin olarak, başkalarını dize getirme çabası olarak bir sevecenlik ihtiyacı pek de hızlandırıcı bir güdü değildir. Bu çaba öylesine vazgeçilmez olabilir ki, cinsel farklılıklar göreceli olarak önemini yitirir. Hem erkekler, hem de kadınlar cinsel olarak da başka türlü de dize getirilmelidir. Ama her iki cinsten gelen cinsel yaklaşımlara da boyun eğmeye yatkın olan ikinci gruptaki insanlar, bitmeyen bir sevecenlik ihtiyacı tarafından, özellikle cinsel bir isteği reddetmeye ya da kendilerinden istenen haklı ya da haksız bir şeye karşı kendilerini savunmaya kalkışmak yoluyla karşılarındaki insanı yitireceklerine ilişkin bir korku tarafından sürüklenirler. Karşıdaki insanı yitirmek istemezler, çünkü onunla olan ilişkiye acı bir ihtiyaç duyarlar.

Her iki cinsle de kurulan ve seçicilikten yoksun olan ilişkiler olgusunu varolan bir çift cinsellik temelinde açıklamak bana göre yanlış bir değerlendirmedir. Bu olaylarda aynı cinse yönelik doğal bir eğilime ilişkin hiçbir belirti yoktur. Sağlam bir kendini ortaya koyma tutumu kaygının yerini alır almaz, tıpkı karşı cins bağlamındaki seçicilik yokluğunun ortadan kalkması gibi, görünüşteki eşcinsel eğilimler de silinip gider.

Çift cinsellik tutumları için söylenen şeyler ayrıca eşcinsellik sorununa da ışık tutabilir. Aslında tanımlanan "çiftcinsel" tiple kesinlikle eşcinsel olan bir tip arasında birçok ara durum vardır. Eşcinsel tipin özgeçmişinde, cinsel bir eş olarak karşı cinsi devre dışı bırakması gerçeğine neden olan belli etkenler vardır. Elbette eşcinsellik sorunu tek başına bir bakış açısından anlaşılmaya izin vermeyecek kadar karmaşıktır. Burada, ayrıca "çiftcinsel" grupta

değindiğim etkenlere de sahip olmayan bir eşcinsele şu ana dek rastlamadığımı söylemem yeterli olacaktır.

Son birkaç yıl içinde bazı psikanalist yazarlar, cinsel arzuların pekiştirilebileceğine, çünkü cinsel heyecanın ve doyumun ayrıca, kaygı ve tırmanan ruhsal gerilimler için bir boşaltma kanalı olarak da iş görebileceğine dikkat çekmişlerdir. Bu mekanistik açıklama geçerli olabilir. Ancak ben ayrıca, kaygıdan, artan gerilimlere yol açan ruhsal süreçler olduğuna ve bu süreçleri tanımanın olası olduğuna inanıyorum. Bu inancın temeli hem psikanalistik gözlemlere, hem de bu tip hastaların özgeçmişlerinin, cinsel alanın dışındaki kişilik özellikleriyle ilişki içinde ele alınıp irdelenmesine dayanmaktadır.

Bu tip hastalar başlangıçta, dürtüsel olarak bir sevgi karşılığı isteyerek analiste tutkulu bir sevgi duyabilirler. Ya da analiz boyunca ölçülü bir uzaklık oluşturup bu uzaklığı koruyabilirler, bunu yapmak için de cinsel yakınlık ihtiyaçlarını, analiste benzediği ya da rüyalarında ikisinin özdeşleştirilmiş olması gerçeğinin de gösterdiği gibi analistin yerine konan dışarıdan bir insana aktarırlar. Ya da son olarak, bu tür insanların analistle cinsel bir ilişki kurma ihtiyacı sadece rüyalarda ya da görüşme sırasında başgösteren cinsel heyecanda kendini belli edebilir. Cinsel arzunun bu şaşmaz belirtileri hastaları sık sık tam bir şaşkınlığa boğar, çünkü analistin çekimine kapılmış olma duygusu taşımadıkları gibi ona ; şöyle ya da böyle bir düşkünlükleri yoktur. Aslına bakılırsa analistten gelen cinsel çekim gözle görülür bir rol oynamaz, bu tür hastaların cinsel mizacı da öteki insanlarınkinden daha dürtüsel ve enerjik değildir, ayrıca kaygıları da başkalarınınkinden daha büyük değildir. Bu insanlar için özgün olan şey, herhangi türden bir doğal sevecenliğe duydukları derin inançsızlıktır. Analistin, kendileriyle olsa bile sadece gizli birtakım amaçlar uğruna ilgilendiğini, kalbinin derinliklerinde onları küçümsediği ve belki de kendilerine yarardan çok zararı dokunacağı yolunda sarsılmaz bir inanç beslerler.

Nevrotik aşırı duyarlılık nedeniyle nispet, öfke ve kuşku tepkileri her psikanalizde başgösterir, ama bu hastalardaki özellikle güçlü cinsel ihtiyaçlar nedeniyle bu tepkiler kalıcı ve katı bir

tutum oluşturur. Bu insanlar, analistle hasta arasında görülmez ve aşılmaz bir duvar varmış görünümü verirler. Kendilerine ait zor bir sorunla karşı karşıya geldikleri zaman ilk dürtüleri psikanalizi bırakmak, kesip atmaktır. Analizde sundukları tablo, yaşamlarının tamamı içinde yaptıkları şeylerin gerçek bir kopyesidir. Tek fark, analizden önce kişisel ilişkilerinin gerçekte ne kadar cılız ve karmaşık olduğuna ilişkin bilgiden kaçabilmeleri, cinsel açıdan kolayca ilişkiye sokulmalarının durumu bulandırmaya ve cinsel ilişkiler kurmaya hazır oluşlarının, genelde iyi insan ilişkilerine sahip oldukları anlamına geldiğine inanmalarına yardımcı olmasıdır.

Değindiğim tutumlar öylesine düzenli olarak bir arada bulunur ki, ne zaman bir hasta psikanalizin başında analiste ilişkin cinsel arzular, fanteziler ya da rüyalar sergilemeye başlasa, kişisel ilişkilerinde özellikle derin rahatsızlıklar bulmayı bekledim. Analistin hangi cinsten olduğunun oldukça önemsiz olduğu, bu çizgideki bütün gözlemlerce doğurulanmaktadır. Birbiri peşisıra bir erkek ve bir kadın psikanalistle çalışan hastalar, her ikisine karşı da özdeşlik derecesinde aynı olan tepkiler grafiğine sahip olabilirler. Dolayısıyla bu olaylarda hastaların rüyalarda ya da başka türlü dile getirdikleri eşcinsellik arzularını görünen değeriyle ele almak büyük bir hata olabilir.

Bu nedenle genelde, tıpkı "parlayan her şey altın değildir" gibi, "cinsellik gibi gözüken her şey de cinsellik değildir." Cinsellik olarak beliren şeyin büyük bir parçasının gerçekte cinsellikle pek bir ilişkisi yoktur, bu daha çok, güvence arzusunun bir dışavurumudur. Bu nokta göz önüne alınmadığı sürece kişi cinselliğin rolünü mutlaka gözünde büyütecektir.

Kaygının algılanmayan baskısı altında cinsel ihtiyaçları derinleşen birey, safça, cinsel ihtiyaçlarının yoğunluğunu doğuştan gelen mizaca, ya da geleneksel tabulardan özgür olması olayına bağlamaya yatkındır. Birey bunu yaparken, bu tür insanların uyku ihtiyacını gözünde büyüten, yapılarının günde on saat ya da daha fazla uyku gerektirdiğini düşünen insanlarla aynı hatayı işler. Oysa gerçekte artan uyku ihtiyaçları birikmiş bir coşkular toplamı tarafından belirlenmiş olabilir; uyku, bütün çatışmalar-

dan uzaklaşmanın bir yolu olarak kullanılabilir. Aynı şey zorlanımlı yeme içme için de geçerlidir. Yeme - içme, uyku, cinsellik, bunların hepsi hayati ihtiyaçlar içerirler; yoğunlukları sadece bireyin yapısına bağlı olarak değil, ayrıca iklim, öteki doyumların varlığı ya da yokluğu, güç gerektiren çalışmanın derecesi, var olan fiziksel koşullar gibi öteki birçok koşula bağlı olarak da değişir. Ama bütün bu ihtiyaçlar bilinçaltı öğeleri tarafından da artırılabilir.

Cinsellikle sevecenlik ihtiyacı arasındaki ilinti, cinsel perhiz sorununa ışık tutar. Cinsel perhize ne denli dayanabileceği, kültüre ve bireye bağlı olarak değişir. Bireyde bu, çeşitli ruhsal ve fiziksel ethenlere bağlı olabilir. Ne var ki cinselliğe kaygı dindirme amacıyla başvurulan bir yol olarak ihtiyaç duyan bir bireyin, kısa bir süre için de olsa herhangi bir perhize dayanma yetisinden özellikle yoksun olduğunu anlamak kolaydır.

Bu varsayımlar, cinselliğin kültürümüzde oynadığı rol üzerinde belli yansımalara yol açar. Cinselliğe yönelik özgürlükçü tutumumuza belli bir gurur ve hazla bakmaya yatkınız. Elbette Viktorya çağından bugüne kadar iyiye yönelik bir gelişme olmuştur. Cinsel ilişkilerde daha büyük bir özgürlüğe ve daha büyük bir doyum yetisine sahibiz. Son nokta özellikle kadınlar için doğrudur; cinsel soğukluk artık kadınlardaki normal bir durum olarak değerlendirilmemekte, genelde bir eksiklik olarak kabul edilmektedir. Ne var ki değişmeye karşın bu düzelme bizim düşünmeye yatkın olduğumuz kadar geniş kapsamlı değildir, çünkü günümüzde cinsel etkinliğin büyük bir bölümü doğal bir cinsel itki olmaktan çok, ruhsal gerilimler için bir boşaltma kanalıdır ve bu nedenle doğal bir cinsel haz ya da mutluluktan çok, bir yatıştırıcı olarak değerlendirilmelidir.

Kültürel ortam ayrıca psikanalitik kuramlarda da yansıtılmıştır. Cinselliğe hakettiği önemin verilmesine büyük bir katkıda bulunmuş olması Freud'un en büyük başarılarından birisidir. Ne var ki ayrıntıda, cinsel olarak kabul edilen birçok olay gerçekte karmaşık nevrotik koşulların temel olarak da nevrotik sevecenlik ihtiyacının çeşitli dışavurumlarıdır. Örneğin, analistle ilgili cinsel arzular genellikle baba ya da anneye yönelik cinsel

bir saplantının tekrarı olarak yorumlanır, ama çoğu kez bunlar doğal cinsel arzular değil, kaygıyı dindirmeye yönelik bir güven verici temas arayışıdır. Hasta elbette sık sık baba ya da anne "aktarımını" düşündüren - örneğin, annenin göğsüne yatma ya da anne karnına geri dönmeyi dile getiren - çağrışımlar ya da rüyalar sunar. Yine de bu tür açık aktarımın sadece, varolan bir sevecenlik ya da sığınma arzusunu dile getirmenin bir yolu olabileceğini unutmamamız gerekir.

Analistle ilgili arzular, babaya ya da anneye yönelik benzer arzuların dolaysız bir tekrarı olarak anlaşılsa bile bu, anne ya da babaya olan çocukluk bağının kendi içinde doğal cinsel bir bağ olduğunu kanıtlamaz. Yetişkin nevrozlarındaki sevgi ve kıskançlığın, Freud tarafından Oedipus kompleksinin özellikleri olarak tanımlanan bütün özelliklerinin çocuklukta varolmuş olabileceğine ilişkin yığınla kanıt vardır, ama bu, Freud'un savunduğundan daha az sıklıkla görülen bir durumdur. Az önce de değindiğim gibi ben, Oedipus kompleksinin asal bir süreç değil, farklı türden çeşitli süreçlerin sonucu olduğuna inanıyorum. Oedipus kompleksi, anne - babaların cinsel renkli okşamaları, çocuğun cinsel sahnelere tanıklık etmesi, anne ya da babanın çocuğu kör tapınmanın hedefi yapması gibi etkenler tarafından güdümlendirilen çocuğun yalın bir tepkisi olabilir. Öte yandan bu, çok daha karmaşık bir sürecin ürünü de olabilir. Daha önce de söylediğim gibi, bir Oedipus kompleksinin gelişimi için verimli bir toprak sağlayan aile ortamlarında genellikle çocukta büyük düşmanlıklar ve korkular yaratılır ve bunların bastırılması çocuğun kaygıyı geliştirilmesiyle sonuçlanır. Bu olaylarda Oedipus kompleksinin, güvence uğruna annesine ya da babasına tutunan çocuk tarafından yaratıldığı bana olası gibi gelmektedir. Aslına bakılırsa Freud'un da tanımladığı gibi, tam olarak gelişmiş bir Oedipus kompleksi, nevrotik sevecenlik ihtiyacına özgü olan - koşulsuz sevgi doğrultusundaki aşırı istekler, kıskançlık, sahip olma tutkusu, reddedilmeden kaynaklanan nefret gibi- bütün eğilimleri sergiler. O zaman bu olaylardaki Oedipus kompleksi nevrozun kökeni değil, kendi başına nevrotik bir oluşumdur.

Onuncu Bölüm

GÜÇ, SAYGINLIK VE MAL MÜLK ARAYIŞI

GÜNÜMÜZDE sevecenlik arayışı, kaygıya karşı güvence kazanma amacıyla sık sık başvurulan yollardan birisidir. Güç, saygınlık ve mal - mülk arayışı da bir başkası.

Gücü, saygınlığı ve sahip olmayı neden tek bir sorunun çeşitli yanları olarak tartıştığımı belki de açıklamam gerekiyor. Ayrıntıya inince bir kişilik için ağır basan eğilimin bu amaçlardan birisine mi yoksa ötekine mi yönelik olduğu elbette büyük farklılıklar yaratır. Nevrotik bireyin güvence arayışında hangi amaçların ağır bastığı, bireysel yeteneklerdeki farklılıklara ve ruhsal yapıya olduğu kadar dış koşullara da bağlıdır. Eğer bunları tek bir bütünlük içinde ele alıyorsam, bunun nedeni hepsinin de bunları nevrotik sevecenlik ihtiyacından ayıran ortak şeylere sahip olmasıdır. Sevecenlik kazanmak, başkalarıyla olan ilişkilerin yoğunlaştırılması yoluyla güvence anlamına gelir, oysa güç, saygınlık ve mal - mülk arayışı, başkalarıyla olan ilişkinin çözülmesi ve kişinin kendi konumunu sağlamlaştırması yoluyla güvence kazanmak anlamına gelir.

Tıpkı sevecenlik arzusunun kendi içinde nevrotik olmaması gibi egemen olma, saygınlık kazanma, refaha ulaşma arzusu da kendi içinde elbette nevrotik değildir. Bu doğrultudaki nevrotik arayışın tipik özelliklerini anlamak için bunu normalle karşılaştırmak gerekir. Örneğin, güç duygusu, normal bir insanda ister fiziksel güç ya da beceri olsun, ister zihinsel yetenekler, olgunluk, bilgelik olsun, bireyin kendi üstün gücünü algılamasından kaynaklanıyor olabilir. Ya da güç arayışı belli bir nedenle birleştirilmiş olabilir: aile, politik ya da mesleki grup, vatan, dinsel ya da bilimsel bir görüş. Buna karşın nevrotik güç arayışı kaygıdan, nefret ve aşağılık duygusundan kaynaklanır. Sınıflandırmalı anlamında ortaya konursa, normal güç arayışı güçlü olmaktan,

sinirceli güç arayışı ise zayıflıktan doğar.

Ayrıca bir de kültürel etken söz konusudur. Bireysel güç, saygınlık ve mal sahipliği her kültürde rol oynamaz. Örneğin pubelo kızılderilileri arasında saygınlık arayışı açıkça yıldırılır; ve bireysel mal varlıkları arasında çok küçük farklılıklar vardır, dolayısıyla bu arayış da çok küçük bir önem taşır. Bu kültürde bir güvence aracı olarak herhangi türden bir egemenlik arayışı anlamsız olacaktır. Bizim kültürümüzdeki nevrotik bireylerin bu yolu seçmeleri, toplumsal yapımız içinde gücün, saygınlığın ve mal varlığının daha büyük bir güvenlik duygusu verebileceği gerçeğinden kaynaklanmaktadır.

Bu amaçlara yönelik bir arayışa yol açan koşullar araştırılırken, böyle bir arayışın, genellikle ancak altta yatan kaygıya karşı sevecenlik yoluyla güvence bulmanın olanaksız olduğu kesinlik kazandığı zaman geliştiği açıklık kazanır. Sevecenlik ihtiyacı engellendiği zaman böyle bir arayışın hırsa nasıl dönüşebildiğini gösteren bir örnek vereceğim.

Bir kız, kendinden dört yaş büyük olan erkek kardeşine çok güçlü bir bağlılık geliştirmişti. İki kardeş, az - çok cinsel renkli bir sevecenlik ilişkisine kendilerini kaptırmışlardı, ancak kız sekiz yaşına gelince abisi artık bu tür bir oyun için çok fazla büyük olduklarını söyleyerek birden bire onu reddetmişti. Bu deneyimden hemen sonra kız da, okulda birden bire gelişen bir hırsa kapılmıştı. Buna neden olan şey elbette sevecenlik arayışındaki düşkırıklığıydı ve bu da çok daha acı vericiydi, çünkü çocuğun çevresinde tutunabileceği pek fazla insan yoktu. Baba çocuklarına karşı ilgisizdi ve anne açıkça abisini yeğliyordu. Yine de bu sadece bir düşkırıklığı değil, ayrıca gururuna inen ağır bir darbeydi. Abisinin tutumundaki değişmenin tek nedeninin onun ergenlik çağına yaklaşması olduğunu anlayamazdı. Bu nedenle utanma ve küçük düşürülmüş olma duygusuna kapılmıştı; özgüveni çok sallantılı bir temele oturduğu için bu duygular çok daha yoğundu. Her şeyden önce annesi onu istememişti ve çocuk kendini önemsiz hissetmeye başlamıştı, çünkü güzel bir kadın olan annesi çevresinde bulunan herkesin hayranlığını kazanıyordu; bunun yanısıra abisi de annesi tarafından yeğlenmekle

kalmamış, onun güveninden de haz duymuştu. Annesiyle babası mutsuz bir evlilik yaşamaktadır ve anne bütün sorunlarını erkek kardeşiyle tartışmaktadır. Dolayısıyla kız kendini bütünüyle dışlanmış hisseder. İhtiyaç duyduğu sevecenliği kazanmak için bir girişim daha yapar: abisiyle yaşadığı acı dolu deneyimden hemen sonra bir gezide tanıştığı bir oğlana aşık olur, büyük bir coşkuya kapılır ve bu oğlana ilişkin uzun uzadıya ve görkemli fanteziler kurmaya başlar. Oğlan nedensiz yere onu bırakınca da yeni düşkırıklığına, ruh çöküntüsüne girerek tepki gösterir.

Bu tür durumlarda sık sık olduğu gibi, ailesi ve doktoru kızın bu durumunu, okuduğu sınıfın çok altında oluşuna bağlarlar. Onu okuldan alır, dinlenmesi için bir yazlığa gönderir ve daha sonra da önceden okuduğu sınıfın bir altına yerleştirirler. Oldukça keskin bir yapıya sahip olan bir hırs sergilediği o dönemde dokuz yaşındadır. Sınıfın birincisi olmanın dışında başka hiç bir şeye dayanamamaktadır. Bu arada, daha önce arkadaşça olan insan ilişkileri gözle görülür ölçüde bozulur.

Bu örnek, nevrotik bir hırs yaratma doğrultusunda birleşen tipik etkenleri açıklar: kız başından beri kendini güvensiz hissetmiştir, çünkü istenmediğine inanmaktadır; önemli bir dümanlık yaratılmıştır ve o bunu dile getirememiştir, çünkü evde egemen figür olan anne körükörüne bir hayranlık istemektedir; bastırılan düşmanlık büyük bir kaygı yaratmıştır; özgüveni gelişecek fırsatı hiç bir zaman bulamamış, kız çeşitli durumlarda küçük düşürülmüş ve kardeşiyle olan deneyimin kendisini açıkça lekelediğine inanmıştır; güvence aracı olarak sevecenlik kazanma girişimleri başarısızlığa uğramıştır.

Güç, saygınlık ve mal - mülk edinme doğrultusundaki nevrotik arayışlar, yalnızca kaygıya karşı bir koruma aracı olarak değil, ayrıca bastırılmış düşmanlığın boşaltılabileceği bir kanal olarak da iş görür. İlk önce, bu arayışlardan her birisinin nasıl kaygıya karşı özel bir koruma sunduğunu ve daha sonra da bunun düşmanlığı özgür bırakmaya hizmet edebileceği özgün yolları tartışacağım.

Güç arayışı her şeyden önce, daha önce de gördüğümüz gibi

kaygı içindeki temel öğelerden birisi olan çaresizliğe karşı bir koruma olarak iş görür. Nevrotik kişi kendi içinde bir çaresizlik ya da zayıflık görünümüne karşı öylesine tiksinti duyar ki, her hangi bir yol göstericiliği, öneriyi ya da yardımı, kişiler ya da koşullar üzerindeki herhangi bir bağımlılığı, başkalarına boyun eğmeyi ya da onlarla anlaşmayı benimseme gibi normal insanın bütünüyle sıradan olarak değerlendirdiği durumlardan kaçınacaktır. Çaresizliğe yönelik bu karşı çıkış, olanca yoğunluğuyla bir anda başgöstermez, düzenli olarak artar; nevrotik kişi kendisini olgusal ketlemeleri tarafından ne denli çok tuzağa düşürülmüş hissederse, olgusal olarak kendisini ortaya koyma gücü de o kadar az olacaktır. Olgusal açıdan ne kadar zayıfsa, zayıflığa uzaktan bir benzerlik gösteren şeylerden de o denli kaygıyla kaçınmak zorundadır.

İkinci olarak nevrotik güç arayışı, önemsiz olma duygusu ya da böyle değerlendirilme tehlikesine karşı bir koruma olarak da iş görür. Nevrotik kişi, ne kadar zor olursa olsun, her ortamı denetim altına alabilmesi ve bunu da anında yapabilmesi gerektiğine inanmasına yolaçan katı ve usdışı bir güçlü olma ideali geliştirir. Bu ideal gururla kenetlenir ve sonuçta nevrotik birey zayıflığı sadece bir tehlike olarak değil, ayrıca bir yüzkarası olarak da değerlendirir. İnsanları ya "güçlü" ya da "zayıf" olarak sınıflandırır ve ilkine hayran olurken ikincisini küçümser. Ayrıca zayıflık olarak değerlendirdiği şeylerde de aşırıya kaçar. Onunla bir konuda onun görüşlerine katılan ya da onun arzularına boyun eğen, ketlemeleri olan ya da coşkularını her zaman duygusuz bir yüz sergileyecek kadar yakından denetlemeyen bütün insanlara karşı az ya da çok aşağılayıcı bir duygu besler. Aynı nitelikleri kendi içinde de küçümser. Kendi içindeki bir kaygının ya da ketlemenin varlığını algılamak zorunda kalırsa küçük düştüğüne inanır ve dolayısıyla bir nevroza sahip olduğu için kendini küçümser ve bu gerçeği bir sır olarak saklamak ister. Ayrıca bununla tek başına başa çıkamadığı için de kendini küçümser.

Böyle bir güç arayışının alacağı özgün biçimler, en çok korkulan ya da küçümsenen güç yokluğunun ne olduğuna bağlıdır.

Bu arayışın özellikle sık rastlanan birkaç belirtisine değineceğim.

İlk olarak, nevrotik kişi kendi üzerinde olduğu kadar başkaları üzerinde de denetim kurmayı arzulayacaktır. Kendisinin başlatmadığı ya da onaylamadığı hiçbir şeyin olmasını istemez. Bu denetim anlayışı, bilinçli olarak karşısındaki insana tam bir özgürlük tanıma, ama yaptığı her şeyi bilme konusunda ısrar etme ve herhangi bir şeyi gizli tuttuğu zaman sinirlenme gibi incelmiş bir biçim alabilir. Denetleme eğilimleri öylesine çok bastırılabilir ki, sadece kendisi değil, başkaları da onun öteki insana özgürlük tanıma konusundaki büyük cömertliğine inanabilir. Ne var ki eğer bir insan denetleme arzusunu bu denli tam anlamıyla bastırırsa, karşıdaki insanın öteki arkadaşlarıyla her buluşmasında ya da eve beklenmedik bir şekilde geç gelmesi durumunda ruh çöküntüsüne uğrayabilir ya da şiddetli başağrıları veya mide rahatsızlıkları çekebilir. Rahatsızlıklarının nedenini bilmeksizin bunları hava koşullarına, diyetteki bir hataya ya da bunun gibi ilgisiz şeylere bağlayabilir.

Ayrıca bu tip insanlar her zaman haklı olmayı istemeye yatkın olurlar ve önemsiz bir ayrıntıda da olsa hatalı olduklarının kanıtlanmasına sinirlenirler. Bu insanlar her şeyi herkesten daha iyi bilmek zorundadırlar, bu, zaman zaman utandırıcı derecede aleni olabilen bir tutumdur. Başka türlü güven veren ve ciddi olan insanlar, yanıtını bilmedikleri bir soruyla karşılaştıkları zaman bu özel durumdaki savsaklama onlara duyulan güveni sarsmasa bile, sorunun yanıtını biliyormuş gibi gözükebilir ya da bir şey uydurabilirler. Bazen vurgulama, olabilecek şeyleri önceden bilme, her olasılığı görüp kestirme üzerinedir. Bu tutum, denetim dışı etkenler içeren herhangi bir ortama yönelik tiksinti eşliğinde gelişebilir. Hiç bir risk göze alınmamalıdır. Özdenetim üzerindeki vurgulama, duygular tarafından sürükleniyor olmaya duyulan tiksintide kendini dışavurur. Nevrotik bir kadının bir erkeğe duyduğu çekim, eğer erkek ona aşık olursa, birden bire aşağılamaya dönüşebilir. Bu tipten hastalar, kendilerini özgür çağrışım içinde sürüklenmeye bırakmayı çok zor bulurlar, çünkü bu, denetimi yitirme ve bilinmeyen bir alana

sürüklenme anlamına gelecektir.

Güç arayışındaki nevrotik bireyi tanımlayabilecek bir başka tutum da, kişinin canının istediği her şeyi yapma arzusudur. Eğer başkaları onun onlardan beklediği şeyleri tam olarak ve beklediği anda yapmazlarsa, bu onun için sürekli bir ani (akut) kızgınlık kaynağı olabilir. Sabırsızlık tutumu, güç arayışının bu yanıyla yakından ilintilidir. Herhangi türden bir gecikme, zorunlu bir bekleme, sadece trafik ışıkları için de olsa bir sinirlilik kaynağı olacaktır. Nevrotik kişi, patronca tutumunun varlığının ya da en azından boyutlarının çoğu kez farkında değildir. Bunu algılamamak ve değiştirmemek onun belli başlı işlerinden birisidir, çünkü bunun önemli koruyucu işlevleri vardır. Diğer insanların da bunu algılamaması gerekir, çünkü eğer böyle bir şey olursa sevecenliklerini yitirme tehlikesi başgösterecektir.

Bu ayrımsama (farkında olma) yokluğu sevgi ilişkileri için önemli sonuçlara sahiptir. Eğer bir sevgili ya da koca beklentileri harfi harfine yerine getirmezse, geç kalırsa, telefon etmezse, kent dışına giderse, nevrotik bir kadın söz konusu kişinin kendisini sevmediğine inanır. Hissettiği şeyin, çoğu kez dile bile gelmeyen kendi arzularına boyun eğilmemesine gösterilen açık bir kızgınlık tepkisi olduğunu algılamak yerine, durumu, istenmediğinin bir kanıtı olarak yorumlar. Bu yanılsama kültürümüzde gerçekten de çok sık görülür ve çoğu kez nevrozlarda belirleyici bir etken olan istenmiyor olma duygusuna büyük ölçüde katkıda bulunur. Kural olarak bu, hastalardan öğrenilir. Bir çocuğun kendisine boyun eğmeyişine içerleyen baskıcı bir anne, çocuğun kendisini sevmediğine inanacak ve sevmediğini söyleyecektir. Sık sık, bu temelde sevgi ilişkilerini önemli ölçüde engelleyebilecek garip bir çelişki ortaya çıkar. Nevrotik kızlar, zayıflığa duydukları aşağılamadan ötürü "zayıf" bir erkeği sevemezler; ama "güçlü" bir erkekle de başa çıkamazlar, çünkü her zaman karşıdaki insanın boyun eğmesini beklerler. Dolayısıyla gizliden gizliye aradıkları şey, kahraman, süper güçlü, aynı zamanda da bir an bile duraksamaksızın onların arzularına boyun eğecek kadar zayıf olan bir erkektir.

Güç arayışındaki bir başka tutum da asla boyun eğmeme tu-

tumudur. Bir konuda anlaşmak ya da bir öneriyi benimsemek, doğru olarak değerlendirseler bile, bir zayıflık olarak hissedilir ve bunu yapma düşüncesi bile başkaldırıya yol açar. Bu tutumun kendileri için önemli olduğu insanlar ayak diremeye yatkın olurlar ve boyun eğme korkusu nedeniyle, zorlanımlı bir biçimde tavır geliştirirler. Bu tutumun en genel dışavurumu, nevrotiğin, kendini dünyaya uyarlamak yerine dünyanın kendisine uyması gerektiği yolundaki ısrarıdır. Psikanalitik terapideki temel zorluklardan birisi bu kaynaktan gelir Bir hastanın analiz edinmesinin nihai amacı bilgi ya da içgözlemden yararlanmaktır. Bu tipten bir nevrotik birey, değişmenin kendi yararına olacağına inanmasına karşın, bu değişme olasılığından tiksinir, çünkü bu, son bir kez daha boyun eğmek anlamına gelir. Bunu yapma yetisinden yoksun olmanın ayrıca sevgi ilişkileri için de bazı sonuçları vardır. Ne anlama gelirse gelsin, sevgi her zaman, kendini bırakmak, kendi duygularına olduğu kadar sevgiliye de boyun eğmek anlamına gelir. Erkek ya da kadın, bir insan bu tür bir boyun eğme yetisinden ne denli yoksunsa, sevgi ilişkileri de o denli doyumsuz olacaktır. Aynı etken ayrıca, orgazma ulaşma işte bu kendini hepten bırakmayı gerektirdiği ölçüde, cinsel soğukluk üzerinde de bir etkiye sahip olabilir.

Güç arayışının sevgi ilişkileri üzerinde sahip olduğunu gördüğümüz bu etkisi, nevrotik sevecenlik ihtiyacının sonuçlarından birçoğunu daha tam olarak anlamamıza olanak verir. Sevecenlik arayışının içerdiği tutumlardan birçoğu, güç arayışının bunlar içinde oynadığı rol ele alınmaksızın bütünüyle anlaşılamaz.

Daha önce de gördüğümüz gibi güç arayışı çaresizliğe ve önemsizliğe karşı oluşturulan bir korumadır. Güç arayışı, bu son işlevini saygınlık arayışla paylaşır.

Bu gruba giren nevrotik birey, başkalarını etkilemeye, beğenilmeye ve saygı görmeye yönelik hayati bir ihtiyaç geliştirir. Güzelliğiyle ya da zekasıyla veya dikkati çeken bir başarısıyla başkalarını etkilediğine ilişkin hayaller kuracak; bolca ve dikkati çekecek bir biçimde para harcayacak; en son çıkan kitaplar ve sahnelenen oyunlar konusunda konuşabilir durumda olmak ve

önemli insanları tanımak zorunda kalacaktır. Ona hayran olmayan birisini bir arkadaş, karı, koca, işçi olarak benimseyemeyecektir. Özsaygısının tamamı beğeniliyor olmaya dayanır ve eğer beğeni kazanamazsa özsaygısı sıfıra iner. Aşırı duyarlılığı yüzünden ve sürekli olarak küçük düşürülmeler beklediği için, yaşam onun için değişmez bir cehennem azabıdır. Küçük düşürülmüş olma duygusunun çoğu kez farkında değildir, çünkü bunu bilmesi çok acı verici olacaktır; ama farkında olsun ya da olmasın, bu tür bir duyguya, hissedilen acıya orantılı bir öfkeyle tepki gösterir. Dolayısıyla tutumu sürekli olarak yeni bir düşmanlık ve yeni bir kaygının yaratılmasına yol açar.

Sadece tanımlama amacıyla böyle bir insan narsist olarak adlandırılabilirdi. Ancak onu devimsel açıdan ele alırsak bu terim yanıltıcı olur, çünkü değişmez bir biçimde kendi egosunu şişirmekle meşgul olmasına karşın, bunu temelde özsevgi uğruna değil, kendini bir önemsizlik ve küçük düşmüş olma duygusuna karşı koruma uğruna ya da açık terimlerle ezilen bir özsaygıyı onarma uğruna yapar.

Başkalarıyla olan ilişkileri ne kadar kopuksa saygınlık arayışı da o kadar çok içe yansıtılabilir; bu durumda bu, kendi gözünde hata yapmaz ve harika bir insan olma gereksinimi olarak gözükür. Her hata, böyle algılansın ya da ancak belli belirsiz hissedilsin, bir küçük düşme olarak değerlendirilir.

Mal varlığı hem güç hem de saygınlık kazandırdığı ölçüde, mal - mülk edinme arayışı da kültürümüz içinde çaresizliğe ve önemsizliğe ya da küçük düşürülmeye karşı bir koruma işlevi görebilir. Usdışı mal - mülk edinme arayışı kültürümüzde öylesine yaygındır ki, ancak öteki kültürlerle karşılaştırmalar yaparak bunun, bir sahip olma içgüdüsü biçiminde ya da biyolojik temelli itkilerin bir yüceltmesi biçimindeki genel bir insan içgüdüsü olmadığını anlarız. Bizim kültürümüzde bile zorlanımlı mal - mülk edinme arayışı, bunu belirleyen kaygılar azaldığı ya da giderildiği an ortadan kalkar.

Mal - mülk edinmenin bir kalkan olarak iş gördüğü özgün korku, düşkünleşme, yoksullaşma, başkalarına bağımlı olma korkusudur. Düşkünleşme (yoksullaşma) korkusu bireyi dur

durak bilmeksizin çalışmaya ve asla hiçbir para kazanma fırsatını kaçırmamaya iten bir kamçı olabilir. Bu arayışın savunma amaçlı yapısı, kişinin parasını daha çok eğlenme uğruna harcayamamasında kendini ele verir. Sahip olma arayışının yalnızca paraya ya da nesnel şeylere yöneltilmesi gerekmez, bu başkalarına yönelik sahiplik taslayıcı bir tutum olarak da gözükebilir ve sevecenliği yitirmeye karşı bir kalkan olarak işgörebilir. Sahiplenme olgusu, özellikle yasanın bu tür istekler için yasal bir temel sağladığı evliliklerdeki görünüşünden çok iyi tanındığı ve bu olgunun tipik özellikleri güç arayışını tartışırken tanımlanan özelliklerle aynı olduğu için, burada özel örnekler vermeyeceğim.

Daha önce de söylediğim gibi, tanımlanan bu üç arayış sadece kaygıya karşı güvence olarak değil, ayrıca düşmanlığı özgür bırakma aracı olarak da iş görür. Hangi arayışın ağır bastığına bağlı olarak bu düşmanlık da bir egemen olma eğilimi, bir küçük düşürme eğilimi ya da bir başkalarını yoksunlaştırma eğilimi biçimini alır.

Nevrotik güç arayışının egemen olma özelliğinin açıktan açığa başkalarına yönelik bir düşmanlık olarak belirmesi gerekmez. Bu, örneğin bir öğüt verme, karşısındaki insanın ilişkilerini düzenlemekten hoşlanma, ilk adımı atma ya da öncülüğü üstlenme tutumu gibi, toplumsal açıdan değerli ya da insancıl olan çeşitli kılıklara bürünmüş olabilir. Ama eğer bu tür durumlarda gizli bir düşmanlık varsa, karşıdaki insanlar - çocuklar, eşler, işçiler - bunu hissedecek veya teslimiyetçilikle ya da zıtlaşmayla tepki göstereceklerdir. Nevrotiğin kendisi, konunun içerdiği düşmanlığın genellikle farkında değildir. İşler istediği gibi gitmediği zaman delice bir öfkeye kapılsa bile, özünde sadece insanlar ona karşı çıkacak kadar kötü düşünceli oldukları için canı sıkılan asil bir ruh olduğu yolundaki inancını korumayı sürdürür. Ne var ki gerçekte olan şey, nevrotik bireyin düşmanlığının toplumsallaşmış biçimlere sıkıştırılması ve istediği şeyi başaramadığı zaman patlayıp dışarı akmasıdır. Sinirlilik durumları, yalın bir görüş ayrılığı ya da öğüdünün tutulmasındaki bir başarısızlık gibi, başkalarının zıtlaşma olarak hissetmeyecekleri türden bir nede-

ne dayanabilir. Yine de bu tür şeyler dikkate değer öfke yaratabilir. Egemence tutum, düşmanlığın belli bir bölümünün yıkıcı olmayan bir yoldan boşaltılabileceği bir güvenlik supabı olarak değerlendirilebilirdi. Düşmanlığın kendi içinde hafifletilmiş bir dışavurumu olduğu için bu tutum, arı yıkıcı dürtüleri denetlemeye yarayan bir araç sağlar.

Zıtlaşmadan kaynaklanan öfke bastırılabilir ve daha önce de gördüğümüz gibi, bastırılan düşmanlık bu durumda yeni bir kaygıyla sonuçlanabilir. Bu da kendini, ruh çöküntüsünde ya da yorgunlukta dışavurabilir. Bu tepkileri körükleyen olaylar gözden kaçabilecek kadar önemsiz oldukları ve nevrotik birey de kendi tepkilerinin farkında olmadığı için, bu tür ruh çöküntüleri ya da kaygı durumları hiçbir dış uyarıma bağlı değilmiş gibi gözükebilir. Ancak ve ancak hatasız gözlem, uyarıcı olaylarla sonuçtaki tepkiler arasındaki ilişkiyi düzenli olarak su yüzüne çıkarabilir.

Egemen olma zorlanımından kaynaklanan bir başka özgünlük de, kişinin eşit koşullu, eş paylı ilişkiler kurma yetisinden yoksun olmasıdır. Ya mutlaka önderlik edecektir ya da kendini yitik, bağımlı, çaresiz hissedecektir. Öylesine saltıkçıdır (otokrat) ki, tam bir buyurganlığın ötesindeki her şeyi bir teslim olma olarak algılar. Eğer kızgınlığı bastırılırsa bu bastırma ruh çöküntüsü, yılgınlık ve yorgunluk duygusuyla sonuçlanabilir. Ne var ki çaresizlik olarak algılanan şey, dolambaçlı bir egemenlik taslama ya da önderlik etme konusunda yaşanan bir başarısızlıktan ötürü duyulan bir düşmanlığı dile getirme yolu olmaktan öte bir şey olmayabilir. Örnek vermek gerekirse bir kadın yabancı bir kentte kocasıyla birlikte bir yürüyüş yapmaktadır. Belli bir noktaya kadar harita üzerinde çalışmış ve önderliği üstlenmiştir. Ama harita üzerinde çalışmadığı ve sonuçta güvensizlik duyduğu yerlere ve sokaklara geldikleri zaman yürüyüşün kılavuzluğunu hepten kocasına bırakmıştır. O ana dek neşeli ve etkin olmasına karşın, birden bire ağır bir yorgunluğun altında ezildiğini hissetmiş ve neredeyse adım atamaz bir duruma gelmiştir. Evlilik eşleriyle, kardeşleriyle, arkadaşlarıyla olan ilişkilerinde nevrotik kişinin, karşısındakini kendi iradesinin hizme-

tine zorlamak, bitmek bilmeyen ilgi ve yardım istemek için çaresizliğini bir kamçı olarak kullanarak bir köle sürücüsü gibi hareket ettiğini çoğumuz biliriz. Nevrotik kişinin kendisi için yapılan çabalardan hiç bir zaman yararlanamaması, bunun yerine tekrarlanan şikayetlerle ve tekrarlanan isteklerde ya da daha kötüsü, ihmal edildiği ve kötüyü kullanıldığı yolundaki suçlamalarla tepki göstermesi bu tür ortamlara özgüdür.

Aynı davranış psikanaliz sürecinde de gözlenebilir. Bu tür hastalar çaresizlik içinde kendilerine yardım edilmesi için yalvarıp yakarabilirler, yine de bir öneriye uyma konusunda başarısız olmakla kalmayıp, yardım alamamış olmaya duydukları içerlemeyi de dile getireceklerdir. Eğer herhangi bir özgünlüğe ilişkin bir kavrayışa ulaşarak yardımdan yararlanırlarsa hiç zaman yitirmeksizin önceki sıkıntılarına gömülecekler ve sanki hiç bir şey olmamış gibi, analistin emeğinin sonucu olan içgözlemi silip yok etmeyi başaracaklardır. Bu durumda hasta, analisti yine başarısızlığa mahkum olan yeni çabalar ortaya koymaya zorlar.

Hasta böyle bir ortamdan çifte bir doyum elde edebilir: kendisini çaresiz bir insan olarak sunarak, analisti kendi emri altına girmeye zorlayabilmeden ötürü duyulan bir tür zafer duygusu kazanır. Aynı zamanda bu straleji analistte çaresizlik duyguları yaratmaya elverişli olur ve kendi sorunları onu yapıcı bir yoldan egemen olmaktan alıkoyduğu için, bu yolla yıkıcı bir egemenlik olasılığı bulur. Bu yolla kazanılan doyumun da, tıpkı bu doyuma ulaşmak için kullanılan yöntemin kendisi gibi bilinçsiz olduğunu söylemeye gerek yok. Hastanın farkında olduğu tek şey, yardıma büyük bir ihtiyaç duyduğu ve bunu alamadığıdır. Dolayısıyla hasta, öyle davranmakta kendi gözünde bütünüyle haklı olduğuna inanmakla kalmaz, ayrıca analiste kızmakta da haklı olduğuna inanır. Aynı zamanda da sinsi bir oyun oynadığı gerçeğini kaydetmekten kendini alamaz ve sonuçta oyunun ortaya çıkarılmasından ve misillemeden korkar. Bu nedenle savunma içinde, konumunu sağlamlaştırmanın zorunlu olduğuna inanır ve bunu da durumu tersine çevirerek yapar. Yıkıcı bir saldırganlığı eyleme döken hasta değildir, ama analist onu ihmal etmekte, aldatmakta ve yaralamaktadır. Ne var ki bu konum,

ancak ve ancak hasta aldatıldığına gerçekten inanırsa inançla üstlenilip korunabilir. Bu durumdaki bir insan kendisine kötü davranılmadığını kavramaya kesinlikle ilgisiz olmakla kalmaz, tersine, inancını korumaya yönelik güçlü bir ilgi besler. Yaralandığı, aldatıldığı konusundaki ısrarı sık sık, kendisine kötü davranılmasını istediği izleniminin doğmasına yol açar. Gerçekte o da bunu herhangi birisinin istediği kadar az ister; ancak kendisine kötü davranıldığı inancı kolayca bırakılmayacak kadar önemli olan bir işlev kazanmıştır.

Egemenlik tutumunda, yeni bir kaygı yaratacak kadar çok düşmanlık bulunabilir. O zaman bu, emir verme, belirleyici olma, kesin bir görüş dile getirme konularındaki bir yeti yokluğu gibi ketlemelerle sonuçlanabilir ve bu durumda buna nevrotiğin çoğu kez gereksiz yere uysal gözükmesi sonucu eşlik eder. Sonuçta bu da nevrotiğin kendi ketlemelerini doğuştan gelen bir yumuşaklık sanmasına yol açar.

Kendileri için saygınlık özlemi ağır basan bir tutum olan insanlarda, düşmanlık genellikle başkalarını küçük düşürme arzusu biçimini alır. Özsaygıları küçük düşürülme nedeniyle yaralanan ve bu nedenle kinci olan insanlarda bu arzu büyük bir öneme sahiptir. Bu insanlar genellikle çocukluklarında bir dizi küçük düşürücü deneyimler yaşamışlardır: Bu deneyimler, içinde yetiştikleri toplumsal ortamla - bir azınlık grubuna ait olmak ya da kendileri yoksul olup da varlıklı akrabalara sahip olmak gibi - ya da, öteki çocukların yararına ayrım görmüş olmak, dışlanmış, aşağılanmış olmak, aile büyükleri tarafından bir oyuncak gibi kullanılmış, bazen şımartılmış, bazen utandırılmış, itilip kakılmış olmak gibi kendi bireysel konumlarıyla ilgili olabilir. Acı verici yapıları nedeniyle bu deneyimler çoğu kez unutulur, ama küçük düşürülmeyle ilgili sorunlara açıklık kazandırılırsa bilinç düzeyinde yeniden canlanırlar. Ne var ki yetişkin nevrozlarında bu çocukluk ortamlarının dolaysız sonuçları hiç bir zaman gözlenmez, buna karşın bir "kısır döngü"nün oluşmasıyla pekiştirilen dolaylı sonuçları gözlenebilir: bir küçük düşürülmüş olma duygusu; bir başkalarını küçük düşürme arzusu; bir misilleme korkusu nedeniyle küçük düşürülmeye yö-

nelik artan bir duyarlılık; artan küçük düşürme

Başkalarını küçük düşürme eğilimleri genellikle derinlere bastırılır, çünkü küçük düşürüldüğü zaman ne denli kızgınlık ve kincilik duyduğu konusundaki duyarlılığını bilen nevrotik, başkalarında bulunan benzer tepkilerden içgüdüsel olarak kormaktadır. Yine de bu eğilimlerden bazıları o farkında olmadan da ortaya çıkabilir: başkalarına yönelik onları bekletmek gibi istemsiz bir saygısızlık da, başkalarını istemsizce utandırıcı durumlara sokma da, onların kendilerini bağımlı hissetmelerine seyirci kalma da. Nevrotik birey başkalarını küçük düşürmeyi arzuladığından ya da bunu yaptığından bütünüyle habersiz bile olsa, onlarla olan ilişkilerine derin bir kaygı sızacak ve bu da küçük düşürüleceği veya alaya alınacağı yolundaki değişmez bir beklentide kendini belli edecektir. Daha sonra başarısızlık korkusunu tartışırken bu tür korkulara tekrar değineceğim. Küçük düşürülme ya da düşürmeye yönelik bu duyarlılıktan kaynaklanan ketlemeler sık sık, başkalarını küçük düşürüyormuş gibi gözükecek şeylerden kaçınma ihtiyacı olarak belirir; örneğin böyle bir nevrotik, başkalarını eleştirme, bir öneriyi geri çevirme, bir işçiyi işten çıkarma yetisinden yoksun olabilir, bu durumda sonuç olarak çoğu kez aşırı düşünceli ya da aşırı nazik görünümü verir.

Son olarak, bir küçük düşürme eğilimi bir hayranlık duyma eğiliminin arkasına gizlenmiş olabilir. Küçük düşürmeyle hayranlık duyma birbirine yüz seksen derece zıt olduğu için, sonuncusu, ilkine yönelik eğilimlerin giderilmesi ya da gizlenmesi için en güvenilir yolu sağlar. Ayrıca, bu her iki karşıt ucun da sık sık aynı insanda bulunmasının nedeni de işte budur. Bu iki tutumun ortaklaşa kullanılabileceği çeşitli yollar vardır ve bu ortak kullanımın nedenleri bireye bağlıdır. Bunlar, yaşamın farklı dönemlerinde ayrı ayrı ortaya çıkabilirler, insanlara yönelik yoğun bir hayranlık dönemini, yine onlara yönelik genel bir aşağılama dönemi izler; erkeklere karşı bir hayranlık, kadınlara karşı bir aşağılama ya da tam tersi olabilir; ya da bir iki kişiye yönelen körükörüne bir hayranlık ve dünyanın kalanına yönelik ve aynı ölçüde körükörüne olan bir aşağılama aynı anda bulunabilir.

Ve ancak analiz sürecinde bu iki tutumun gerçekte birlikte varolduğunu gözleyebiliriz. Bir hasta, aynı anda hem analiste körü körüne hayran olabilir, hem de onu küçümseyebilir, bu durumda ya iki duygudan birisini baskı altına alacak ya da ikisi arasında mekik dokuyacaktır.

Mal - mülk edinme arayışında düşmanlık, genellikle başkalarını yoksunlaştırmaya yönelik genel bir eğilim biçimini alır. Başkalarını dolandırma, onlara ait şeyleri çalma, onları kullanma ya da engelleme arzusu kendi içinde nevrotik değildir. Bu arzu kültürel olarak şekillendirilmiş olabilir ya da güncel ortam bunu gerekli kılabilir veya normalde bir çıkarcılık sorunu olarak ele alınabilir. Ne var ki nevrotik bireyde bu eğilimler, büyük bir coşku yükü taşırlar. Bu eğilimlerden elde ettiği olumlu çıkarlar çok küçük ya da önemsiz olsa bile, eğer başarıyla sonuçlanırsa birey coşku ve zafer duygusuna kapılacaktır, örneğin elden düşmüş bir şey bulmak için, bu yolla elde kalacak miktarla bütünüyle orantısız olan bir zaman ve enerji harcayabilir. Böyle bir bireyin başarıdan aldığı doyumun iki kaynağı vardır: başkalarını aldatmış olma duygusu ve onları yaralamış olma duygusu.

Başkalarını yoksullaştırmaya yönelik bu eğilim birçok kılığa girer. Nevrotik insan, eğer kendisini bedava ya da ödeyebileceğinden daha az bir para karşılığı muayene etmezse doktora karşı içerleme duyacaktır. Hiç bir ücret beklemeksizin fazla mesai yapmaya gönüllü olmazlarsa işçilerine kızacaktır. Arkadaşlarla ve çocuklarla olan ilişkilerde kötüye kullanma eğilimi sık sık onların kendisine karşı yükümlü oldukları öne sürülerek haklı çıkarılacaktır. Anne-babalar, bu tür bir temelde özveriler isteyerek çocuklarının yaşamlarını gerçektende yıkabilirler ve söz konusu eğilim böylesine yıkıcı kılıklarda belirmese bile, çocuğun kendisine bir doyum vermek için varolduğu inancına göre hareket eden bir anne, mutlaka çocuğunu coşkusal açıdan kötüye kullanacaktır. Bu tipten nevrotik bir insan ayrıca sahip olduğu şeyleri başkalarından saklamaya, ödemesi gereken parayı, verebileceği bilgiyi, bir başkasının ondan beklediği cinsel doyumu alıkoymaya da eğilim gösterebilir. Çalıp çırpma eğilimlerinin varlığı, tekrarlanan hırsızlık rüyaları tarafından ortaya vurula-

bilir ya da nevrotik birey, denetim altında tuttuğu bilinçli çalma dürtülerine sahip olabilir; gerçekte belli bir dönemde bir hırsızlık delisi (kleptomanik) olabilir.

Bu genel tipten olan insanlar, başkalarını amaçlı olarak yoksunlaştırmaya çalıştıklarının çoğu kez farkında değillerdir. Bunu yapma arzularıyla birleşen kaygı, kendilerinden herhangi bir şey beklendiği zaman bir ketlemeyle sonuçlanabilir, bu nedenle, örneğin beklenen bir doğum günü armağanı almayı unuturlar ya da bir kadın kendilerine teslim olmaya hazır olduğu zaman cinsel güçlerini yitirirler. Ancak bu kaygı her zaman gerçek bir ketlemeye yol açmaz, bunun yerine bu kaygı, başkalarını kullandıkları ya da yoksun bıraktıkları -ki gerçekte yaptıkları da budur- yolundaki sinsi bir korku içinde kendini belli edebilir, buna karşın bilinç düzeyinde böyle bir niyeti öfkeyle inkar edeceklerdir. Kaldı ki nevrotik birey, gerçekte bu eğilimleri içermeyen bazı etkinliklerinde de bu korkuyu duyabilirken, aynı zamanda da diğer etkinliklerinde insanları kullandığından ya da yoksunlaştırdığından habersiz kalabilir.

Başkalarını yoksunlaştırmaya yönelik bu eğilimlere coşkusal bir çekememezlik tutumu da eşlik eder. Çoğumuz, eğer başkaları bizim sahip olmak istediğimiz bazı avantajlara sahipse biraz kıskançlık duyarız. Ancak normal insanda vurgu, bu avantajlara sahip olmayı istemesi gerçeği üzerindedir; nevrotik insanda vurgulama, bu avantajlara sahip olmayı istemese bile, bunlardan ötürü başkalarını çekememesi, bunları o insanlara çok görmesi gerçeği üzerinedir. Bu tür anneler çoğu kez çocuklarının neşesini çekemezler ve onlara şunu söylerler: "Kahvaltıdan önce gülen, akşam yemeğinden önce ağlar."

Nevrotik birey çekememezlik tutumunun kabalığını, bunu haklı bir kıskançlık temeline oturtarak gizlemeye çalışacaktır. İster bir oyuncak bebekle, bir kızla, boş zamanlar ister bir işle ilgili olsun, başkalarının sahip olduğu avantaj öylesine göz alıcı ve arzu edilir gözükür ki, nevrotik kişi kıskançlık duymakta bütünüyle haklı olduğuna inanır. Bu haklı çıkarma ancak gerçeklerdeki istemsiz bir çarpıtmanın yardımıyla olası olur: kendi sahip olduğu şeylere olduğundan az bir değer biçmesi ve başkalarının

elinde bulunan avantajların gerçekten arzu edilir şeyler olduğu yolundaki bir yanılsamadan oluşan bir çarpıtma. Kendini aldatma o kadar ileri gidebilir ki, karşısındaki insanın kendisinden üstün olmasına yol açan bir avantaja sahip olmayı başaramadığı için, gerçekten sefil bir durumda olduğuna inanmasına, bu arada başka açılardan bir başkasıyla değiştirmek istemeyeceği bir durumda olduğunu bütünüyle unutmasına yol açar. Kişinin bu çarpıtma için ödemek zorunda olduğu bedel, ulaşılabilir olan gerçek mutluluk olasılıklarını benimseyip, bunlardan zevk alma yetisinden yoksun kalmaktır. Ne var ki bu yeti yokluğu da onu çok korktuğu başkalarının kıskançlığından korumaya yarar. Nevrotik kişi, kendilerini bazı insanların kıskançlığına karşı korumak için geçerli nedenlere sahip olan ve bu nedenle gerçek konumlarını olduğundan farklı gösteren normal insanların yaptığı gibi, sahip olduğu şeylerle kendini doyuma ulaşmaktan bilerek ve amaçlı olarak alıkoymaz; bunu kendine bitesiye bir iş yapar ve gerçekten de kendini herhangi bir zevkten yoksun bırakır. Bu nedenle o kendi amaçlarını baltalar: her şeye sahip olmak ister, ama yıkıcı itkilerinin ve kaygılarının sonucu olarak yaptığı işten sonunda eli boş çıkar.

Tartıştığımız diğer bütün düşmanca eğilimler gibi, başkalarını yoksunlaştırma ya da kötüye kullanma (sömürme) eğiliminin, bozuk insan ilişkilerinden kaynaklanmakla kalmayıp, daha büyük bir bozulmayla sonuçlandığı açıktır. Özellikle bu eğilim genelde olduğu gibi az çok bilinçsizse, bireyi zorunlu olarak özbilinçli, hatta başkalarına karşı ürkek yapacaktır. Hiçbir şeyi beklemediği insanlara karşı rahat ve doğal davranabilir, ancak birisinden herhangi bir çıkar sağlama olasılığı söz konusu olduğu an öz-bilinçli olacaktır. Bu çıkar, bilgi ya da bir tavsiye mektubu gibi elle tutulur şeylerle ya da gelecekteki çıkarlara ilişkin bir olasılık gibi daha az nesnel şeylerle ilgili olabilir. Bu, öteki bütün ilişkiler gibi erotik ilişkiler için de geçerlidir. Bu tipten nevrotik bir kadın, aldırış etmediği erkeklerin karşısında dürüst ve doğal olabilir, ama kendisinden hoşlanmasını istediği bir erkeğe karşı utangaçlık ve gerginlik duyar, çünkü onun için erkeğin sevecenliğini kazanmak, ondan yararlanmakla özdeşleşmiştir.

Bu tip insanlar istisna derecesinde iyi bir para kazanma becerisine sahip olabilirler, böylece dürtülerini kârlı kanallara boşaltabilirler. Bu insanlar çoğunlukla para kazanma konusunda ketlemeler geliştirecekler ve böylece ücret isterken tedirgin olacaklar ya da uygun bir karşılık almaksızın çok fazla çalışacaklar ve bu nedenle gerçekte olduğundan daha alçakgönüllüce davranıyorlarmış gibi gözükeceklerdir. Eğer nevrotiğin ketlemeleri kişiliğinin tamamına sızacak kadar yayılırsa sonuç, kendi ayakları üstünde durmaya yönelik genel bir yeti yokluğu olacak ve kişi başkaları tarafından desteklenmek zorunda kalacaktır. O zaman asalakça bir varoluş yolunu tutacak ve böylece kötüye kullanma eğilimlerini doyuracaktır. Bu asalakça tutumun, açıkça "dünyanın bana bir hayat borcu var" biçimini alması gerekmez, ancak insanlardan onun işlerini yapmalarını, ilk adımı atmalarını, işi için görüş vermelerini bekleme, kısaca yaşamının sorumluluğunu başkalarının üstlenmesini bekleme doğrultusunda daha sinsi bir beklenti biçimini alabilir. Bunun sonucu, genelde yaşama yönelik olumsuz bir tutumdur: kişi, bunun kendi hayatı olduğu ve bundan yararlanmanın ya da bunu yıkmanın kendi yükümlülüğü olduğu konusunda net bir görüşe sahip değildir, ama sanki başına gelen şeyler onu ilgilendirmiyormuş, sanki iyi ya da kötü şeyler dışarıdan geliyormuş ve onun bu konuda yapacak bir şeyi yokmuş, sanki iyi şeyleri başkalarından bekleme ve bütün kötü şeylerin sucunu onların üstüne yıkma hakkına sahipmiş gibi yaşar. Bu olayda genellikle iyiden çok kötü şeyler üretildiği için, dünyaya karşı artan bir acı dolu içerleme neredeyse kaçınılmazdır. Bu asalakça tutum, özellikle sevecenlik ihtiyacı nesnel bir ilgi özlemi biçimini aldığı zaman nevrotik sevecenlik ihtiyacında da bulunabilir.

Nevrotik kişinin başkalarını yoksunlaştırma ya da sömürme eğiliminin sık sık görülen bir başka ürünü de, başkaları tarafından dolandırılacağı ya da sömürüleceği yolundaki bir kaygıdır. Nevrotik, birisinin kendisiniden yararlanacağı, parasının ya da görüşlerinin çalınacağı yolundaki kalıcı bir korku içinde yaşayabilir, bu durumda karşılaştığı her insana, bu kişinin kendisinden bir şey isteyebileceği korkusuyla tepki gösterecektir. Eğer

gerçekten dolandırılırsa, örneğin bir taksi sürücüsü en kestirme yoldan gitmezse ya da bir garson gerekenden daha fazla para alırsa, görünüşte orantısız olan bir kızgınlık sergileyecektir. Kişinin kendi sömürme eğilimlerini başkalarına yansıtmasının taşıdığı ruhsal değer açıktır. Başkalarına karşı haklı bir öfke duymak, kişinin kendine ait bir sorunla yüz yüze gelmesinden çok daha hoş bir şeydir. Dahası, histerik insanlar sık sık suçlamaları karşısındaki insanı yıldırmaya ya da onu suçluluk duygularına gömmeye ve böylece kullanılmaya seyirci kalmasını sağlamaya yönelik bir araç olarak kullanırlar. Bayan Dodsworth tipinde Sinclair Lewis, bu tür bir stratejinin göz alıcı bir betimini yapmıştır.

Nevrotik güç, saygınlık ve mal-mülk edinme arayışının amaçları ve işlevleri, kabaca aşağıdaki gibi çizemleştirilebilir:

Amaçlar	**Güvence Sağladığı Şey**	**Düşmanlığın Biçimi**
Güç	Çaresizlik	Egemen olma eğilimi
Saygınlık	küçük düşürme	küçük düşürme eğilimi
Mal-mülk edinme	yoksulluk	başkalarını yoksunlaştırma eğilimi

Alfred Alder, bu arayışları, bunların önemini, nevrotik dışavurumlarda oynadıkları rolü ve başgösterdikleri kılıkları görüp ısrarla üzerinde durarak büyük bir işi başarmıştır. Ne var ki Adler, bu arayışların kendi içerinde hiç bir açıklama gerektirmediğini ve insan doğasındaki en ağır basan eğilim olduğunu savunmuş;[1] nevrozlarda yoğunluk kazanmalarını aşağılık ve fiziksel yetersizlik duygularına bağlamıştır.

Freud da bu çabaların sonuçlarından birçoğu görmüştür, ama bunları birbirine ait şeyler olarak değerlendirmemiştir.

1 Nietzsche'nin **Der Willer zur Macht** adlı yapıtında, güç arzusuna ilişkin benzer bir tek yanlı değerlendirme bulunabilir.

Freud, saygınlık arayışının narsizm eğilimlerinin bir dışavurumu olarak ele alır. Güç ve mal- mülk edinme arayışlarını ve bunların içerdiği düşmanlığı başlangıçta "anal-sadistik evrenin" türevleri olarak ele almıştır. Ancak daha sonra bu tür düşmanlıkların cinsellik temeline indirgenmeyeceğini anlamış ve bunların bir "ölüm içgüdüsü" nün bir anlatımı olduğunu kabul etmiş ve böylece kendi biyolojik yönelimi düşünce yapısına sadık kalmıştır. Ne Adler, ne de Freud bu tür itkilerin yaratılmasında kaygının oynadığı rolü kavrayamamıştır ve hiçbiri bunların dışavuruluş biçimlerindeki kültürel öğeleri görememiştir.

Onbirinci Bölüm

NEVROTİK REKABETÇİLİK

GÜÇ, saygınlık ve mal-mülk edinme yolları farklı kültürlerde farklılık gösterir. Bunlar, miras yoluyla kişiye geçebilir ya da bireyde bulunan ve içinde yaşadığı kültür tarafından benimsenen cesaret, hüner, hastalığı iyileştirme ya da doğaüstü güçlerle iletişim kurma yetisi, ruhsal dengesizlik, vb. gibi belli niteliklerden kaynaklanabilir. Bunlar ayrıca, mevcut nitelikler temelinde ya da raslantıya bağlı koşulların yardımıyla ulaşılan olağandışı ya da başarılı etkinlikler yoluyla da kazanılabilir. Kültürümüzde mevki ve servet mirası elbette belli bir rol oynar. Ne var ki gücü, saygınlığı ve serveti birey kendi çabalarıyla kazanmak zorundaysa diğer bireylerle rekabetçi bir mücadeleye girmeye itilir. Rekabet, ekonomik merkezinden taşarak diğer bütün etkinliklere yayılır ve sevgiye, toplumsal ilişkilere ve oyuna sızar. Bu nedenle rekabet, kültürümüzde yaşayan herkes için bir sorundur ve bunun nevrotik çatışkıların şaşmaz bir merkezi olduğunu bulmak bizi pek şaşırtmaz.

Kültürümüzde nevrotik rekabet, normal rekabetten üç açıdan farklılık gösterir. İlk elden nevrotik birey, bunu gerektirmeyecek ortamlarda bile kendini sürekli olarak başkalarıyla karşılaştırır. Başkalarını geride bırakma çabasının bütün rekabetçi ortamlarda temel bir öğe olmasına karşın, nevrotik kişi kendisini hiçbir açıdan potansiyel rakipler olmayan ve kendisiyle hiçbir ortak hedefi bulunmayan insanlarla da karşılaştırır. Kimin daha zeki, daha çekici, popüler olduğuna ilişkin soru, ayrım gözetmeksizin herkese uygulanır. Nevrotik bireyin yaşama yönelik tutumu, bir at yarışında tek bir şeye önem veren -başkalarından önde olup olmadığı- bir jokeyin tutumuyla kıyaslanabilir. Bu tutum zorunlu olarak, herhangi bir amaca yönelik gerçek ilginin yitirilmesine ya da zayıflamasına yol açar. Yaptığı şeyin içeriği, bu

yolla ne kadar başarı, etki, saygınlık kazanacağı sorusu kadar önemli değildir. Nevrotik birey bu kendini başkalarıyla karşılaştırma tutumunun farkında olabilir ya da bunu otomatik olarak ve farkında olmadan yapabilir. Bu tutumun kendisi için oynadığı rolün de kolay kolay farkına varamaz.

Nevrotik rekabetçiliği normal rekabetten ayıran ikinci fark, nevrotik bireyin hırsının sadece başkalarından daha büyük işler yapma ya da onlardan daha büyük başarılar elde etmeye değil, ayrıca eşsiz ve istisna olmaya yönelik olmasıdır. Karşılaştırmalı bir yoldan düşünüyor olabilse de amacı her zaman üstünlük mertebesindedir. Amansız bir hırs tarafından sürüklendiğinin tam anlamıyla farkında olabilir. Ne var ki çoğu kez ya hırsını hepten bastırır ya da kısmen gizler. Örneğin son durumda başarıyla değil de çalışma amacıyla ilgilendiğine inanabilir; ya da genel ilginin odağı olmayı değil sadece iplerini perde arkasında oynatmak isteğine inanabilir; ya da yaşamının bir döneminde hırslı olduğunu- ergen bir oğlanken İsa ya da İkinci Napolyon olmayı ya da dünyayı savaştan kurtarmayı hayal ettiğini, genç bir kızken Büyük Britanya prensi ile evlenmek isteğini- kabul edebilir, amaç o günden sonra hırsının hepten silinip gittiğini söyleyecektir. Kaldı ki, hırsının bu kadar azalmasından yakınabilir ve eski hırsının birazını yeniden alevlendirmesinin hoş bir şey olacağını söyleyebilir. Eğer hepten bastırılmışsa hırs denilen şeyin kendisine her zaman için yabancı olduğunu inanmaya yatkın olacaktır. Ancak psikanalist koruyucu katmanların birkaçını bağrından çözdükten sonradır ki, nevrotik birey, içeriği görkemlilik olan hayaller kurduğunu ya da kafasında saniyelik zaman dilimleri içinde yanıp sönen kendi alanındaki en iyi olma, ya da olağanüstü zeki ya da yakışıklı olma düşüncelerini, ya da kendisinin bulunduğu bir ortamda her hangi bir kadının bir başka erkeğe aşık olabilmesine şaşırdığını hissettiğini, ya da geçmişe dönüp baktığında buna içerlediğini bile anımsayacaktır. Ne var ki olayların çoğunda birey, hırsın tepkilerinde onadığı güçlü rolü gözardı ederek bu tür düşüncelere herhangi bir özel önem vermez.

Böyle bir hırs bazen belli bir amaç üzerinde odaklaşacaktır:

zeka, çekicilik veya şu ya da bu türden başarılar ya da ahlak değerleri. Ancak bu hırs bazen belli bir amaç üzerinde yoğunlaşmak yerine bireyin bütün etkinliklerine yayılır. O, girdiği her alanda en iyi olmak zorundadır. Aynı anda hem büyük bir kaşif, önemli bir doktor, hem de eşi bulunmaz bir müzisyen olmayı isteyebilir. Bir kadın, kendi özel çalışma alanında birinci olmakla kalmayıp, ayırca kusursuz bir ev kadını ve en iyi giyinen hanım olmayı isteyebilir. Bu tipe giren gençler şu ya da bu mesleği seçmeyi ya da izlemeyi zor bulabilirler, çünkü birisini seçmek, ötekilerden vazgeçmek ya da en azından favori ilgilerinin ve etkinliklerinin bir bölümünden vazgeçmek anlamına gelir. Aynı anda hem mimarlık, hem cerrahi, hem de keman üzerinde uzmanlaşmak insanların çoğu için gerçekten de zor olacaktır. Ayrıca bu tür gençler çalışmalarına aşırı fantastik olan beklentilerle başlayabilir: Rembrandt gibi resim yapmak, Shakespeare gibi oyunlar yazmak, laboratuvarda çalışmaya başlar başlamak hatasız bir kan sayımı yapabilmek. Sahip oldukları aşırı hırs çok şey beklemelerine yol açtığı için uğraşlarında başarısız olacaklar ve bu nedenle kolayca yılgınlığa kapılacak, düşkırıklığına uğrayacaklar ve anında çabalarını bırakıp bir başka şeye başlamaya itileceklerdir. Birçok yetenekli insan, enerjisini yaşam boyunca bu yolla tüketir. Bu insanlar çeşitli alanlarda bir şeyler başarma konusunda gerçekten de büyük potansiyellere sahiplerdir, ama bu alanların hepsiyle birden ilgilenmeleri ve sonuçta hepsinde de hırslı olmaları nedeniyle herhangi bir amacın arkasından ısrarla ve tutarlı bir ruhla koşma yetisinden yoksundurlar; sonuçta hiç bir şeye ulaşmazlar ve becerilerinin boş yere heder olup gitmesine seyirci kalırlar.

Hırsın farkına varılmış olsun ya da olmasın, bunun engellenmesine karşı her zaman için büyük bir duyarlılık söz konusudur. Bir başarı bile bir düşkırıklığı olarak algılanabilir, çünkü bu, yükseklerden uçan beklentileri yeterince yerine getirmez. Örneğin bilimsel bir deneme ya da kitapla kazanılan bir başarı yine de bir düşkırıklığı olabilir, çünkü bu, dünyayı yerinden oynatmamış, ancak sınırlı bir ilgi uyandırabilmiştir. Bu tip bir insan zor bir sınavı başarıyla geçtikten sonra, sınava giren diğer

insanların da sınavı geçtiğine dikkati çekerek kendi başarısını küçümseyecektir. Bu tip insanların başarından zevk almamasının nedenlerinden birisi, işte bu düşkırıklığına yönelik inaçtı eğilimleridir. Bunun diğer nedenlerini daha sonra tartışacağım. Doğal olarak bu insanlar eliştiriye karşı da elbette aşırı ölçüde duyarlıdır. Birçok insan, tek kitabın ya da tek resmin ötesinde hiçbir şey üretmemiştir, çünkü hafif bir eliştiri karşısında bile derin bir yılgınlık, bir cesaret yitimi duymuşlardır. Birçok gizli nevroz ilk olarak, söz konusu olan eleştiri ya da başarısızlık kendi içinde önemsiz ya da sonuçtaki ruhsal sorunla oldukça orantısız da olsa, kişinin kendinden üstün olan birisinin eleştirisi ya da bir başarısızlık anında ortaya çıkar.

Nevrotik rekabeti normal rekabetten ayıran üçüncü farklılık, nevrotik bireyin hırsında, "hiç kimse değil, sadece ben güzel, beçerikli, başarılı olacağım" tutumunda gizli olan düşmanlıktır. Düşmanlık, her şiddetli rekabette yapısaldır, çünkü rakiplerden birisinin zaferi diğerinin yenilgisi demektir. Aslına bakılırsa bireyci bir kültürde o kadar çok yıkıcı rekabet vardır ki, insan, yalıtılmış bir özellik olarak bunu nevrotik bir özgürlük diye adlandırmakta tereddüt eder. Bu, neredeyse kültürel bir davranış yapılanmasıdır. Ne var ki, nevrotik insanlarda bunun yıkıcı yanı yapıcı yanından daha güçlüdür: nevrotik için başkalarının dize geldiğini görmek kendi başarısından daha önemlidir. Daha kesin konuşmak gerekirse, nevrotik bir hırsa sahip kişi için sanki başkalarını yenmek başarmaktan daha önemliymiş gibi davranır. Gerçekten kendi başarısı onun için en önemli şeydir; ama başarıya yönelik daha sonra da göreceğimiz gibi- güçlü ketlenmelere sahip olduğundan, üstün olması ya da en azından böyle hissetmesi için tek bir açık kapı kalır: başkalarını yere çalmak, onları kendi seviyesine ya da daha aşağılara indirmek.

Kültürümüzdeki rekabetçi mücadelelerde kendi konumunu ya da ününü sağlama almak, pekiştirmek için bir rakibe zarar vermek ya da potansiyel bir rakibe göz açtırmamak çoğu kez etkili ve geçerli bir yöntemdir. Buna karşın nevrotik birey, başkalarını aşağılamaya yönelik kör, ayrım gözetmeyen ve zorlanımlı olan bir dürtü tarafından sürüklenir. Karşısındaki insanların

gerçekte ona hiç bir zarar vermeyeceklerini kavramış olsa bile ya da onların yenilgisi kesinlikle kendi zararına da olsa, aynı şeyi yapabilir. Bu tip bir insanın beslediği duygu, "benden başka hiç kimse başaramayacak" görüşünü dile getirmenin sadece bir başka yolu olan "ancak bir kişi başarabilir" yolundaki bir inanç olarak tanımlanabilir. Sahip olduğu yıkıcı dürtülerin arkasında olağanüstü ölçüde bir coşkusal yoğunluk bulunabilir. Örneğin, oyun yazmakta olan bir adam, bir dostunun da bir oyun üzerinde çalıştığını duyunca gözükara bir öfkeye kapılmıştı.

Başkalarının çabalarını boşa çıkarmaya ya da engellemeye yönelik bu dürtü birçok ilişkide görülebilir. Aşırı hırslı bir çocuk, ailesinin kendisi için yaptığı çabaların tamamanı boşa çıkarmaya yönelik bir arzu tarafından güdülendirilebilir. Eğer ailesi onu davranış ve toplumsal başarı konularında zorlarsa o, toplumsal açıdan utandırıcı (skandal yaratıcı) bir davranış biçimi geliştirir. Eğer anne-baba çabalarını onun zihinsel gelişimi üzerinde odaklaştırırsa, öğrenmeye karşı öylesine güçlü ketlemeler geliştirebilir ki, geri zekalı olduğu izlenimi verilebilir. Şu anda, gerizekalı olduklarından kuşkulanılarak bana getirilen, ancak daha sonra çok becerikli ve zeki olduklarını kanıtlayan iki genç hastamı anımsıyorum. Ailelerini dize getirmeye yönelik bir arzu tarafından güdülendirildikleri gerçeği, psikanaliste karşı da aynı yoldan davranma girişimlerinde açıklık kazandı. Bu hastalardan birisi, bir süre için beni anlamadığını öne sürüp durdu ve ta ki ailesine ve öğretmenlerine karşı oynadığı oyunun aynısını benimle de aynadığını anlayıncaya kadar zekasına ilişkin yargımdan kuşkulanır olmuştum. Her iki genç de büyük hırslara sahipti, ama sağaltımın başında hırs, yıkıcı dürtüler içinde bütünüyle dibe çökertilmişti.

Aynı tutum derslere ya da herhangi türden bir tedaviye karşı da başgösterebilir. Dersleri izlerken ya da tedavi görürken bunlardan yararlanmak bireyin işidir. Ancak bu tipten nevrotik bir insan için, öğretmenin ya da doktorun çabalarını boşa çıkarmak ya da onların kazanacağı olası bir başarıyı engellemek çok daha önemli olur. Ve sadece kendi tarafında hiçbir şeyi başaramadığını göstererek bu amaca ulaşabilirse, bunun için hasta ya da

bilgisiz kalma bedelini bile ödemeye hazırdır, böylece karşısındaki insanlara hiç de iyi olmadıklarını göstermiş olacaktır. Bu sürecin bilinçaltında sürüp gittiğini söylemek gereksiz. Böyle bir insan biliç düzeyinde, öğretmenin ya da doktorun gerçekte beceriksiz olduğunu ya da kendisi için doğru insan olmadığına inanacaktır.

Bu nedenle bu tipten bir hasta, analistin kendisiyle olan çalışmasında başarılı olmasından olağanüstü ölçülerde korkar. Pisikanalistin çabalarını boşa çıkarmak için, bunu yapmakla açıkça kendi amaçlarını baltalıyor bile olsa, elinden gelen her şeyi yapacaktır. Analisti yanlış yola sevketmekle ya da önemli bilgileri kendine saklamakla kalmayacak, elinden geldiğince aynı durumda kalabilecek ya da dramatik olarak daha kötüye bile gidecektir. Durumunda hissettiği düzelmeleri analiste anlatmayacak ya da anlatsa bile bunu isteksizce ya da şikayetçi bir tavırla yapacak ya da bir düzelmeyi veya kazanılan bir içgözlemi, hava sıcaklığındaki bir değişme, bir aspirin yutmuş olması ya da okuduğu bir şey gibi dışsal bir etkene bağlayacaktır. Analistin gösterdiği hiçbir yolu izlemeyecek, böylece onun kesinlikle hatalı olduğunu kanıtlamaya çalışacaktır. Ya da daha önce analistin ortaya çıkardığı bir ipucunu şiddetle reddetmişken, aynı bulguyu şimdi kendininmiş gibi satacaktır. Bu son davranış, sıradan gündelik ilişkilerde sık sık gözlenilebilir; bu davranış , bilinçsiz sahiplenmeciliğin dinamik güçlerini oluşturur ve birçok öncelik savaşı bu tür bir ruhsal temele sahiptir. Böylece bir insan, kendinden başka birisinin yeni bir fikre sahip olabileceği düşüncesine dayanmaz. Kendisine ait olmayan bir görüşü açıkca küçümseyecektir. Örneğin, eğer o an için rekabet halinde olduğu bir insan tarafından önerilirse, bir filmden ya da kitaptan hoşlanmayacak ya da bunları yadsıyacaktır.

Bütün bu tepkiler psikanaliz süreci içinde ayrımsama (bilinç) düzeyine yaklaştığı zaman nevrotik, iyi bir yorumdan sonra öfke patlamaları yaşayabilir: görüşme odasında bulunan öte-beriyi kırıp dökme ya da analiste hakaret dolu sözler yağdırma dürtüleri. Ya da bazı sorunlar giderildikten sonra hiç zaman yitir-

meksizin henüz çözülmemiş bir yığın sorunu olduğuna dikkati çekecektir. Kaldı ki önemli ölçüde düzelmiş ve düşüncede de bunu kavramış bile olsa, bir minnet duygusu beslememek için savaşacaktır. Bu nankörlük olgusunun, yükümlülük altında kalma korkusu gibi içerdiği daha başka etkenler de vardır, ama buradaki önemli öğelerden birisi, nevrotik bireyin, bir şeyden ötürü birisini övgüyle anmak zorunda olmaya ilişkin sık sık duyduğu küçük düşürülmüş olma duygusudur.

Nevrotik kişi otomatik olarak, başkalarının da bir yenilgiden sonra kendisi kadar kırgınlık ve kincilik duyacağını düşündüğü için, başkalarını dize getirme dürtüleri büyük bir kaygıyla birleşmiştir. Nevrotik birey, bu nedenle başkalarını yaralanmaktan çekinecek ve onları dize getirme eğilimlerinin gelecekte haklı olduğuna inanarak ve bu konuda ısrar ederek, bu eğilimleri farkına varma düzeyinden bir ölçüde uzak tutacaktır.

Eğer nevrotik birey güçlü bir aşağılama tutumuna sahipse, olumlu bir görüş oluşturma, olumlu bir tavır alma ya da yapıcı bir karar verme konularında zorluk çekecektir. Bir kişi ya da konu üzerindeki olumlu bir görüş, herkesin yapabileceği en hafif bir olumsuzluk anıştırma tarafından yerle bir edilebilir, çünkü küçümseyici dürtülerin alevlenmesi için incir çekirdeğini doldurmayacak bir şey bile yeterli olacaktır.

Nevrotik güç, saygınlık ve mal - mülk edinme çabasının içerdiği bütün yıkıcı dürtüler rekabetçi mücadeleye de girer. Kültürümüzde sürüp giden genel rekabetçi mücadelede, normal insan bile bu eğilimleri göstermeye yatkındır, ama nevrotik bireyde bu tür dürtüler, bunların yaratabileceği dezavantaj ya da acıya bakılmaksızın kendi içlerinde önemli olurlar. Nevrotik için, başkalarını küçük düşürme ya da kötüye kullanma veya dolandırma becerisi, bir üstünlük zaferi ya da, eğer başaramazsa bir yenilgi olur. Başkalarından yararlanamayacak bir durumda olduğu zaman sergilediği öfkenin nedeni çoğunlukla bu tür bir yenilgi duygusudur.

Eğer bir toplumda bireyci rekabetçi bir ruh ağır basıyorsa bu erkeklere ve kadınlara ait yaşam alanları kesin olarak birbirin-

den ayrılmış olmadığı sürece, cinslerarası ilişkileri de mutlaka zedeleyecektir. Ne var ki yıkıcı yapısından ötürü nevrotik rekabet, ortalama rekabetten çok daha büyük yıkımlar yaratacaktır.

Sevgi ilişkilerinde nevrotik bireyin karşısındaki insanı yenmeye, dize getirmeye ve küçük düşürmeye yönelik eğilimleri olağanüstü bir rol oynar. Cinsel ilişkiler, ya eşi dize getirip aşağılamaya ya da onun tarafından dize getirilip aşağılanmaya aracı olur, bu elbette bu ilişkilerin yapısına yabancı bir özelliktir. Sık sık, Freud'un erkeğin sevgi ilişkilerindeki bir bölünme olarak tanımladığı bir durum ortaya çıkar: bir erkek, sadece kendi değer ölçülerinin altındaki kadınlara cinsel ilgi duyabilir, bunun yanında sevdiği ve hayran olduğu kadınlara ne arzu duyar, ne de onlarla cinsel açıdan güçlü olur. Böyle bir insan için cinsel ilişki, küçük düşürme eğilimleriyle kopmaz bir şekilde birleşmiştir, bu nedenle sevdiği ya da sevebileceği birisine yönelik cinsel arzularını hiç zaman yitirmeksizin bastırır. Bu tutum çoğu kez, nevrotik bireyin, kendisini küçük düşürdüğüne inandığı ve karşılık olarak da küçük düşürmeyi arzuladığı annesine bağlanabilir, ancak korktuğu için bu dürtüyü abartılı bir tapınmanın arkasına gizlemiştir. Bu, sık sık bir saptantı olarak tanımlanan durumdur. İleriki yaşamında kadınları iki gruba ayırarak bir çözüme ulaşır; sevdiği kadınlara yönelik düşmanlığın kalanı, olgusal olarak onları engelleme biçimini alır.

Eğer bu tip erkek, kendisine eşdeğerde ya da daha üstün bir konumdaki ya da kişilikteki bir kadınla ilişkiye girerse, bununla övünmek yerine çoğu kez, gizliden gizliye kadından utanır. Bu tepki onu şaşkınlığa boğabilir, çünkü bilinç düzeyinde, bir kadının cinsel ilişkiye girmekle değerini yitirmeyeceğini düşünmektedir. Bilmediği şey, cinsel ilişki yoluyla kadını aşağılama dürtüsünün, kadının onun için coşkusal açıdan aşağılık olmasına yol açacak kadar güçlü olduğudur. Bu nedenle ondan utanması mantıksal bir tepkidir. Bir kadın da sevgilisinden usdışı bir utanç duyabilir, bu durumda bunu, onunla birlikte gözükmeyi istemeyişinde, ya da onun iyi niteliklerine karşı duyarsız oluşunda, böylece ona hakettiğinden daha az değer verişinde belli edebilir. Analiz böyle bir kadının, sevgilisini aşağılamaya yöne-

lik aynı bilinçsiz eğilime sahip olduğunu açığa çıkarır.[1] Kadın genellikle bu eğilimleri diğer kadınlara karşı da besler, ama bireysel ilişkilerinden ötürü bunlar erkekte olan ilişkilerde daha belirginleşmiştir. Bunun bireysel nedenleri farklılık gösterebilir: yeğlenen bir erkek kardeşe yönelik bir içerleme, zayıf bir babaya duyulan aşağılama, çekici olmama inancı ve bu nedenle erkekler tarafından reddedilme beklentisi. Ayrıca, kadınlardan, onlara yönelik küçük düşürme eğilimlerini dışavurmayacak kadar çok korkuyor da olabilir.

Erkekler kadar kadınlar da, karşı cinsi dize getirmeyi amaçladıklarının bütünüyle farkında olabilirler. Bir kız, erkeği kendi denetimi altına alma doğrultusundaki açık bir güdülenimle bir sevgi ilişkisine girebilir. Ya da erkekleri kendine çekebilir ve sevecenlikle karşılık verdikleri an onları bırakabilir. Ne var ki küçük düşürme arzusu genellikle bilinçli değildir. Bu tür olaylar da bu arzu birçok dolaylı yoldan açığa vurulabilir. Bu, örneğin erkeğin yaklaşımlarına yönelik zorlanımlı kahkahalarda açıklık kazanabilir. Ya da bu arzu cinsel soğukluk biçimini alabilir, bu yolla kadın, erkeğe, kendisine doyum verme yetisinden yoksun olduğunu gösterir ve böylece, özellikle eğer erkeğin kendisi de kadınlar tarafından küçük düşürülme yolundaki nevrotik bir korkuya sahipse, onu küçük düşürmeyi başarmış olur. Tablonun diğer yüzü - sık sık aynı insanda bulunur - cinsel ilişkiler yoluyla kötüye kullanılmış, aşağılanmış ve küçük düşürülmüş olma duygusudur. Viktorya çağında bir kadın için cinsel ilişkileri bir küçük düşme olarak algılamak kültürel bir davranış biçimiydi, ilişki yasallaştığı ve kadın toplumun değer yargılarına uyan bir cinsel saygınlık geliştirdiği zaman bu küçük düşme duygusu azalıyordu. Bu kültürel etki son otuz yıl içinde zayıflamıştır, ama

1 Dorian Feigenbaum'un, **Psychoanalytic Quarterly**'de yayınlanacak olan "Hastalıklı Utangaçlık" başlıklı yazısında, bu türden bir olay aktarılmıştır. Ancak onun yorumu benimkinden farklıdır, çünkü son çözümlemede o, utangaçlığı, penise imrenmeye bağlar. Psikanalitik yazın alanında kadınlardaki igdiş etme eğilimleri olarak değerlendirilen ve penise imrenmeye bağlanan şeylerin çoğu bana göre, erkekleri küçük düşürmeye yönelik bir arzunun sonucudur.

henüz, kadınların erkeklerden çok daha sık olarak cinsel ilişkilerin onurlarını yaraladığına inanmalarına neden olacak kadar güçlüdür. Bu bile cinsel soğuklukla ya da, ilişki kurmayı istemesine karşın kadının erkeklerden hepten uzak durmasıyla sonuçlanabilir. Bu tutum içinde kadın, mazoşistik fantezileri ya da cinsel sapmalar yoluyla ikincil bir doyum bulabilir, ama küçük düşürülme beklentisi nedeniyle erkeklere karşı büyük bir düşmanlık geliştirecektir.

Erkekliğine ilişkin derin bir güvensizlik duyan bir erkek, kadının ona içten bir sevgi beslediğine ilişkin yeterince kanıt bile olsa, sadece kadının cinsel doyum ihtiyacı nedeniyle kabul edildiğinden kolayca kuşkulanır; dolayısıyla bu kötüye kullanılmış olma duygusu nedeniyle bir içerleme geliştirecektir. Ya da erkek, kadındaki bir tepkisel uyum (karşılık verme) yokluğunu dayanılmaz bir küçük düşürülme olarak algılayabilir ve bu nedenle kadının cinsel doyum bulması konusunda aşırı ölçüde kaygılı olabilir. Bu büyük tasa kendi gözünde düşüncelilik olarak gözükür. Ne var ki diğer konularda kaba ve düşüncesiz olabilir, böylece kadının doyumuna gösterdiği ilginin, küçük düşürülme duygusuna karşı oluşturulan kendi savunmasından öte bir şey olmadığını açığa vurur.

Başkalarını aşağılamaya ya da dize getirmeye yönelik itkileri gizlemenin iki ana yolu vardır: bunları ya bir hayranlık tutumu örtüsü altında tutmak ya da kuşkuculuk yoluyla entelleştirmek. Kuşkuculuk elbette var olan zihinsel anlaşmazlıkların doğal bir dışavurumu olabilir. Ancak bu tür doğal kuşkular kesinlikle devre dışı bırakılabildiği zaman gizli güdüler aramak haklı bir temel kazanır. Bunlar öylesine yüzeye yakın bir yerde olabilir ki, kuşkuların geçerliliğine ilişkin basit bir sorgulama bile kaygı nöbeti yaratabilir. Hastalarımdan birisi her görüşmede ne yaptığını bilmeden beni acımasızca aşağılıyordu. Daha sonra sadece, belli konulardaki becerilerime ilişkin kuşkularına gerçekten inanıp inanmadığını sormam üzerine ağır bir kaygı nöbetine girerek tepki gösterdi.

Başkalarını aşağılama ya da dize getirme amacı güden itkilerin bir hayranlık tutumuyla gizlendiği durumlarda süreç çok

daha karmaşıktır. Gizliden gizliye, kadınları yaralamayı ve ayaklar altına almayı arzulayan erkekler, bilinç düzeyinde onları yücelik katına oturtabilirler. Bilinçaltında erkekleri her zaman için dize getirmeye ve küçük düşürmeye çalışan kadınlar, kör bir tapınmaya yatkın olabilirler. Nevrotik bireyin bu tapınma tutumunda, normal insanlardaki gibi, değere ve büyüklüğe yönelik içten bir duygu bulunabilir, ama nevrotik tutumun özgün yapısı, bunun, iki eğilim arasındaki bir uzlaşma olması gerçeğinde yatar: başarı doğrultusundaki kendi arzuları nedeniyle, değeri ne olursa olsun başarıya yönelik körükörüne bir hayranlık; ve başarılı bir insana yönelik yıkıcı arzuları için bir örtü.

Bazı tipik evlilik çatışmalarının bu temelde anlaşılması gerekir. Kültürümüzde çatışkılar, kadınları erkeklerden daha sıkça ilgilendirecektir, çünkü erkekler için başarıya yönelik daha çok dış uyarı ve buna ulaşmak için daha büyük olanaklar vardır. Örneğin tapınma eğilimi olan bir kadının, kendisine çekici gelen mevcut ya da potansiyel başarılarından ötürü bir erkekle evlendiğini varsayalım. Kültürümüzde bir kadın, kocasının başarısına büyük ölçüde katıldığı için, başarı sürdüğü sürece bu ona belli bir doyum verebilir. Ama burada kadın bir çatışkı ortamı içindedir: o başarısından ötürü kocasını sever ve aynı zamanda da işte bu nedenle ondan nefret eder; kocasının başarısını yok etmek ister ama ketlenir, çünkü bu başarıya katılarak dolaylı ve temsili bir haz duymak istemektedir. Böyle bir kadın, savurganlık yoluyla kocasının parasal güvenliğini tehlikeye sokarak, sinir bozucu tartışmalarla onun huzurunu kaçırarak sinsi ve aşağılayıcı bir tutumla özgüvenini yıkarak kocasının başarısını yok etme arzusunu ele verebilir. Ya da kocasının rahatını hiçe sayıp, onu acımasızca daha büyük başarılara iterek yıkıcı itkilerini dışavurabilir. Bu içerleme, herhangi bir başarısızlık karşısında açığa çıkmaya yatkındır ve kocanın başarısı sürdüğü sıralarda her açıdan seven bir eş gibi gözükmüş olabilse de, şimdi artık ona yardımcı olmak ve cesaret vermek yerine, ona düşman kesilir, çünkü onun başarısına katılabildiği sürece örtü altında kalan kincilik, kocası yenilgi belirtileri göstermeye başladığı anda su yüzüne çıkar. Bütün bu yıkıcı etkenler, bir sevgi ve hayranlık

kamuflajı altında sürüp gidebilir.

Hırstan kaynaklanan başkalarını dize getirme itkilerini dengelemek için sevginin nasıl kullanıldığını göstermek amacıyla bilinen bir başka örnek daha verilebilir. Bir kadın özgüvenli, becerikli ve başarılıdır. Evlendikten sonra işini bırakmakla kalmaz, bir bağımlılık tutumu geliştirir ve hırsını hepten bırakmış gibi gözükür: bütün bunlar, "gerçekten kadın olma" deyimiyle çok güzel tanımlanır. Koca genellikle düşkırıklığına uğrar, çünkü iyi bir dost, iyi bir yoldaş bulmayı ummuş ve bunun yerine, kendi siyle işbirliği yapmayan, kendini kocasından aşağı gören bir eş bulmuştur. Böyle bir değişme geçiren bir kadın, kendi yetenekleri konusunda nevrotik yanılgılara sahiptir. Kadın, hırslı amaçlarına - ya da sadece güvenliğine bile - başarılı olan ya da en azından başarıya yönelik beceriler sezdiği bir erkekle evlenerek ulaşmanın daha güvenilir olacağı yolunda belli belirsiz bir duyguya kapılır. Bu noktaya kadar durumun belli bir rahatsızlık yaratması gerekmez, ancak doyurucu bir biçimde yürüyebilir de. Ama nevrotik kadın, hırsından vazgeçmeye gizliden gizliye karşı çıkar, kocasına karşı düşmanlık duyar ve nevrotik ya da hep ya hiç ilkesine göre, hiçlik duygularına kapılır ve sonunda bir hiç olup çıkar.

Daha önce de söylediğim gibi bu tip bir tepkinin kadınlarda erkeklerden daha sık görülmesinin nedeni, başarıya erkeğin damgasını vuran kültürel konumuzda bulunabilir. Bu tip tepkinin kalıtsal bir dişilik özelliği olmadığı, durum tersine çevrildiği, yani, kadının kazara daha güçlü, daha zeki, başarılı olduğu zaman erkeklerin de aynı yoldan tepki vermeleri gerçeği tarafından gözler önüne serilir. Erkeğin, sevginin dışında her konudaki üstünlüğüne duyulan kültürel inancımız nedeniyle, erkeğin tarafındaki bu tür bir tutumun hayranlık örtüsüyle gizlendiğine daha az rastlanır; bu tutum genellikle oldukça açık bir yoldan, kadının uğraşlarının ve çalışmasının doğrudan doğruya sabote edilmesinde kendini gösterir.

Rekabetçi ruh, erkekle kadın arasındaki mevcut ilişkileri etkilemekle kalmaz, eş seçimini bile etkiler. Bu açıdan nevrozlarda gördüğümüz şey, çoğu kez, rekabetçi bir kültürde normal olan

şeyin büyülteç altında gözüken bir tablosudur. Normal olarak eş seçimini, sık sık saygınlık ya da mal - mülk edinme çabaları, yani erotik alanın dışında kalan güdüler tarafından belirlenir. Nevrotik bir insanda bu, ağır basan tek belirleyici etken olabilir, çünkü hem egemenlik, saygınlık, destek arayışları ortalama insanınkinden daha zorlanımlı ve daha katıdır, hem de karşı cinsle olan ilişkileri de dahil olmak üzere başkalarıyla olan kişisel ilişkileri, uygun bir seçim yapmasına olanak vermeyecek kadar bozulmuştur.

Yıkıcı rekabetçilik, eşcinsellik eğilimlerini iki yoldan derinleştirilebilir: birincisi, bu rekabet eşit koşullar altındaki insanlarla rekabetten kaçınmak için bir cinsin diğerinden bütünüyle uzaklaşmasına yönelik bir dürtü sağlar; ve ikincisi, yıkıcı rekabetin derinleştirdiği kaygı, güvence kazanmayı zorunlu kılar ve daha önce de vurguladığımız gibi, sevecenliği güvence altına alma ihtiyacı sık sık, kişinin aynı cinsten bir insana tutunmasına neden olur. Yıkıcı rekabet, kaygı ve eşcinsel itkiler arasındaki bu ilinti, eğer hasta analistle aynı cinstense, psikanaliz sürecinde sık sık gözlenebilir. Böyle bir hasta, kendi başarılarıyla böbürlenip analisti aşağıladığı bir dönem yaşayabilir. Başlangıçta bunu öylesine kılık değiştirmiş yollardan yapar ki, bunu yaptığının kesinlikle farkında olmaz. Derken tutumunu algılar ama bu yine duygulardan kopuktur ve bu tutumu ne kadar güçlü bir coşkunun güdülendirdiğinin farkında olmaz. Daha sonra, analiste yönelik düşmanlığının etkisini yavaş yavaş hissetmeye, aynı zamanda da giderek daha çok tedirginlik - kaygı rüyalarıyla, kalp çarpıntılarıyla, bitkinliklerle - duymaya başladığı zaman birden bire, içinde analistin kendisini kucakladığı bir düş görür, analistle yakın bir ilişki kurmaya ilişkin fantezilerin ve arzuların farkına varır, böylece kaygısını dindirme ihtiyacını ele verir. Hasta, sonunda rekabetçilik sorunuyla olduğu gibi yüzleşebilecek durama geldiğini hissetmeden önce bu tepkiler dizisi birkaç kez tekrarlanabilir.

Dolayısıyla, hayranlık ya da sevgi başkalarını dize getirmeye yönelik itkiler için bir dengeleme olarak özetle aşağıdaki gibi hizmet edebilir: yıkıcı itkileri farkına varma düzeyinden uzak

tutarak; kendisiyle karşısındaki rakip arasına aşılmaz bir uzaklık koyup rekabetçiliği hepten devre dışı bırakarak; başarıdan ya da buna katılımdan temsili bir zevk alarak; rakibin öfkesini dindirerek ve böylece kendi kinciliğinden kurtularak.

Nevrotik rekabetçiliğin cinsel ilişkiler üzerindeki etkisine ilişkin görüşler geniş kapsamlı olmaktan uzak olsa da, cinsler arasındaki ilişkilerdeki bir zayıflamaya nasıl yol açtığını göstermek için yeterli olabilir. Kültürümüzde, cinsler arasında iyi ilişkilere ulaşma olasılığını yok eden bu rekabetçilik ayrıca, bir kaygı kaynağı olduğu ve bu nedenle iyi ilişkileri daha çok arzu edilir kıldığı için bu, çok daha ciddi bir olgudur.

Onikinci Bölüm

REKABETTEN KAÇINMA

YIKICI yapısından ötürü, nevrotik insanlardaki rekabetçilik, çok büyük bir kaygı yaratır ve sonuçta rekabetten kaçınmaya yol açar. Bu nedenle şimdiki sorumuz şu olacaktır: Bu kaygı nereden gelmektedir?

Kaynaklardan birisinin, hırsın acımasızca izlenmesinden ötürü duyulan bir misilleme korkusu olduğunu anlamakta zorluk çekmeyiz. Başkalarını ayaklar altına alan, başarılı oldukları ya da olmak istedikleri anda onları küçük düşüren ve ezen bir insanın, onların da kendisini dize getirmeyi aynı yoğunlukta isteyecekleri korkusunu duyması gerekir. Ama başkaları bedeline başarıya ulaşan herkeste etkin olmasına karşın, böyle bir misilleme korkusu, nevrotik bireyin artan kaygısı ve rekabete yönelik sonuçtaki ketlemesi için kolay kolay tek neden olamaz.

Deneyim, tek başına misilleme korkusunun mutlaka ketlemelere yol açmadığını gösterir. Tersine bu korku sadece, fantastik ya da gerçek bir kıskançlığın ya da başkalarının rekabetinin veya kötü niyetlerinin soğukkanlı bir tavırla hesaba katılmasına, ya da herhangi bir yenilgiden korunmak için kendi gücünü artırmasına yönelik bir girişimle sonuçlanabilir. Belli bir başarılı insan tipinin tek amacı vardır, o da güç ve servet kazanmaktır. Ama bu tür kişiliklerin yapısı açıkça nevrotik olan insanların yapısıyla karşılaştırılırsa belirgin bir farklılık görülür. Acımasız başarı avcısı başkalarının sevecenliğine aldırış bile etmez. Başkalarından ne bir yardım, ne de herhangi türden bir içtenlik istemez de, beklemez de. İstediği şeylere tek başına, kendi gücüyle ve kendi çabalarıyla ulaşabileceğini bilir. Elbette o da insanlardan yararlanacaktır, ama onların olumlu görüşlerine, kendi amacına ulaşma konusunda yararlı olduğu ölçüde ilgi gösterir. Onun için sevecenliğin kendi içinde hiçbir anlamı yoktur. Arzu-

ları ve savunmaları düz bir çizgide sıralanır: güç, saygınlık ve servet. İç çatışkılar tarafından bu tür bir davranışa itilen bir insan bile, eğer içinde arayışlarına engel olacak bir şey yoksa, genel nevrotik özgünlükler geliştirmeyecektir. Korku, sadece onu daha başarılı ve daha yenilmez olmak için daha çok çaba harcamaya itecektir.

Ne var ki nevrotik insan uzlaşmaz olan iki yolu izler: "Benden başka hiç kimse" egemenliğine yönelik saldırganca bir arayış; ve aynı zamanda da herkes tarafından sevilmeye yönelik aşırı bir arzu. Bu hırsla sevecenlik arasında kalmış olma durumu, nevrozlardaki merkezi çatışkılardan birisidir. Nevrotik bireyin kendi hırsından ve isteklerinden korkar bir duruma gelmesinin, bunları algılamayı bile istememesinin, denetlemesinin ya da bunlardan hepten kaçmasının nedeni, bu kadar büyük bir saldırganlığa engel olan inatçı "süperego buyruklarına" sahip olması değil, kişinin kendini, eşdeğerde vazgeçilmez olan iki ihtiyaç arasındaki bir ikilemin orta yerinde bulmasıdır: hırs ve sevecenlik ihtiyacı.

İkilem, pratik açıdan çözümsüzdür. Birey, hem insanları ayaklar altına alıp hem de aynı anda onlar tarafından sevilemez. Yine de nevrotik bireydeki baskı öylesine büyüktür ki, bu ikilemi çözmeye çalışır. Genellikle iki yoldan çözüm girişiminde bulunur: egemenlik itkisini ve bunun yerine getirilmemesinden kaynaklanan içerlemelerini haklı çıkararak; ve hırsını denetim altına alarak. Nevrotiğin saldırganca isteklerini haklı çıkarma çabalarını özetlemekle yetinebiliriz, çünkü bunlar, sevecenlik elde etme yolları ve bunların haklı çıkarılması bağlamında tartıştığımız tipik özelliklerin aynılarına sahiptir. Orada olduğu gibi burada da strateji olarak haklı çıkarma önemlidir: nevrotik buna, isteklerini tartışmasız bir temele oturtmak için kalkışır, böylece bu istekler sevilmeye giden yolu tıkamayacaktır. Eğer başkalarını rekabetçi bir kavgada küçük düşürmek ya da ezmek için aşağılıyorsa, bütünüyle nesnel olduğuna yürekten inanacaktır. Eğer başkalarını kullanmak (sömürmek) istiyorsa, onların yardımına çok ihtiyacı olduğuna inanacak ve onları da buna inandırmaya çalışacaktır.

Birey temelde dürüst olabilse de, altta yatan sinsi bir ikiyüzlülük öğesini her şeyden daha çok olası kılan işte bu haklı çıkma ihtiyacıdır. Ayrıca bu, nevrotik insanlarda sık sık rastlanan bir kişilik eğilimi olan ve bazen açıkça görülen, bazen uysalca ya da öz - suçlayıcı bir tutumun bile arkasına gizlenen, acımasız bir öz haklılık (hep kendini haklı görme) tutumuna da neden olur. Bu öz - haklılık tutum sık sık, bir "narsizm" tutumuyla karıştırılır. Gerçekte bunun herhangi türden bir öz - sevgiyle hiç bir ilintisi yoktur; kaldı ki bu, herhangi bir kendini beğenmişlik ya da kibir öğesi bile içermez, çünkü görünen şeylerin tersine, haklı olma konusunda hiç bir zaman gerçek bir inanç bulunmaz, bunun yerine varolan tek şey haklı gözükmeye yönelik değişmez ve umutsuz bir ihtiyaçtır. Başka bir deyişle bu, son analizde kaygı tarafından yaratılan bazı sorunları çözme dürtüsünün zorunlu kıldığı savunmacı bir tutumdur.

Bu haklı çıkma ihtiyacının gözlenmesi, belki de Freud'a, nevrotik kişinin yıkıcı itkileri nedeniyle maruz kaldığı özellikle ağır "süperego" istekleri kuramını düşündüren etkenlerden birisidir. Haklı çıkma ihtiyacının, böyle bir yorumu özellikle düşündüren bir başka yanı daha vardır. Başkalarıyla başa çıkmaya yönelik stratejik bir amaç olarak vazgeçilmez oluşunun yanı sıra, haklı çıkma çabası, ayrıca birçok nevrotik insanda, kendi gözünde suçlanmaz olarak gözükme zorunluluğunu yerine getiren bir araç durumuna da gelir.

Nevrotik rekabetin içerdiği kaygının dolaysız ürünü, hem bir başarısızlık korkusu hem de bir başarı korkusudur. Başarısızlık korkusu kısmen, küçük düşürülme korkusunun bir dışavurumudur. Okulda, ondan bilmesi beklenen şeyi bilmeyen bir kız, olağandışı ölçülerde utanmakla kalmamış, sınıftaki diğer kızların onu küçümseyeceklerine ve ona hepten düşman kesileceklerine de inanmıştı. Bu tepki daha büyük bir ağırlık taşır, çünkü sık sık karşılaşılan ve gerçekte başarısızlıkla hiç bir ilgisi olmayan, ya da çoğu kez önemsiz olan - okuldaki en yüksek notları almamak ya da sınavın bir bölümünde başarısız olmak ya da bir konuşmada göz alıcı olmamak gibi kısaca aşırı beklentilerin dışındaki her şey - olaylar, başarısızlık olarak algılanır. Daha önce de

gördüğümüz gibi, nevrotik bireyin yoğun düşmanlıkla tepki gösterdiği şu ya da bu türden bir geri çevrilme de benzer bir biçimde başarısızlık olarak, dolayısıyla bir küçük düşme olarak algılanır.

Nevrotik insanın bu korkusu, başkalarının, beslediği amansız hırsı bildikleri için, uğrayacağı bir başarısızlığa oh çekecekleri yolundaki bir kaygı tarafından büyük ölçüde yoğunlaştırılabilir. Başarısızlıktan çok daha fazla korktuğu şey, rekabet ettiğini, başarıyı gerçekten istediğini ve buna ulaşmak için çaba harcadığını şu ya da bu yoldan gösterdikten sonra başarısızlığa uğramaktır. Basit bir başarısızlığın bağışlanabileceğini, hatta düşmanlıktan çok sempati yaratabileceğini, ama bir kez başarıya yönelik bir ilgi sergiledikten sonra, herhangi bir zayıflık ya da başarısızlık belirtisi gösterdiği an onu ezmek için hazır bekleyen bir işkenceci düşmanlar ordusunun çevresini saracağına inanır.

Sonuçtaki tutumlar korkunun içeriğine bağlı olarak değişir. Eğer vurgu olduğu şekliyle başarısızlık korkusu üzerinde odaklaşmışsa, çabalarını iki katına çıkaracak ya da başarısızlıktan kaçınma konusunda olmadık işlere kalkışacaktır. Gücüne ya da yeteneğine ilişkin, sınavlar ya da insanların karşısına çıkma gibi belirleyici denemelerden önce ani (akut) kaygı başgösterebilir. Ama eğer vurgu, hırsın başkaları tarafından algılanması korkusu üzerinde toplanmışsa, sonuçtaki tablo yukarıdakinin tam karşıtı olacaktır. Duyduğu kaygı kişinin başarıya karşı ilgisiz gözükmesine neden olacak ve şu ya da bu türden hiç bir çaba ortaya koymamasına yol açacaktır. Bu iki tablodaki karşıtlık dikkate değer, çünkü bu, her şeye karşın akraba olan bu iki korkunun bütünüyle farklı iki tipik özellikler grubunu nasıl oluşturabileceğini gösterir. İlk yapıya uyan kişi sınavlar için çılgınca bir koşuşturmaca içinde hazırlanacak, ama ikinci yapıdan olan birey çok az çalışacak ve belki de açıkça kendini sosyal etkinliklere ya da hobilere kaptıracak, böylece konuya duyduğu ilgisizliği dünyaya gösterecektir.

Nevrotik kişi genellikle beslediği kaygının farkında değildir ve sadece bunun sonuçlarının bilincindedir. Örneğin, çalışma üzerinde yoğunlaşma yetisinden yoksun olabilir. Ya da, fiziksel

çalışma nedeniyle kalp rahatsızlığına yakalanma korkusu ya da zihinsel çalışma nedeniyle sinir krizi geçirme korkusu gibi hastalık hastalığı (hipokondrik) korkuları bulunabilir. Ya da herhangi bir yoğun çalışmadan sonra - bir etkinlik kaygı içeriyorsa yorucu olmaya elverişlidir - bitkin düşebilir ve bu bitkinliği, çaba göstermenin sağlığına zararlı olduğunu, bu nedenle kaçınılması gerektiğini kanıtlamak için kullanabilir.

Nevrotik birey, herhangi bir çaba ortaya koymaktan kaçınışında, tek başına fal açmaktan partiler vermeye kadar her türden oyalayıcı etkinlikler içinde kendini yitirebilir ya da tembellik veya üşengeçlik gibi gözüken bir tutuma girebilir. Nevrotik bir kadın, iyi giyinmeye kalkışmaktan çok, iyi giyinmeye aldırış bile etmediği izlenimi bırakmayı yeğlemesi nedeniyle paspal giyinebilir, çünkü iyi giyinme girişiminin kendisini gülünç duruma düşürmekten öte bir işe yaramayacağına inanır. Olağanüstü bir güzelliğe sahip olan ama çirkin olduğuna inanan bir kız, insanların içinde burnunu pudralamaya cesaret edemiyordu, çünkü insanların, "Bu çirkin ördek yavrusunun çekici gözükmeye çalışması ne kadar aptalca!" diye düşüneceklerini sanıyordu.

Bu nedenle nevrotik birey genelde yapmak istediği şeyleri yapmamayı daha güvenli bulacaktır. Parolası şudur: Köşende kal, alçakgönüllü ol ve daha da önemlisi, gösterişçi olma. Veblen'in de vurguladığı gibi gösteriş - gösterişli tatil, gösterişli tüketim - rekabetçilikte önemli bir rol oynamaktadır. Rekabetten kaçınmaya uygun olarak, vurgulamanın tam karşıt doğrultu üzerinde, gösterişten kaçınma üzerinde toplanması gerekir. Bu, alışılmış standartlara bağlı kalmak, gözlerden uzak kalmak, başkalarından farklı olmamak anlamına gelir.

Eğer bu rekabetten kaçınma eğilimi ağır basan bir özellikse, hiçbir riske girmemeyle sonuçlanır. Böyle bir tutumun yaşamdaki büyük zayıflamayı ve yetenek ve potansiyellerin kösteklenmesini de birlikte getirdiğini söylemeye gerek yok. Çünkü koşullar olağanüstü derecede elverişli olmadığı sürece, mutluluğa ya da herhangi türden bir başarıya ulaşmak, riskleri göze almayı ve çaba göstermeyi gerektirir.

Bu noktaya kadar olası başarısızlık korkusunu tartıştık. Ama

bu, nevrotik rekabetçiliğin içerdiği kaygının sadece bir dışavurumudur. Kaygı ayrıca bir başarı korkusu biçimini de alabilir. Birçok nevrotikte başkalarının düşmanlığına ilişkin kaygı öylesine büyüktür ki, ulaşacaklarından emin olsalar bile başarıdan korkarlar.

Bu başarı korkusu, başkalarının çekememezliğine ve dolayısıyla sevecenliklerini yitirmeye yönelik korkudan kaynaklanır. Hastalarım arasında yetenekli bir yazar olan bir hanım vardı ve yazmaktan hepten vazgeçmişti, çünkü annesi de yazmaya başlamış ve başarılı olduğunu kanıtlamıştı. Uzun bir dönemden sonra kararsızlık ve tedirginlikle yeniden yazmaya başladığı zaman kötü yazmaktan değil, iyi yazmaktan korkuyordu. Bu hanım uzun bir süre boyunca herhangi bir şeyi yapma yetisinden hepten yoksundu ve bunun ana nedeni, başkalarının ona her şeyi çok görecekleri, onu çekemeyecekleri yolunda beslediği aşırı bir korkuydu; bunun yerine enerjisinin tamamını kendini insanlara sevdirme işine aktarmıştı. Korku ayrıca, insanın herhangi bir başarı elde ettiği zaman dostlarını kaybedeceği yolundaki bulanık bir tedirginlik de alabilir.

Ne var ki diğer birçok korkuda olduğu gibi bu korku içinde de nevrotik birey, çoğu kez korkusunun değil, sadece sonuçtaki ketlemelerinin farkındadır. Örneğin böyle bir insan tenis oynarken, galibiyete yaklaştığı zaman bir şeyin kendisine engel olduğunu ve kendisi için kazanmayı olanaksızlaştırdığını hissedebilir. Ya da geleceği için belirleyici bir önem taşıyan bir randevuya gitmeyi unutabilir. Bir tartışmada ya da konuşmada konuya katkıda bulunmaya elverişli düşünceleri varsa öylesine alçak bir sesle ya da öylesine yoğunlaşmış bir anlatımla konuşabilir ki, herhangi bir etki yaratmayı başaramaz. Ya da kendi çabalarıyla sonuçlandırdığı çalışmanın alkışlarını başkalarının toplamasına seyirci kalacaktır. Bazı insanlarla zekice konuşabilirken, bazılarının karşısında aptallaştığını; bazı insanlarla birlikte olduğu zaman bir enstrümanı ustaca çalmasına karşın, başkalarıyla birlikteyken bir acemi gibi çaldığını gözleyebilir. Böylesine dengesiz bir ilişkiler durumu onu şaşkınlığa boğsa da, o bunu değiştirebilecek durumda değildir. Ancak rekabetten kaçma eğilimine

ilişkin bir içgözlem kazandıktan sonradır ki, üstün gelme yoluyla karşısındakini yaralayıp küçük düşüreceği yolundaki bir korku tarafından sürüklendiğini ve bu nedenle kendisinden daha az zeki bir insanla konuşurken zorlanımlı olarak çok daha az zekice hareket etmek zorunda kaldığını; ya da kötü bir müzisyenle birlikteyken ondan daha kötü çalmak zorunda kaldığını keşfedebilir.

Son olarak, eğer bir başarı elde ederse bundan zevk alma yetisinden yoksun olmakla kalmaz, bunu kendi deneyimi (yaşantısı) olarak bile algılamaz. Ya da bunu bazı şanslı olaylara ya da önemsiz bir özendirmeye veya dışarıdan yapılan yardıma bağlayarak başarısını küçümseyecektir. Ne var ki bir başarıdan sonra ruh çöküntüsü hissetmeye yatkın olacaktır; bunun bir nedeni kısmen bu korkudur, ama ayrıca bir nedeni de gerçek başarının onun gizli ve aşırı beklentilerinin her zaman geriside kaldığı gerçeği tarafından yaratılan ve algılanmayan bir hayalkırıklığıdır.

Bu nedenle nevrotik kişinin çatışkı durumu, yarışta birinci olmaya yönelik bağnaz ve zorlanımlı arzularıyla aynı anda da iyi bir başlangıç yaptığı ya da bir ilerleme kaydettiği an başgösteren kendini denetlemeye yönelik eşdeğerde bir zorlanımdan kaynaklanmaktadır. Eğer bir şeyi başarıyla sonuçlandırmayı başarmışsa, aynı şeyi gelecek sefere mutlaka kötü yapacaktır. İyi bir dersi kötü bir ders, tedavi sırasında görülen bir iyileşmeyi bir geritepme, insanlar üzerinde bırakılan iyi bir izlenimi kötü bir izlenim izler. Bu dönüşüm, tekrar tekrar ortaya çıkmayı sürdürür ve nevrotik bireye, ezici olumsuzluklara karşı umutsuz bir kavgaya giriştiği duygusunu verir. Nevrotik birey gün boyunca dokuduklarını geceleri tekrar söken Penelope gibidir.

Böylece ketlemeler, yolun her bir evresinde devreye girebilir: nevrotik birey, hırslı arzularını öylesine hepten bastırabilir ki, bir iş kırıntısı kapmaya bile kalkışmaz; bir şey yapmaya çalışabilir ama iş üzerinde yoğunlaşma ya da ele aldığı şeyi sonuna dek sürdürme yetisinden yoksun olur; ustaca iş yapabilir, ama herhangi bir başarı kanıtından kaçınır; ve son olarak, dikkati çeken bir başarıyla ulaşabilir ve bunu benimseme ya da hissetme yeti-

sinden bile yoksun olabilir.

Rekabetten bu şekilde kaçınmanın birçok yolu arasında belki de en önemlisi, nevrotiğin kendi hayal dünyasında, gerçek ya da varsayılan rekabetçiyle kendi arasında, herhangi bir rekabetin saçma gözükmesine yol açacak kadar büyük bir uzaklık yaratması ve böylece rekabeti bilinç düzeyinden çıkarmasıdır. Bu uzaklığa ya karşıdaki insanın yüceler katına çıkarılmasıyla ya da kişinin rekabetçi bir düşüncenin ya da girişimlerin olanaksız ya da aptalca gözükmesine neden olacak kadar kendini başkalarından aşağı görmesi, aşağı çekmesi yoluyla ulaşılır. Bu son süreç, benim "küçümseme" olarak tartışacağım şeylerdir.

Kişinin kendini küçümsemesi, sadece çıkarcılık nedenleriyle uygulanan bilinçli bir strateji olabilir. Eğer büyük bir ressamın çırağı güzel bir resim yapmışsa ve ustanın çekememezliğinden korkması için nedenleri varsa, ustasının kıskançlığını yatıştırmak için yaptığı çalışmayı küçümseyebilir. Ne var ki, nevrotik insan sadece, kendine olduğundan daha az bir değer vermeye yönelik bir eğilim konusunda bulanık bir görüşe sahiptir. Eğer iyi bir iş yapmışsa, başkalarının daha iyi yaptığına ya da başarısının bir rastlantı olduğuna ve belki de aynı şeyi tekrar o kadar iyi yapamayacağına inanacaktır. Ya da iyi bir iş yapmış olmasına karşın, çok yavaş çalışmak gibi bir hata bulabilir ve bunu, sonuçlandırdığı çalışmanın tamamını küçümsemek için kullanabilir. Bir bilim adamı kendi alanına ilişkin sorunlar konusunda bilgisiz olduğuna inanabilir, bu nedenle arkadaşları ona, bu sorunlara ilişkin yazılar yazdığını hatırlatmak zorunda kalırlar. Aptalça ya da yanıt verilemeyecek bir soru sorulduğu zaman, kendi aptallığına ilişkin bir duyguyla tepki gösterecektir; belli belirsiz katılmadığı görüşler içeren bir kitap okuduğu zaman bunu eleştirel bir yolla düşünmek yerine, kitabı anlayamayacak kadar aptal olduğu sonucuna varmaya yatkın olacaktır. Belki de, kendine karşı nesnel ve eleştirel bir tutum almayı başardığı yolunda bir inanç besler.

Ama böyle bir insan, yaşadığı aşağılık duygularını görünen değeriyle ele almakla kalmayacak, bunların geçerliliği konusunda ısrar da edecektir. Aşağılık duygularına ilişkin şikayetlerine

ve bunların neden olduğu acılara karşın o, bunları çürütecek herhangi bir kanıtı benimsemekten uzaktır. Eğer başkaları tarafından becerikli ve çalışkan olarak değerlendirilirse, kendisine olduğundan daha büyük bir değer biçildiğine ya da onların gözünü boyamayı başardığına inanacaktır. Daha önce andığım, erkek kardeşiyle yaşadığı küçük düşürücü deneyimden sonra okulda olağandışı bir hırs geliştiren kız, sınıfında her zaman birinci oluyordu ve herkes tarafından parlak bir öğrenci olarak değerlendiriliyordu, ama o hâlâ kendi kafasında aptal olduğuna inanıyordu. Aynaya şöyle bir göz atması ya da erkeklerin gösterdikleri ilgi, bir kadının çekici olduğuna inanması için yeterli olabilse de, çekici olmadığı konusundaki sarsılmaz bir inanca dört elle sarılabilir. Bir insan, kırk yaşına kadar, kendi görüşünü ortaya koymak ya da bir ilerleme yapmak için çok genç olduğuna inanabilir ve kırkından sonra da çok yaşlı olduğu yolundaki bir inanca çakılıp kalabilir. Çok ünlü bir bilgin, kendisine gösterilen derin saygıya sürekli olarak şaşıyor ve önemsiz, sıradan bir insan olduğu konusunda ısrar ediyordu. İltifatlar, boş dalkavukçuluk olarak ya da sinsi amaçlar uğruna yapılmış olarak değerlendirilir ve göz ardı edilir, hatta öfkeyle bile sonuçlanabilir.

Hemen hemen sınırsız sayıda yapılabilecek bu türden gözlemler, belki de çağımızın en yaygın düşmanı olan aşağılık duygularının, önemli bir işleve sahip olduğunu ve bu nedenle korunup savunulduğunu gösterir. Aşağılık duygularının değeri; kişinin kendi değerini kendi gözünde düşürerek ve böylece kendini diğer insanlardan aşağıda bir yere yerleştirip kendi hırsını denetim altında tutarak rekabetçilikle birleşen kaygıyı dindirmesi gerçeğinde yatar. [1]

1 **The Rainbow** (sf. 254) adlı eserinde, D.H. Lawrence, bu tepkinin göz alıcı bir betimini yapmıştır. "Her zaman tetikte, üstüne çullanmaya hazır olan bir garip acımasızlık ve çirkinlik duygusu, pusuya yatmış ona saldırmayı bekleyen kalabalığın çekemezlik gücüne ilişkin bu duygu, **istisna birisi olan onun** (-siyahlar bana aittir-) yaşamının en derin etkilerinden birisini oluşturmuştu. Nerede olursa olsun, okulda, dostları arasında, sokakta, trende, keşfedilmemiş özünün görülebileceği , sıradan, ortalama özün hayvanca içerlemesinin saldırısına uğrayacağı, yere çalınacağı korkusuyla kendini büzmüş, küçültmüş, kendine olduğundan daha küçük olduğu görünümünü vermişti."

Bu arada, öz - küçümsemenin özgüvendeki bir zayıflamaya yol açması nedeniyle aşağılık duygularının, olgusal olarak kişinin konumunu zayıflatabileceği gözden kaçırılmamalıdır. İster farklı bir salata reçetesi vermek, ticari eşya satmak, bir görüşü savunmak, ister üzerinde iyi bir izlenim bırakmak olsun, belli bir özgüven ölçüsü her başarının önkoşuludur.

Kendini küçümsemeye yönelik güçlü eğilimleri bulunan bir insan, rakiplerinin üstün geldiğine ya da kendisinin bir dezavantajda olduğuna ilişkin rüyalar görebilir. Böyle bir insanın bilinçaltında, rakipleri karşısında bir zafer kazanmayı arzuladığından kuşku olmadığı için bu tür rüyalar, Freud'un rüyaların arzu yerine getirme eylemlerine karşılık geldiği yolundaki savına bir çelişki gibi gözükebilir. Ancak, Freud'un görüşünü bu kadar dar anlamda ele almamak gerekir. Eğer dolaysız arzu yerine getirme çok fazla kaygı içeriyorsa, bu kaygının dindirilmesi, arzunun dolaysız bir doyumundan daha önemli olacaktır. Dolayısıyla kendi hırsından korkan bir insan yenildiğine ilişkin rüyalar gördüğü zaman rüyaları bir başarısız olma arzusunun dışavurumu değil, kötünün iyisi olarak başarısızlığın tercih edilmesidir. Hanım hastamın, tedavinin bir evresinde, beni dize getirmek için umutsuz bir mücadeleye giriştiği bir dönemde, bir ders vermesi gerekiyordu. Rüyasında, başarılı bir ders verdiğimi ve kendisinin de bana büyük bir hayranlık duyarak dinleyicilerin arasında oturduğunu görmüştü. Yine hırslı bir öğretmen, rüyasında öğrencisinin öğretmen olduğunu ve kendisinin de onun sorduğu soruyu bilmediğini görmüştü.

Öz - küçümsemenin, hırsı denetim altına alma derecesi ayrıca, küçümsenen becerilerin, genellikle bireyin üstün gelmeyi en çok arzuladığı beceriler olduğu gerçeği tarafından da gösterilir. Eğer bireyin hırsı zihinsel bir yapıdaysa, zeka bunun aracıdır ve bu nedenle küçümsenir. Eğer hırsı erotik bir yapıya sahipse, görünüm ve çekicilik bunun araçlarıdır ve dolayısıyla bunlar küçümsenir. Bu bağlantı öylesine geneldir ki, insan, öz - küçümseme eğilimin odağına bakarak en büyük hırsın nerede yattığını kestirebilir.

Bu noktaya kadar, aşağılık duygusunun gerçek bir aşağılıkla

hiçbir ilişkisi yoktu, ancak sadece, rekabetten kaçınmaya yönelik bir eğilimin sonuçları olarak tartışıldı. Peki bu duyguların, varolan hatalarla, gerçek özürlerin algılanmasıyla hiçbir ilişkisi yok mu? Aslında bunlar, hem gerçek hem de hayali yetersizliklerin sonucudur: aşağılık duyguları, kaygı tarafından güdülendirilen kendini küçümseme eğilimleriyle, mevcut kusurların algılanmasının bir birleşimidir. Birkaç kez vurguladığım gibi, belli dürtüleri farkına varma düzeyinden söküp atma konusunda başarılı olabilsek de sonuçta kendimizi aptal yerine koyamayız. Ve bu nedenle tartıştığımız yapıya sahip nevrotik bir insan, derinlerde bir yerde, gizlemesi gereken karşı - toplumcu (anti - sosyal) eğilimlere sahip olduğunu, tutumlarında içtenlikten uzak olduğunu, yaptığı gösterişlerin yüzeyin altındaki alt - akımlardan oldukça farklı olduğunu bilecektir. Bastırılan itkilerden kaynaklanmaları nedeniyle tutarsızlıkların kaynağını hiç bir zaman net olarak algılamasa da, bütün bu tutarsızlıkları kaydetmesi aşağıdaki duyguları için önemli bir nedendir. Bunların kaynaklarını algılayamadığı için, aşağılık duygularına kolay kolay gerçek neden olmayan, ancak sadece bir ussallaştırmadan başka bir şey olmayan gerekçeler uydurur.

Aşağılık duygularını, varolan bir eksikliğin dolaysız anlatımı oduğuna inanmasının bir başka nedeni daha vardır. Beslediği hırs temelinde, kendi değerine ve önemine ilişkin fantastik görüşler oluşturmuştur. Gerçek yaşamda sonuçlandırdığı işleri bir bilge ya da kusursuz bir insan olduğuna ilişkin görüşleriyle karşılaştırmaktan kendini alamaz ve bu karşılaştırmada gerçek eylemleri ya da gerçek olanakları aşağılık gözükür.

Bütün bu geri çekilme eğilimlerinin toplam sonucu, nevrotik bireyin gerçek başarısızlıklar yaşaması ya da çoğunlukla, yetenekleri ve olanakları ele aldığında yapması gerektiği kadar çok şey elde edememesidir. Onunla başlayan diğer insanlar onu geride bırakmışlar, daha iyi yerlere gelmişler, daha büyük başarılar kazanmışlardır. Bu geride kalma sadece dış başarıyla ilgili değildir. Yaşlandıkça, sahip olduğu potansiyellerle ulaştığı şeyler arasındaki tutarsızlıkları daha çok hisseder. Yapıları ne olursa olsun yeteneklerinin heder olup gittiğini, kişiliğinin gelişmesin-

de önünün tıkalı olduğunu, ilerleyen zamanla birlikte olgunlaşmadığını acı acı hisseder[1]. Ve bu tutarsızlığın algılanmasına, bulanık bir hoşnutsuzlukla, mazoşistçe değil, gerçek ve orantılı olan bir hoşnutsuzlukla tepki gösterir.

Daha önce de belirttiğim gibi, varolan yeteneklerle ulaşılan başarılar arasındaki bir tutarsızlığa dış koşullar neden olabilir. Ama nevrotik bir insanda gelişen ve nevrozların kesinlikle şaşmaz bir özgünlüğü olan tutarsızlığın nedeni, nevrotik bireyin kendi içsel çatışkılarıdır. Güncel başarısızlıkları ve bunun sonucunda mevcut potansiyellerle başarılar arasındaki artan tutarsızlık, kaçınılmaz olarak, varolan aşağılık duygularına çok daha büyük bir güç kazandırır. Bu nedenle aşağılık olduğuna inanmakla kalmaz, gerçekte olabileceği şeylerden de aşağı olur. Bu gelişmenin etkisi çok daha büyüktür, çünkü bu, aşağılık duygularını gerçekçi bir temele oturtur.

Bu arada değindiğim diğer tutarsızlık - yüksekten uçan hırslarla göreceli olarak cılız olan gerçeklik arasındaki tutarsızlık - öylesine dayanılmaz bir durum alır ki bir çare gerektirir. Fantezi dünyası böyle bir çare olarak kendini gösterir. Nevrotik bireyulaşılabilir amaçların yerine görkemli düşünceleri giderek daha çok koyar bir duruma gelir. Bunların onun için taşıdığı değer açıktır: bu düşünceler, onun beslediği dayanılmaz hiçlik duygusunu gizler; onun, bir rekabete girmeksizin ve dolayısıyla başarısızlık ya da başarı riskini göze almasına gerek kalmaksızın kendini önemli hissetmesine olanak sağlar; herhangi ulaşılabilir bir amacın çok çok ötesinde olan bir görkemlilik kurgusu oluşturmasına izin verir. Görkemlilik fantezilerini tehlikeli kılan şey, bunların işte bu çıkmaz sokak değeridir, çünkü dosdoğru yolla karşılaştırıldığında çıkmaz, nevrotik için belli avantajlara sahiptir.

Bu nevrotik görkemlilik görüşleri, normal bireyin ve psikotiklerin görkemlilik düşüncelerinden ayırdedilmelidir. Normal insan bile zaman zaman kendini harika olarak düşünecektir,

1 C. G. Jung, kırk yaşları dolaylarında gelişme yolları tıkanan insanların sorunlarını açıkça vurgulamıştır. Ama böyle bir duruma yol açan koşulları görmemiş ve bu nedenle de doyurucu bir çözüm bulamamıştır.

yaptığı şeye eşsiz bir önem verecek ya da yapabileceği şeylere ilişkin hayaller kuracaktır. Ama bu fanteziler ve görüşler süsleyici çeşniler olarak kalır ve o bunları pek ciddiye almaz. Görkemlilik görüşleri besleyen psikotik kişi çizginin öteki ucundadır. Bir bilge, Japon İmparatoru, Napolyon, İsa olduğuna inanır ve bu inancı çürütmeye yönelik gerçekliğin bütün kanıtlarını elinin tersiyle iter; gerçekte yoksul bir kapıcı ya da koruma altına alınmış bir hasta ya da bir saygısızlık ve alay nesnesi olduğuna ilişkin herhangi bir anıştırmayı kavramaktan bütünüyle acizdir. Eğer her şeye karşın aradaki tutarsızlığın farkına varırsa, kendi görkemlilik düşüncelerinin lehine karar verecek ve diğer insanların hiçbir şeyi iyi bilmediklerine ya da kendisini yaralamak için ona amaçlı olarak saygısızca davrandıklarına inanacaktır.

Nevrotik insan bu iki uç arasında bir yerdedir. Eğer kendine ilişkin abartılı değer biçmenin farkındaysa, buna yönelik bilinçli tepkisi sağlıklı insanın tepkisine oldukça benzer. Eğer rüyalarda kılık değiştirmiş bir kraliyet üyesi olarak gözükürse, bu tür rüyaları eğlendirici bulabilir. Bilinç düzeyinde gerçek dışı şeyler olarak gözardı etmesine karşın onun için kurduğu görkemlilik fantezileri, bunların bir psikotik için taşıdığı değere benzeyen coşkusal bir gerçeklik değerine sahiptir. Her iki olayda da neden aynıdır: bu görkemlilik fantezilerinin önemli bir işlevi vardır. Cılız ve sallantılı olmalarına karşın bunlar, nevrotik bireyin özsaygısının dayandığı destek direğidir ve bu nedenle o bunlara dört elle sarılmak zorundadır.

Bu işlevin içerdiği tehlike, özsaygının darbe yediği ortamlardan kendini dışavurur. O zaman destek direği çöker, birey yere çakılır ve bir daha belini doğrultamaz. Örneğin, sevildiğine inanmak için geçerli nedenleri olan bir kız, evlenmek istediği erkeğin kendisiyle evlenme konusunda kararsızlık içinde olduğunu anlamıştı. Bir konuşma sırasında erkek, ona kendisini evlenmek için henüz çok genç, çok deneyimsiz hissettiğini ve birisine kesin olarak bağlanmadan önce daha başka kızlar tanımayı daha akıllıca bulduğunu söylemişti. Bu darbenin altından kalkamamış, ruh çöküntüsüne uğramış, işinde kendini güvensiz hissetmeye başlamış, çok derin bir başarısızlık korkusu ve bu-

nun sonucunda da işten, insanlardan, kısaca her şeyden uzaklaşmaya yönelik bir arzu geliştirmişti. Bu korku öylesine eziciydi ki, erkeğin daha sonra onunla evlenmeyi arzuladığı yolundaki kararı ve yeteneklerinin gurur okşayıcı bir şekilde benimsenmesi eşliğinde kendisine önerilen daha iyi bir iş olanağı gibi yüreklendirici olaylar bile ona güven vermemişti.

Psikotiğin tersine nevrotik birey, bilinçli yanılsamalarına uymayan gerçek yaşamın binlerce küçük olayını acı verici bir kesinlikle kaydetmekten kendini alamaz. Sonuçta kendine değer biçme konusunda büyüklük duygularıyla değersizlik duygusu arasında mekik dokur. Herhangi bir anda bir uçtan ötekine kayabilir. Kendi müstesna değerine en çok inandığı bir anda, birisinin kendisini ciddiye aldığını görüp sersemletici bir şaşkınlığa kapılabilir. Ya da aynı anda hem kendini sefil, perişan ve ayaklar altına alınmış hissedebilir, hem de birisinin onun yardıma ihtiyacı olduğunu düşünmesine delice bir öfke duyabilir. Nevrotik bireyin duyarlılığı bütün vücudu baştan aşağı yara bere içinde olan ve en hafif bir dokunuşta bile geri sıçrayan bir insanın duyarlılığıyla karşılaştırılabilir. Kendisini kolayca kırılmış, küçümsenmiş, baştan savılmış, yaralanmış hisseder ve buna orantılı olan bir kinci içerlemeyle tepki gösterir.

Burada da bir "kısır döngü"nün iş başında olduğunu görürüz. Sadece hayali bir yoldan da olsa, belli bir güvence değerine sahip olmalarına ve bir destek önermelerine karşın görkemlilik düşünceleri, geri çekilme eğilimini pekiştirmekle kalmaz, ayrıca duyarlılık yoluyla daha büyük bir öfke ve böylece daha büyük bir kaygı yaratırlar. Elbette bu, ağır nevrozlardaki tablodur ama bu, ilgili kişi tarafından bile algılanmadığı daha az ciddi olan olaylarda da daha küçük ölçülerde görülebilir. Ne var ki öte yandan, nevrotik birey, yapıcı bir iş yapabilecek bir duruma geldiği an, elverişli bir tür öngü devreye girebilir. Bu nevrotik bireyin özgüveninin arttığı ve bu nedenle kurduğu görkemlilik fantezilerine daha az ihtiyaç duyduğu anlamına gelir.

Nevrotik bireyin başarıdan yoksun oluşu - ister kariyerle ya da evlilikle, ister güvenlikle ya da mutlulukla ilgili olsun, herhangi bir açıdan başkalarından geri kalması - onun başkalarını

kıskanmasına yol açar ve böylece, diğer kaynaklardan gelen çekememezlik tutumunu pekiştirir. Kişilikteki yapısal bir soyluluk, kendisi için hiçbir şey istemeye hakkı olmadığı yolundaki bir inanç ya da kısaca varolan mutsuzluğunu algılamayı başaramayışı gibi çeşitli etkenler, nevrotiğin çekememezlik tutumunu bastırmasına yol açabilir. Ama bu tutum, ne kadar çok bastırılırsa, başkalarına da o kadar çok yansıtılabilir, bu da başkalarının kendisini hiçbir konuda çekemedikleri yolundaki bazen neredeyse paranoid ölçülere varan bir korkuyla sonuçlanır. Bu kaygı, öylesine büyük olabilir ki, nevrotik kişi, başına iyi bir şey geldiği zaman, örneğin yeni bir işe girdiği, gurur okşayıcı bir ilgi gördüğü, iyi bir kazanç elde ettiği, bir sevgi ilişkisinde şans yüzüne güldüğü zaman açıkça tedirginlik duyar. Dolayısıyla bu, bireyin bir şey elde etmekten ya da bir yere ulaşmaktan kendini alıkoyma eğilimlerini büyük ölçüde pekiştirebilir.

Bütün ayrıntıları bir yana bırakırsak, nevrotik güç, saygınlık, servet arayışlarından kaynaklanan "kısır döngü"nün ana çizgileri kabaca şöyle ortaya konabilir: kaygı, düşmanlık, zayıflayan özsaygı; güç ve benzeri arayışı; artan düşmanlık ve kaygı; rekabetten çekilme eğilimi (özküçümsemeye yönelik eğilimler eşliğinde); başarısızlıklar ve varolan potansiyellerle ulaşılan başarısızlıklar arasındaki tutarsızlıklar; artan üstünlük duyguları (çekememezlik eşliğinde); büyüyen görkemlilik görüşleri (kıskançlık korkusu eşliğinde); artan duyarlılık (rekabetten çekilmeye yönelik tekrarlanan eğilim eşliğinde); döngüyü silbaştan başlatan artan düşmanlık ve kaygı.

Ne var ki kıskançlığın nevrozlarda oynadığı rolü tam olarak anlamak için bunu daha geniş kapsamlı bir bakış açısından ele almak zorundayız. Nevrotik birey, bilinç düzeyinde hissetsin ya da hissetmesin, gerçekten de çok mutsuz oluşunun yanısıra içinde bulunduğu perişanlıktan kurtulmasına yarayacak bir yol da göremez. Dışarıdan bakan gözlemcinin güvence kazanma girişimlerinin bir sonucu olarak gelişen kısır döngüler diye tanımladığı şeyi, nevrotiğin kendisi, umutsuzca bir ağa takılmışlık olarak algılar. Hastalarımdan birisinin de betimlediği gibi nevrotik birey kendisini, birçok kapısı olan ama hepsi de yeni bir

karanlığa açılmaktan öte bir işlevi olmayan bir hücreye kapatılmış gibi hisseder. Ve her zaman bilir ki diğer insanlar dışarıda, günışığının altında yürümektedir. İçerdiği kötürüm edici umutsuzluğu tanımaksızın ağır bir nevrozun anlaşılabileceğine inanmıyorum. Bazı nevrotik kişiler duydukları öfkeyi hiç de belirsiz olmayan terimlerle dile getirirler, ama diğerlerinde bu, bir çekilme ya da bir iyimserlik gösterisiyle derinlere gizlenir. Bu durumda bütün olumsuz kibirliliklerin, isteklerin, düşmanlıkların arkasında acı çeken, yaşamı arzu edilir kılan her şeyden sonsuza dek dışlandığına inanan, istediği şeyi elde etse bile bundan zevk alamayacağını bilen bir insan bulunduğunu görmek zor olabilir. İnsan bu umutsuzluğun tamamının varlığını algıladığı zaman, belli bir ortamın açıklayamadığı aşırı bir saldırganlık, hatta alçaklık olarak gözüken şeyi anlamakta zorluk çekmese gerek. Her mutluluk olasılığının dışında bırakılan bir insanın, ait olamadığı bir dünyaya karşı düşmanlık hissetmemesi için gerçek bir melek olması gerekirdi.

Şimdi imrenme içerikli kıskançlık sorununa dönersek, bunun değişmez bir biçimde üretildiği temel, sürekli olarak gelişen bir umutsuzluktur. Bu, özel bir şeye yönelik bir kıskançlık değil, Nietzsche'nin Lebensneid diye betimlediği, kendini daha güvenceli, dengeli, daha mutlu, dosdoğru, daha özgüvenli hisseden herkese yönelik çok genel bir kıskançlıktır.

Bir insanda böyle bir umutsuzluk duygusu gelişmişse, bilinç düzeyine yakın olsun ya da olmasın bunu açıklamaya çalışacaktır. Bunu - analitik gözlemcinin yapacağı gibi - karşı konulmaz bir sürecin ürünü olarak görmez. Bunun yerine, bu umutsuzluğa ya kendisinin ya da başkalarının neden olduğunu düşünür. Genellikle biri ya da öteki öne çıkmış da olsa, her iki kaynağı da suçlayacaktır. Suçu başkalarına yıktığı zaman, genelde kadere, koşullara ya da özel kişilere - anne, babaya, öğretmenlere, kocaya, doktora - yöneltilebilecek suçlayıcı bir tutum ortaya çıkar. Sık sık dikkati çektiğimiz gibi, başkalarına yönelik nevrotik isteklerin büyük ölçüde bu açıdan anlaşılması gerekir. Nevrotik sanki şu düşünce çizgisini izler gibidir: "Çektiğim acıların tek sorumlusu sen olduğun için bana yardım etmek senin görevin ve ben

de bunu senden bekleme hakkına sahibim." Kötünün kaynağını kendi içinde aradığı sürece, içinde bulunduğu sefil durumu hakettiğine inanır.

Nevrotik bireyin suçu başkalarının üzerine yıkma eğiliminden söz etmek bir yanlış anlamaya yol açabilir. Bu sanki nevrotik suçlamalarında haksızmış gibi bir izlenim bırakabilir. Aslına bakılırsa suçlayıcı bir duygu beslemek için belli geçerli nedenleri vardır, çünkü gerçekten de özellikle çocukluğunda haksız bir muamele görmüştür. Ama yaptığı suçlamalarda ayrıca nevrotik öğeler de vardır: bu suçlamalar çoğu kez olumlu amaçlara yönelik çabaların yerini alır ve genellikle körükörüne ve ayrım gözetmeksizin yapılır. Örneğin bu suçlamalar, ona yardım etmek isteyen insanlara yöneltilebilir, aynı zamanda da onu gerçekten yaralayan kişilere karşı suçlamalar besleme ve bunları dile getirme yetisinden yoksun olabilir.

Onüçüncü Bölüm

NEVROTİK SUÇLULUK DUYGULARI

SUÇLULUK duyguları, nevrozların görünen tablosunda ağır basan bir rol oynuyor gibi gözükmektedir. Bazı nevrozlarda bu duygular bolca ve açıkça dile getirilir; diğerlerinde çok daha kılık değiştirmişlerdir, ama davranışlar, tutumlar ve düşünme ve tepki verme yolları bu duyguların varlığına dikkati çeker. Burada ilk önce, bir özet tanım içinde, suçluluk duygularının varlığını gösteren çeşitli dışavurumları tartışacağım.

Son bölümde de değindiğim gibi, nevrotik birey çektiği acıları çoğu kez, daha iyisini haketmediği duygusuyla açıklamaya eğilimlidir. Bu duygu oldukça bulanık ve belirsiz olabilir ya da mastürbasyon, kandaşıyla sevişme (ensest) arzuları, bireyin yakınmalarına yönelik ölüm arzuları gibi toplumsal açıdan tabu olan düşüncelere ya da etkinliklere bağlanabilir. Böyle bir insan genellikle en önemsiz olaylar karşısında bile suçluluk duyma eğilimi gösterir. Birisi onu görmek istese, göstereceği ilk tepki, yapmış olduğu bir şeyden ötürü ayıplanmayı beklemektir. Eğer arkadaşları bir süre için ona gelmez ya da yazmazlarsa, onları kırıp kırmadığını düşünür. Kaldı ki başkaları açıkça hatalı olmuş, ona kesinlikle kötü davranmış olsalar bile, o, bundan ötürü kendini ayıplamayı başarır. Bir çıkar çatışması ya da tartışma başgösterdiği zaman, körü körüne karşısındaki insanların haklı olduğunu kabul etme eğilimi gösterir.

Her durumda sinsice bireyin üstüne çullanmayı bekleyen bu gizli suçluluk duygularıyla, ruh çöküntüsü durumlarında açık olan ve bilinçsiz suçluluk duyguları olarak yorumlanan şey arasında dalgalı bir ayrım vardır. Bilinçsiz suçluluk duyguları çoğu kez fantastik olan ya da en azından kabaca abartılan özsuçlamalar biçimini alır. Ayrıca, nevrotik bireyin kendi ve başkalarının gözünde haklı gözükme konusunda sergilediği bitmek bilmeyen

çabaları, özellikle bu tür çabaların olağanüstü stratejik değeri açıkça algılanmadığı zaman, askıda tutulması gereken yüzer - gezer suçluluk duygularının varlığını düşündürür.

Ayrıca nevrotik bireyin ikide bir başgösteren açığa vurulma (yakalanma) ya da ayıplanma korkusu da yaygın suçluluk duygularının varlığına dikkati çeker. Analistle yaptığı tartışmalarda, ilişki sanki suçlu ve yargıç ilişkisiymiş gibi hareket edebilir, böylece kendisi için analizde işbirliği yapmayı çok zorlaştırabilir. Kendisine sunulan her yorumu suçlama olarak alacaktır. Örneğin, analist ona, belli bir savunmacı tutumun arkasında sinsi bir kaygının gizli olduğunu gösterse, "Bir ödlek olduğumu biliyorum," diye yanıt verecektir. Analist, reddedilme korkusu nedeniyle insanlara yaklaşmaya ceraset edemediğini anlatsa, yaşamı kendisi için kolaylaştırmaya - kendisinin de yorumladığı gibi - çalışmasının suçunu kendi üstüne alacaktır. Zorlanımlı kusursuzluk arayışı büyük ölçüde, işte bu herhangi bir ayıplanma durumundan kaçınma ihtiyacının bir sonucu olarak gelişir.

Son olarak, nevrotik bir birey, bir fırsatı kaçırma ya da bir kazaya uğrama gibi elverişsiz bir şey başgösterdiği zaman kendini kesinlikle rahatlamış hissedebilir, hatta nevrotik belirtilerinden (semptomlarından) bazıları ortadan kalkabilir. Bu tepkinin gözlenmesi ve ayrıca nevrotiğin, bazen istemsiz de olsa, elverişsiz ortamlar hazırlıyor ya da elverişsiz olayları kışkırtıyor gibi gözükmesi gerçeği, onun öylesine ağır suçluluk duygularına sahip olduğunu, ki bunlardan kurtulmak için bir cezalandırılma ihtiyacı geliştirdiği varsayımına yol açabilir.

Dolayısıyla, nevrotik bir bireyde hem özellikle açık suçluluk duygularının varlığına, hem bunların onun kişiliği üzerindeki gücüne ilişkin bolca kanıt var gibi gözükmektedir. Ama bu açık kanıtlara karşın, nevrotiğin bilinçli suçluluk duygularının gerçekten de içten olup olmadığı ve bilinçsiz suçluluk duygularının varlığını düşündüren belirtisel (semtomatik) tutumların bir başka yoruma açık olup olmadığı sorgulanmalıdır. Bu tür kuşkuların yükselmesine yol açan çeşitli etkenler vardır.

Aşağılık duyguları gibi suçluluk duyguları da hiç de istenmeyen şeyler değillerdir; nevrotik birey bunlardan kurtulmaya

havesli olmaktan çok uzaktır. Aslında, suçluluğu konusunda ısrar eder ve onu temize çıkarmaya yönelik her girişime inatla direnir. Tek başına bu tutum bile, nevrotik suçluluk duygusu üzerindeki ısrarının arkasında, aşağılık duygularında olduğu gibi, önemli bir işlevi bulunan bir eğilim olduğunu göstermeye yeterli olacaktır.

Bir başka etkeni daha akılda tutmak gerekir. Herhangi bir şeyden ötürü dürüstçe pişmanlık duymak ya da utanmak acı vericidir ve bu duyguyu bir başkasına açmak daha da acıdır; aslına bakılırsa, nevrotik bir insan, ayıplanma korkusu nedeniyle bunu yapmaktan kendini alıkoymak için başkalarından daha çok çaba harcayacaktır. Ne var ki o, suçluluk duyguları olarak adlandırdığımız şeyleri çok daha rahatlıkla dile getirir.

Ayrıca, sık sık, nevrozlardaki gizli suçluluk duygularının gösterdiği şeklinde yorumlanan öz - suçlamalar kesinlikle usdışı öğeler tarafından belirlenir. Nevrotik, sadece özel özsuçlamaları içinde değil, ayrıca hiçbir inceliğe, övgüye, başarıya layık olmadığı yolndaki derin duygusu içinde de, açık abartmalardan arı fantezilere kadar aşırı usdışlık sergilemeye yatkındır.

Öz - suçlamaların, mutlaka içten suçluk duygularının dışavurumu olması gerekmediğini düşündüren bir başka etken de, nevrotiğin bilinçaltında değersizliğine inanmıyor olması gerçeğidir. Suçluluk duygularına gömülmüş gibi gözüktüğü zaman bile, çevresindeki insanlar onun kendine yönelik suçlamalarını ciddiye alma eğilimi gösterdikleri takdirde, buna karşı büyük bir içerleme duyabilir.

Bu son gözlem, melankolideki öz - suçlamaları tartışırken Freud'un [1] vurguladığı son bir etkeni gündeme getirir: dışavurulan suçluluk duygularıyla, buna eşlik etmesi gereken alçakgönüllükten yoksun olma arasındaki çelişki. Nevrotik birey, rendi değersizliğini öne sürecek, aynı zamanda ilgi ve beğeni konusunda büyük isteklerde bulunacak ve ayrıca en hafif eleştiriyi bile kabul etmeye karşı açık bir isteksizlik sergileyecektir.

1 Sigmund Freud, "Mourning and Melancholia, "**Collected Papers,** Vol. 4, sf. 152-170, Psychoanalytischer Verlag; Karl Abraham, Versuch einer Entwicklungsgeschichte der Libido, Psychoanalytischer Verlag.

Gazetelerdeki her suç haberinden ötürü bulanık bir suçluluk duyan ve hatta ailedeki her ölüm olayından ötürü kendini suçlayan, ama çok fazla ilgi istediği için kız kardeşinden yumuşak bir eliştiri alması üzerine ani bir öfke patlamasının altında ezilip baygınlık geçiren bir kadının durumunda olduğu gibi, bu çelişki çarpıcı bir netlikle ve açıklıkla görülebilir. Ama çelişki her zaman bu kadar belirgin değildir; ancak yüzeyde gözüktüğünden çok daha sıklıkla rastlanır. Nevrotik birey, özsuçlayıcı tutumunu kendine yönelik nesnel bir eleştirel tutum sanabilir. Eleştiriye yönelik duyarlılığı, dostça ya da yapıcı bir ruhla yapılması koşuluyla eleştiriye dayanabileceği yolundaki bir inançla perdelenebilir; ama bu inanç bir perde olmaktan öte bir şey değildir ve gerçeklerle çelişir. Açıkça dostça olan bir öğüde bile kızgınlıkla tepki gösterebilir, çünkü şu ya da bu türden bir öğüt, onun tam anlamıyla kusursuz olmayışından ötürü yapılan bir eleştiriyi anıştırır.

Dolayısıyla, suçluluk duyguları dikkatle irdelenir ve içtenliği denenirse, suçluluk duyguları olarak gözüken şeyin çoğunun gerçekte ya kaygının ya da kaygıya karşı oluşturulan bir savunmanın dışavurumu olduğu açıklık kazanır. Bu, kısmen normal birey için de geçerlidir. Kültürümüzde, Tanrıdan korkmak insanlardan korkmaktan ya da dinsel olmayan terimlerle, bir yakalanma korkusundan ötürü değil de bilinçten (vicdandan) ötürü bir şeyi yapmaktan geri durmak daha soyluca olarak değerlendirilir. Kendi bilinci nedeniyle karşısına vefalı olduğu aldatmacasına tutunan bir koca, gerçekte karısından korkmaktadır. Nevrozlardaki kaygının büyük boyutlara ulaşmış olması nedeniyle nevrotik birey, kaygıyı suçluluk duygularıyla gizlemeye çoğu kez normal bireyden daha yatkındır. Normal insanın tersine o, başgösterebilecek gibi olan sonuçlardan korkmakla kalmaz, genellikle, kesinlikle orantısız olan sonuçlar beklentisine de girer. Bu beklentilerin yapısı duruma bağlıdır. Kapıyı çalmak üzere olan cezalandırılmaya, misillemeye, terkedilmeye ilişkin abartılı bir görüşe sahip olabilir ya da korkuları bütünüyle bulanık olabilir. Ama yapıları ne olursa olsun, sahip olduğu bütün korkular, ayıplanma korkusu olarak ya da eğer ayıplanma kor-

kusu bir insanca eşdeğerdeyse, bir açığa vurulma, yakayı ele verme korkusu olarak tanımlanabilecek bir nokta üzerinde ayağa kalkarlar.

Ayıplanma korkusu nevrozlarda çok yaygındır. Hemen her nevrotik birey, yüzeysel gözlemde tam anlamıyla kendinden emin ve başkalarının görüşlerine karşı ilgisiz gözükmesine karşın, ayıplanmaktan, eleştirilmekten, suçlanmaktan, gerçek yüzünün anlaşılmasından ölesiye korkar ya da bunlara karşın aşırı ölçüde duyarlı olur. Az önce de değindiğim gibi, bu ayıplanma (onaylanmama) korkusunun, genellikle, altta yatan suçluluk duygularına dikkati çektiği kabul edilir. Eleştirel gözlem bu sonucu tartışmaya açık kılar. Bir hasta analizde belli deneyimleri ya da düşünceleri —örneğin, ölüm arzularıyla, mastürbasyonla, kandaşıyla sevişme arzularıyla ilgili olanları— konusunda konuşmayı çoğu kez çok zor bulur, çünkü bunlar bağlamında çok fazla suçluluk duyar ya da daha açık olmak gerekirse, çünkü suçluluk duyduğuna inanır. Bunlar konusunda konuşmaya yetecek kadar güven kazandığı ve ayıplandığını algıladığı zaman, "suçluluk duyguları" gözden kaybolur. O suçluluk duyar, çünkü kaygılarının bir sonucu olarak, kamuoyuna başkalarından daha çok bağımlıdır ve dolayısıyla bunu safça kendi yargısı sanır. Dahası, suçluluk duygularını kamçılayan deneyimleri konusunda konuşacak duruma geldikten sonra bu duygular ortadan kalksa bile, ayıplanmaya yönelik duyarlılığında tamelde bir değişme olmaz. Bu gözlem, suçluluk duygularının, ayıplanma korkusunun nedeni değil, sonucu olduğu sonucunu düşündürür.

Ayıplanma korkusu, suçluluk duygularının hem gelişimi hem de anlaşılması açısından çok önemli olduğu için, burada, bu korkunun sonuçlarından bazılarına ilişkin bir tartışmaya geçeceğim.

Orantısız ayıplanma korkusu körü körüne bütün insanları içine alabilir ya da -nevrotiğin genellikte dostla düşman arasında net bir ayrım yapma yetisinden yoksun olmasına karşın -sadece dostlarla ilgili olabilir. Başlangıçta bu korku sadece dış dünyayla ilgilidir ve şöyle ya da böyle başkaları tarafından ayıplanmayı

içerir, ama ayrıca içe de yansıtılabilir. Bu, içe ne kadar çok yansıtılırsa, dışarıdan gelen ayıplama da içeriden gelen ayıplamaya oranla o kadar önemsiz olur.

Ayıplanma korkusu çeşitli biçimlerde ortaya çıkabilir. Bu bazen sabit bir insanları sıkma korkusunda kendini ele verir; nevrotik birey, örneğin bir daveti geri çevirmekten, bir görüşe karşı çıkmaktan, arzularını daile getirmekten, mevcut standartların dışına çıkmaktan, şu ya da bu biçimde küstah olmaktan korkabilir. Bu, insanların onun gerçek yüzünün ortaya vuracağı yolundaki sabit bir korku içinde belirebilir; hoşlanıldığını hissetse bile, gerçek yüzünün anlaşılmasını ve terkedilmeyi önceden engellemek için, konu olan kişilerden uzaklaşma eğilimi gösterir. Bu ayrıca başkalarının kendi kişisel ilişkilerine ilişkin bir şeyler öğrenmeleri konusundaki olağandışı bir ağzı sıkılıkta ya da kendisine yönelen zararsız sorular karşısında duyulan orantısız bir kızgınlıkta kendini ele verebilir, çünkü bu tür sorularla ilişkilerine burunlarını sokmaya çalıştıklarına inanır.

Ayıplanma korkusu, analiz sürecini analist için zorlaştıran ve hasta için acı verici yapan belirgin etkenlerden birisidir. Her bireysel analizin bir diğerinden farklı olmasına karşın, hepsinde ortak bir özellik vardır; hastanın, analistin yardımını istemesine ve anlaşılmayı arzulamasına karşın, aynı zamanda da, en tehlikeli ihlalci olarak analiste karşı savaşması gerekir. Hastayı, yargıcın önündeki suçlu gibi davranmaya iten de işte bu korkudur ve suçlu gibi o da, gizliden gizliye, inatla inkara ve yanlış yola sevketmeye kararlıdır.

Bu tutum, itirafa zorlanmış olma ve buna acıyla tepki göstermeye ilişkin rüyalarda kendini belli edebilir. Hastalarımdan birisi, bastırılmış eğilimlerini su yüzüne çıkarmak üzere olduğumuz bir dönemde, bu açıdan önemli olan bir hayat kurmuştu. Hayalinde, sık sık bir rüya adasına sığınmayı alışkanlık haline getiren bir oğlan gördüğüne ilişkin hayaller kurar. Delikanlı orada, adanın varlığına ilişkin herhangi bir bilginin dış dünyaya iletilmesini yasaklayan ve dışarıdan gelen olası yabancıların (ihlalcilerin) ölümünü gerektiren bir yasa tarafından yönetilen bir toplumun parçası durumuna gelir. Delikanlının sevdiği ve kılık

değiştirmiş bir şekilde analiste karşılık gelen birisinin kazara adaya yolu düşer. Yasaya göre öldürülmesi gerekir. Ama delikanlı, kendisinin de adaya asla geri dönmeyeceğine söz vererek sevdiği insanı kurtarabilir. Bu, psikanalizin başından sonuna şu ya da bu şekilde var olan bir çatışmanın; yani, analistten hoşlanmayla, gizli düşünceler ve duygular dünyasına girmek istediği için ondan nefret etme arasındaki, hastanın sırlarını savunmak için savaşma dürtüsüyle bunları bırakma zorunluluğu arasındaki bir çatışmanın sanatsal bir ifadesiydi.

Eğer ayıplanma korkusu suçluluk duyguları tarafından yaratılmıyorsa, bu durumda nevrotiğin açığa çıkarılma ve ayıplanma konusunda neden bu kadar tasalandığı sorulabilir.

Ayıplanma korkusuna neden olan ana etken, nevrotiğin hem kendine hem de dünyaya karşı sergilediği maskeyle (façade),[1] bu maskenin arkasında gizli olan bütün bastırılmış eğilimler arasındaki büyük tutarsızlıktır. Nevrotik birey kendisiyle uyum içinde olmaması ve koruması gereken bütün aldatmacalar nedeniyle düşünüldüğünden daha çok acı çekiyor olmasına karşın, bu aldatmacaları var gücüyle savunması gerekir, çünkü bunlar onu pusuda bekleyen kaygısından koruyan kalkanı temsil eder. Bunları ayıplanma korkusu temelinde saklamak zorunda olduğunu kavrarsak, bazı "suçluluk duygularının" ortadan kalkmasının neden onu belki de bu korkusundan kurtaramayacağını daha iyi anlayabiliriz. Değişmesi gereken daha çok şey vardır. Kabaca ortaya koymak gerekirse, nevrotiğin ayıplanma korkusundan sorumlu olan şey, kişiliğindeki ya da daha çok kişiliğinin nevrotik bölümündeki içtensizliğin tamamıdır ve onun ortaya çıkarılmasından korktuğu şey de işte bu içtensizliktir.

Sırlarının özel içeriğine gelince; her şeyden önce, genellikle saldırganlık terimleriyle anlatılan şeylerin toplamını gizlemek ister. Bu terim sadece tepkisel düşmanlığını- kızgınlık, öç alma, kıskançlık, küçük düşürme arzusu, vb.- değil, ayrıca başkalarına yönelik bütün gizli isteklerini içermesi bağlamında kullanılmaktadır. Bunları daha önce ayrıntılarıyla tartıştığım için, bura-

1 Bu, C.G. Jung'un "persona" dediği şeye karşılık gelir.

da özetle, nevrotiğin kendi ayakları üstünde durmak istemediğini, arzuladığı şeylere ulaşmak için kendine ait çabalar ortaya koymak istemediğini; bunun yerine, ister buyurganlık ve başkalarını sömürmek, ister sevecenlik yoluyla, "sevgi" ya da teslimiyetçilik yoluyla olsun, başkalarının yaşamlarıyla beslenme konusunda içten içe ısrar ettiğini söylemek yeterli olacaktır. Düşmanca tepkilerine ya da isteklerine dokunulduğu an, kaygı gelişir ve bunun nedeni onun suçluluk duyması değil, ihtiyaç duyduğu desteği alma şansının tehlikeye girdiğini görmesidir.

İkinci olarak, kendini nasıl zayıf, güvensiz ve çaresiz hissettiğini, kendini ne kadar az ortaya koyabildiğini, ne kadar kaygılı olduğunu saklamak ister. Bu nedenle bir güçlülük maskesi oluşturur. Ama özgün güvenlik arayışları egemenlik üzerinde ne kadar çok odaklaşır ve böylece gururu güçlülük görüşüne ne kadar çok bağlarsa, o da kendini o kadar çok küçümser. Zayıflığın tehlikeli olduğuna inanmakla kalmaz, ayrıca bunu başkalarında olduğu kadar kendinde de küçümser ve kendi evinin efendisi olmamasıyla, ister kendi içindeki engelleri yenme yetisinden yoksunlukta, yardım kabul etmek zorunda olmayla, kaygının etkisi altında olmayla ilgili olsun, her yetersizliği zayıflık olarak değerlendirir. Kendi içindeki herhangi bir "zayıflığı" temelde küçümsediği ve başkalarının da bu zayıflığı gördükleri takdirde kendisini küçümseyeceklerine inanmaktan kendini almadığı için, bunu başkalarından saklamak için umutsuz ama her zaman için, er ya da geç bir gün gerçek kimliğinin (yüzünün) ortaya çıkacağı korkusu eşliğinde çaba harcar, dolayısıyla bu çabalara kesintisiz bir kaygı eşlik eder.

Bu nedenle suçluluk duyguları ve bunlara eşlik eden öz suçlamalar, bir ayıplanma korkusunun nedeni değil, sonuçları olmanın yanısıra, bu korkuya karşı oluşturulan bir savunmadır da. Suçluluk duyguları, güvence kazanmak ve konunun özünü bulandırmak gibi çifte bir amaca hizmet eder. Bunların konunun özünü bulandırma amacına ya dikkati gizlenecek şeyden saptırma yoluyla ya da gerçekdışı gibi gözükmelerine yolaçacak kadar abartma yoluyla ulaşılır.

Burada, birçoğunun yerini tutabilecek iki örneğe değinece-

ğim. Bir gün bir hastam, nankör olmakla, analiste yük olmakla, analistin terapiyi küçük bir ücret karşılığında yürütmesi gerçeğine yeterince saygı duymamakla kendini acı acı suçladı. Ama görüşmenin sonunda, o gün ödemeye niyetlendiği parayı getirmeyi unuttuğunu farketti. Bu, hastanın her şeyi karşılığında hiç bir şey vermeksizin elde etme arzusunun varlığını kanıtlayan birçok olaydan sadece birisiydi. Geniş bir alana yayılan ve genelleştirilen öz suçlamaları, başka alanlarda olduğu gibi burada da konunun özünü bulandırma işlevine sahipti.

Olgun ve zeki bir kadın, gerçek nedenin anne-babasının mantık dışı davranışlarının yarattığı kışkırtma olduğunu düşüncede bilmesine ve bu arada insanın aile büyüklerini suçlamaların ötesinde düşünmesi gerektiği inancından kendini kurtarmış olmasına karşın, çocukken yoğun öfke patlamaları geçirmiş olmasından ötürü suçluluk duyuyordu. Ne var ki bu çizgideki suçluluk duyguları öylesine yoğun bir biçimde varlığını sürdürüyordu ki, erkeklerle erotik ilişkiler konusundaki başarısızlığını, anne ve babasına yönelik düşmanlığından öteye eğilim gösteriyordu. Bu türden ilişkiler kurma yetisinden yoksun oluşunun suçunu çocukluğundaki bir kötülüğe yıkarak, erkeklere yönelik kendi düşnanlığı ve bir reddedilme korkusunun sonucu olarak kendi kabuğuna çekilişi gibi güncel olarak devrede olan etkenleri gizlemişti.

Öz-suçlamalar, bireyi ayıplanma korkusuna karşı korumakla kalmaz, tersine dikkati çeken güvence verici ifadeleri kamçılayarak, olumlu güvence de sağlar. İkinci bir kişinin bulunmadığı durumlarda bile bu öz suçlamalar, nevrotik bireyin özsaygısını yükselterek güvence sağlar, çünkü bunlar, başkalarının gözünden kaçan hatalardan ötürü kendini suçlayacak keskin bir ahlak yargına sahip olduğunu düşünmesine ve dolayısıyla gerçekten de harika bir insan olduğuna inanmasına yol açar. Dahası, bu öz-suçlamalar ona bir rahatlama da verir, çünkü bunlar, kolay kolay sorunun özü olan onun kendine ilişkin doyumsuzluğu (hoşnutsuzluğu) sorununa dokunmaz ve dolayısıyla olgusal olarak, hiç de kötü bir insan olmadığı yolundaki bir inanca yönelik gizli bir açık kapı bırakırlar.

Öz-suçlayıcı eğilimlerin öteki işlevlerine ilişkin tartışmaya geçmeden önce, ayıplanmadan kaçınmanın diğer yollarını ele almak zorundayiz. Öz-suçlamanın tam tersi olan, ama yine de aynı amacı yerine getiren bir savunma yolu da, her zaman haklı ya da kusursuz olmak, böylece eleştiriye açık kapı bırakabilecekhiçbir duyarlı noktayı ortada bırakmayarak bu eliştiriye önceden engel olmaktır. Bu tip bir savunmanın ağır bastığı olaylarda, açıkça yanlış olsa bile her davranış, zeki ve becerikli bir avukata yaraşır entelektüel bir safsatayla haklı çıkarılacaktır. Bu tutum öylesine ileri gidebilir ki, incir çekirdiğini doldurmayacak en önemsiz ayrıntılarda bile haklı olmayı -örneğin havanın nasıl olacağı konusunda her zaman haklı çıkmayı -bir zorunluluk durumuna getirebilir, çünkü böyle bir insan için herhangi bir ayrıntıda hatalı olmak, hepten hatalı olma tehlikesini gündeme getirir. Genellikle bu tipten bir insan önemsiz bir görüş ayrılığına, hatta coşkusal bir vurgu farklılığına bile dayanabilecek durumda değildir, çünkü onun düşünce yapısı içinde önemsiz bir anlaşmazlık bile bir eleştiriye eşdeğerdedir. Bu türden eğilimler, yalancı uyum denilen şeye büyük ölçüde neden olur. Bu, ağır bir nevroza rağmen kendi gözünde ve bazen ayrıca çevresindeki insanların gözünde "normal" ve uyumlu bir insan olma izlenimi bırakmayı başaran insanlarda görülür. Bu tip nevrotiklerde, çok büyük bir gerçek yüzünün anlaşılması ve ayıplanma korkusu bulmayı beklemek, insanı pek yanıltmayacaktır.

Nevrotik bireyin kendini ayıplanmaya karşı koruyabileceği üçüncü bir yol da, savsaklamaya, hastalığa ya da çaresizliğe sığınmaktır. Bunun oldukça açık bir örneğine, Almanya'da tedavi ettiğim Fransız bir kızda rastlamıştım. Bu, daha önce değindiğim ve geri zekalılık kuşkusuyla bana gönderilen iki kızdan birisiydi. Psikanalizin ilk birkaç haftası boyunca kızın zeka kapasitesi konusunda kendi içimde kuşkuluydum. Almancayı kusursuzca anlamasına karşın, benim söylediklerimi anlamış gibi gözükmüyordu. Aynı şeyleri daha basit bir dille anlatmaya çalıştım ama sonuç değişmedi. Sonunda iki etken durumu aydınlattı. İçinde benim büronun bir tutukevi ya da onu fiziksel olarak muayene eden bir doktorun bürosu olarak belirdiği rüyalar

görmüştü. Her iki rüya da gerçek yüzünün anlaşılmasına ilişkin kaygısını ele veriyordu; son rüyanın içeriği de buydu, çünkü fiziksel muayeneden ölesiye korkuyordu. Öteki aydınlatıcı etken, kızın bilinçli yaşamından bir olaydı. Yasa gereği olan belirlenen bir zamanda pasaport muayenesi yaptırmayı unutmuştu. Sonunda görevliye başvurduğu zaman, cezadan kaçmayı umarak, Almanca bilmiyormuş gibi davranmıştı; bu, bana gülerek anlattığı bir olaydı. Daha sonra, aynı taktikleri aynı amaçlarla bana karşı oynadığını algıladı. O andan sonra çok zeki bir kız olduğunu kanıtladı. Suçlama ve cezalandırılma tehkesinden kaçmak için, savsaklama ve aptallığın arkasına gizleniyordu.

Kural olarak aynı strateji, ciddiye alınmaması gereken sorumsuz, afacan bir çocuk gibi hissedip davranan bir insan tarafından da uygulanır. Bazı nevrotikler bunu kalıcı bir tutuma dönüştürürler. Ya da çocukça davranmasalar bile, kendilerini kendi duyguları içinde ciddiye almayı reddedebilirler. Bu tutumun işlevi psikanalizde gözlenebilir. Kendi saldırgınlık eğilimlerini algılamanın eşiğinde olan hastalar birden bire kendilerini çaresiz hissedebilirler, korunmadan ve sevecenlikten başka hiç bir şey istemeyen bir çocuk gibi davrabilirler. Ya da kendilerini küçük ve çaresiz hissettiklerine veya annenin karnında ya da kollarında taşındıklarına ilişkin rüyalar görülebilirler.

Eğer belli bir ortamda çaresizlik etkili ya da elverişli değilse, hastalık da aynı amaca hizmet edebilir. Hastalığın, zorluklardan bir kaçış yolu olarak işe yarayabileceği çok iyi bilinmektedir. Ama bu ayrıca, korkunun onu bir ortamı gerektiğince göğüslemekten alıkoyduğunu kavramaya karşı bir perde olarak da nevrotiğin işine yarar. Örneğin üstleriyle başı dertte olan nevrotik bir insan, ağır bir hazımsızlık nöbetine sığınabilir; böyle bir dönemde bir sakatlık (maluliyet) özlemi, bunun, bir eylemin gerçekleşmesi konusunda kesin bir olanaksızlık, deyiş yerindeyse, bir bahane yaratması ve böylece bireyle kendi korkaklığını algılamaktan kurtarması gerçeğinde yatar.[1]

1 Eğer böyle bir arzu- Frasız Alexander'in, **Psychoanalysis of the Total Personality**'de yaptığı gibi- üste karşı saldırganlık dürtülerine sahip olmadan ötürü duyulan bir cezalandırılma ihtiyacı olarak yorumlanırsa, hasta böyle

Şu ya da bu türden ayıplanmaya karşı son ve çok önemli bir savunma de, kullanılmaş, aldatılmış olma duygusudur. Nevrotik birey, kötüye kullanılmış olma duygusu yoluyla, başkalarından yararlanmaya yönelik kendi eğilimlerine ilişkin suçlamadan kurtulur; kendini acınası bir şekilde ihmal edilmiş hissederek, sahiplenmeye yönelik kendi eğilimlerine ilişkin suçlamaları devredışı bırakır; başkalarının yardımsever olmadıkları duygusuna kapılarak, onları alt etmeye yönelik kendi eğilimlerinin algılanmasına engel olur. Aldatılmış, kötüye kullanılmış olma duygusundan oluşan bu stratejiye sık sık başvurulur ve inatla sürdürülür, çünkü gerçekte bu, en etkili savunma yöntemidir. Bu, nevrotik bireyin hem suçlamalardan kurtulmasına, hem de suçu başkalarına yıkmasına olanak verir.

Şimdi öz-suçlayıcı tutumlara geri dönecek olursak, bunların, bir ayıplanma korkusuna karşı bir koruma ve olumlu güvence uyandırmanın yanısıra, hizmet ettiği bir başka işlevin de, nevrotiği, değişmenin zorunluluğunu görmekten alıkoyması ve gerçekte değişmenin yerine konmuş bir şey olarak iş görmesi olduğu görülür. Gelişmiş bir kişilikte değişmeler yaratmak herkes için son derece zordur. Ama nevrotik birey için bu iş iki kat daha zordur ve bunun nedeni onun değişme zorunluluğunu kavrama konusunda daha büyük bir zorluğa sahip olmasının yanısıra, tutumlarından bir çoğunun kaygı tarafından zorunlu kılınmış olmasıdır. Sonuç olarak, değişme zorunda olma beklentisinden ölesiye korkar ve bu zorunluluğu algılamaktan kaçar. Bu bilgiden kaçma yollarından birisi öz-suçlama aracılığıyla "yakayı sıyırabileceği" yolundaki gizli bir inanç geliştirmektir. Bu süreç sık sık gündelik yaşamda gözlenebilir. Eğer bir insan

---

bir açıklamayı sevinçle karşılayacaktır, çünkü analist bunu yapmakla, hastanın kendini ortaya koymasının zorunlu olduğu, bunu yapmaktan korktuğu, bundan korktuğu için kendine kızdığı gerçekleriyle yüz yüze gelmekten kaçınması için etkin bir şekilde ona yardım etmiş olur. Böylece analist, hastanın kendine ilişkin tablosu içinde kendini, üstüne karşı kötü arzular beslemesinden ötürü bu kadar canı sıkılacak kadar soylu bir insan olarak görmesine seyirci kalır ve böylece onun zaten var olan mazoşistlik itkilerini, yüksek ahlak değerlerinin yüce mertebesine çıkararak pekiştirmiş olur.

bir şeyi yapmış olmaktan ya da yapmayı başaramamış olmaktan ötürü pişmanlık duyar ve sonuç olarak yaptığını onarmayı ya da sorumlu olan tutumunu değiştirmeyi isterse, suçluluk duygularına gömülmeyecektir. Ama eğer suçluluk duygularına kapılırsa bu, onun zor olan değişme işinden kaçındığını gösterir. Gerçekten de pişmanlık duymak değişmekten çok çok daha kolaydır.

Bu arada, nevrotik insanın değişme zorunluluğu karşısında kendisini köreltebileceği bir başka yol da, mevcut sorunlarını entelleştirmesidir. Bunu yapmaya eğilimi olan hastalar, kendilerine ilişkin bilgi de dahil olmak üzere, psikolojik konularda bilgi kazanmaktan büyük bir entellektüel doyum elde edebilirler, ama bu bilginin öylece kalmasına göz yumarlar. Bu durumda entelleştirme tutumu, buna sahip insanları, herhangi bir şeyi coşkusal olarak yaşamaktan ve dolayısıyla değişmek zorunda olduklarını algılamaktan alıkoyan bir kalkan olarak kullanılır. Bu sanki kendilerine, şöyle bir bakmaları ve şunu söylemeleri gibi bir şeydir: ne kadar ilginç!

Öz-suçlamalar ayrıca başkalarını suçlama tehlikesinden kurtulmaya da yarayabilir, çünkü bireyin suçu kendi omuzlarına alması daha güvenli bir yol gibi gözükebilir. Başkalarını eleştirmeye ve suçlamaya yönelik olan ve sonuçta kişinin kendini suçlama eğilimlerini pekiştiren ketlemeler, nevrozlarda öylesine büyük bir rol oynar ki, bunların daha ayrıntılı olarak tartışılması gerekir.

Kural olarak, bu tür ketlemelerin bir geçmişi vardır. Korku, nefret yaratan ve çocuğun kendiliğinden öz saygısını baskı altında tutan bir atmosferde yetişen bir çocuk, çevresine karşı derin suçlayıcı duygulara sahiptir. Ne var ki bu duyguları dile getirme yetisinden yoksun oluşunun yanı sıra, eğer gözü yeterince korkutulmuşsa bilinçli duyguları içinde bunların farkına varmaya bile cesaret edemez. Bunun nedeni kısmen basit bir cezalandırılma korkusu kısmen de istediği sevecenliği yitirme korkusudur. Böyle bir atmosfer yaratan aileler, kendi nevrotik duyarlılıklarından ötürü eleştiriye açık olmamaları ölçüsünde, bu çocuksu tepkiler de gerçeklik içinde sağlam bir temele sahiptir. Ne var ki anne-babaların yanılmazlığına ilişkin bu tutumun her yerde görül-

mesinin nedeni kültürel bir etkendir.[1] Kültürümüzde anne-babaların konumu, her zaman için boyun eğmeciliği pekiştirmeye eğilimli bir otoriter güce dayanmaktadır. Birçok olayda evdeki ilişkiyi nezaket ve iyilik düzenler ve aile büyükleri için otoriter güçlerini vurgulamak gereksiz olur. Yine de bu kültürel tutum varolduğu sürece otorite gücü, geri planda kaldığı zaman bile ilişkiye büyük ölçüde gölge düşürür.

Bir ilişki otoriteye dayandığı zaman eleştirinin yasaklanması eğilimi ortaya çıkar, çünkü eleştiri otoriteyi yıkacaktır. Eleştiri açıkça yasaklanabilir ve cezalandırma yoluyla bu yasak pekiştirilebilir ya da çok daha etkin olarak yasaklama çok daha imalı olabilir ve ahlak temelinde güçlendirilebilir. Bu durumda çocuğun eleştirisi sadece anne-babaların bireysel duyarlılıkları tarafından değil, ayrıca aile büyüklerini eleştirmenin günah olduğu yolundaki kültürel tutumun etkisi altında olan bu anne-babaların, aynı şeyleri hissetmeleri ve aynı inancı kazanmaları için çocukları dolaylı dolaysız yollardan etkilemeye çalışmaları gerçeği tarafından da denetim altında tutulur. Bu tür koşullar altında pek yıldırılmamış bir çocuk, başkaldırısını dile getirebilir, ama karşılık olarak suçluluk duyması sağlanır. Daha çok yıldırılan bir çocuk herhangi bir içerlemeyi dile getirmeye cesaret edemez ve giderek, annesinin ya da babasının hatalı olabileceğini düşünmeyi bile göze alamaz. Ne var ki çocuk, birisinin hatalı olması gerektiğine inanır ve aile büyükleri her zaman haklı olduğu için, hatalı olanın kendisi olduğu sonucuna varır. Bunun zihinsel değil, coşkusal bir süreç olduğunu söylemek gereksiz. .

Çocuk bu yolla suçluluk duymaya başlar ya da daha kesin konuşmak gerekirse, her iki tarafı da soğukkanlılıkla tartıp ortamı nesnel bir gözle ele almak yerine, hatayı kendinde arayıp bulma eğilimi geliştirir. Suçlamaları, suçluluktan çok aşağılık duymasına yol açabilir. İkisi arasında sadece, tamamen nevrotiğin çevresinde geleneksel olan ahlak değerleri üzerindeki açık ya da örtülü vurgulamaya bağlı olan dalgalı farklılıklar vardır. Her zaman kız kardeşinin gölgesinde kalan ve korktuğu için haksız

1 Bu ve paragrafın kalanı için bkz. Erich Fromm, Autoritaet und Famille adlı eserdeki çalışması (Derleyen Max Horkheimer, 1936)

davranışlara boyun eğen bir kız, gerçekten hissettiği suçlamaları boğarak kendi kendine, haksız davranışın yerinde olduğunu, çünkü kız kardeşinden aşağı (daha az güzel, daha az zeki) olduğunu söyleyebilir ya da kötü bir kız olduğu için bu davranışın haklı olduğuna inanabilir. Ne var ki her iki durumda da kendisine kötü davranıldığını kavramak yerine suçu kendi üstüne alır.

Bu tip bir tepki varlığını mutlaka sürdürmez; derinlere kök salmamışsa, çocuğun çevresi değişirse, yaşamına onu benimseyen ve coşkusal açıdan onu destekleyen insanlar girerse, bu tepki de değişebilir. Eğer böyle bir değişme gerçekleşmezse, suçlamaları öz suçlamalara dönüştürme eğilimi zamanla yönelik içerlemesi de çeşitli kaynaklardan güç alarak keskinleşir; ayrıca artan kendini ele verme (gerçek yüzünün anlaşılması) korkusu ve başkalarındaki aynı duyarlılığın varlığına ilişkin görüşü nedeniyle, içerlemeyi dile getirme korkusu da derinleşir.

Yine de bir tutumun tarihsel kaynağının anlaşılması bu tutumu açıklamak için yeterli değildir. Hem pratik hem de dinamik açıdan daha önemli olan sorun, o an için hangi etkenlerin bu tutumu beslediğidir. Nevrotik bireyin, başkalarını eleştirme ve suçlama konusunda sahip olduğu olağandışı güçlükler içinde yetişkin kişiliğinin içerdiği çeşitli belirleyici etkenler vardır.

Her şeyden önce bu yeti yokluğu, kendiliğinden kendini ortaya koyma yetisinden yoksunluğun dışa vurumlarından birisidir. Bu eksikliği anlamak için, nevrotik bireyin tutumunu, kültürümüzde yaşayan sağlıklı bireyin suçlamalarda bulunma ve bunları dile getirme bağlamında ya da daha genel anlamda konuşulursa, saldırı ve savunma bağlamında hissediş ve davranış yoluyla karşılaştırmak yeterlidir. Normal birey bir tartışmada kendi görüşünü savunabilecek haksız bir suçlamayı, imalı bir iğnelemeyi ya da zorakiliği reddedebilecek, savsaklanmaya ya da aldatılmaya karşı açıkça ya da içten içe başkaldırabilecek, bir isteği ya da öneriyi sevmiyorsa ve ortam geri çevirmeye elverişliyse geri çevirebilecek bir durumdadır. Gerekli olduğu takdirde eleştirel duygular besleyebilecek ve eleştirisini dile getirebilecek

suçlama duyabilecek ve suçlamalarını dile getirebilecek, ya da istediği takdirde bir insandan amaçlı olarak uzaklaşabilecek ya da onu bırakabilecek durumdadır. Ayrıca orantısız bir coşkusal gerilim duymaksızın savunmaya ya da saldırıya geçebilecek ve aşırı öz-suçlamalarla, dünyaya karşı yersiz, şiddetli suçlamalar yapmasına yol açacak aşırı saldırganlık arasında orta bir yol izleyebilecek bir durumdadır. Bu mutlu ortayollu bulabilmek, ancak nevrozlarda şöyle ya da böyle bulunmayan koşullar temelinde olasıdır: derin bilinçsiz düşmanlıktan göreceli bir özgürlük ve göreceli olarak sağlam bir özsaygı.

Kendiliğinden olan bu kendini ortaya koyma yetsi bulunmadığı zaman bir zayıflık ve çaresizlik duygusu kaçınılmaz sonuç olur. Ortam gerektirdiği zaman saldırabileceğini ya da kendini savunabileceğini- belki de bu konuda hiç bir zaman düşünmeksizin-bilen bir insan güçlüdür ve güçlü olduğunu hisseder. Bunu belki de yapamayacağı gerçeğini kaydeden bir insan zayıftır ve zayıflık hisseder. Bilinç düzeyinde kendimizi aldatmayı çok iyi başarsak bile, bir tartışmayı korkudan ötürü mü yoksa bilgelikten ötürü mü bastırdığımızı, bir suçlamayı zayıflıktan mı yoksa haklılık duygusu temelinde mi kabul ettiğimizi elektronik bir saat kadar hatasız kaydederiz. Nevrotik kişi için zayıflığın bu şekilde kaydedilmesi, değişmez ve gizli bir tedirginlik kaynağıdır. Birçok durumda, kendi görüşlerini savunmayı ya da eleştirel bir görüşü dile getirmeyi başarmaktan sonra ruhçöküntüsü başgösterir.

Eleştireye ve suçlamaya yönelik bir başka engel de doğrudan doğruya temel kaygıyla içiçe geçmiştir. Eğer dış dünyanın düşmanca olduğuna inanılıyorsa, eğer kişi kendini bu dünyaya karşı çaresiz hissediyorsa, bu durumda insanların canını sıkma riskini göze almak açık bir pervasızlık gibi gözükür. Nevrotik birey için tehlike daha da büyük gözükür ve güvenlik duygusu başkalarının sevecenliğine ne kadar bağlıysa, nevrotik de bu sevecenliği yitirmekten o kadar korkar. Onun için bir başka insanın canını sıkmak, normal birey için olandan bütünüyle farklı bir anlam taşır. Başkalarıyla olan ilişkileri cılız ve kırılgan olduğu için, karşısındaki insanların kendisine yönelik ilişkilerinin daha iyi

olabileceğine inanmaz. Dolayısıyla onların başını ağrıtmanın, son bir patlama tehlikesi içerdiğine inanır; hepten bırakılmayı açıkça aşağılamayı ya da nefret edilmeyi bekler. Bunun yanı sıra, bilinçsiz olarak, başkalarının da gerçek kimliklerinin ortaya çıkarılmasından ve eliştirilmekten en az kendisi kadar çok korktuklarını düşünür ve bu nedenle onlara, onların kendisine karşı olmalarını beklediği kadar büyük bir incelikle davranmaya eğilim gösterir. Suçlamada bulunmaktan ya da suçlama duymaktan bile aşırı ölçüde korkması onu özel bir ikilemin kucağına kadar içe tıkmış içermeyle doludur. Aslına bakılırsa nevrotik davranışla tanışık olan herkesin de bildiği gibi, yığınla suçlama, bazen üstü örtülü, bazen de açıkça ve en saldırgan biçimleriyle dışavurulur. Buna karşın eleştiriye ve suçlamaya yönelik temel bir ürkekliğin bulunduğunu öne sürdüğüm için, bu tür suçlamaların dışavurulacağı koşulları kısaca tartışmak yerinde olacaktır.

Bunlar, umutsuzluğun gerilimi altında ya da daha özel olmak gerekirse, nevrotik birey bu konuda yitirecek hiçbir şeyi olmadığına inandığı, ne şekilde davranırsa davransın, her durumda reddedileceğine inandığı zaman dile getirilebilir. Örneğin bireyin ince ve düşünceli olmak için harcadığı özel çabalara aynen karşılık verilmediği ya da bu çabalar reddedildiği zaman böyle bir durum ortaya çıkar. Suçlamalarını bir anda patlarcasına mı boşaltacağı, yoksa bir süre devam mı edeceği bireyin umutsuzluğunun süresine bağlıdır. Tek bir kriz anında o güne dek karşısındaki insanlar için beslediği her şeyi üstlerine püskürtebilir ya da suçlamaları uzun bir döneme yayılabilir. Gerçekten de söylediği şeyi anlatmak ister ve karsışındakilerin bunu ciddiye almalarını bekler; ancak buna söz konusu insanların onun umutsuzluğunu görecekleri ve bu nedenle yaptıklarını görmezlikten gelecekleri yolundaki gizli bir beklenti eşlik eder. Eğer suçlamalar, nevrotiğin bilinç düzeyinde nefret ettiği ve iyi adına hiçbir şey hissetmediği insanlarla ilgiliyse, umutsuzluk adına bir şey bulunmadığı zaman bile benzer bir durum söz konusu olabilir. Az sonra tartışacağımız bir başka durumda içtenlik öğesi bulunmaz.

Eğer nevrotik birey gerçek yüzünün anlaşıldığını ve suçlan-

dığını ya da böyle bir tehlike içinde olduğunu hissederse, az ya da çok şiddetle, yine suçlayıcı olabilir. O zaman başkalarını alt - üst etme tehlikesi, ayıplanma tehlikesinin yanında kötünün iyisi gibi gözükebilir. Doğası gereği tedirgin olan ve tehlike karşısında saldırıya geçen bir hayvan gibi, nevrotik de kendini tehlike de hisseder ve karşı saldırıya geçer. Hastalar, herhangi bir şeyin ortaya çıkmasına en çok korktukları ya da karşılığında ayıplanma bekledikleri bir şey yaptıkları zaman, analisti şiddetli suçlamalarla topa tutabilirler.

Umutsuzluğun baskısı altında yapılan suçlamaların tersine, bu türden saldırılar körü körüne yapılır. Bu saldırılar, bunlar konusunda haklı olma inancı bulunmaksızın dile getirilir, çünkü bunlar, hangi araçların kullanıldığına bakılmaksızın ivedi bir tehlikeden kurtulma ihtiyacına dayanan arı bir duygudan kaynaklanırlar. Bazen gerçek olduğuna inanılan suçlamalar içerse de, bunlar çoğunlukla abartılı ve fantastiktir. Nevrotik birey temelde kendi içinde bunlara inanmaz, bunların ciddiye alınmasını beklemez ve eğer karşısındaki insanlar bunları ciddiye alırsa, örneğin ciddi bir tartışmaya girer ya da kırgınlık belirtileri gösterirlerse, çok şaşırır.

Nevrotik yapıda yapısal olan suçlama korkusunu, ayrıca bireyin bu korkuyla başa çıkma yollarını kavradığımız zaman, yüzeyde görülen tablonun neden bu bağlamda çoğu kez çelişik olduğunu anlarız. Nevrotik birey tepeden tırnağa yoğun suçlamalarla dolu bile olsa, çoğu kez haklı bir eleştiriyi bile dile getirme yetisenden yoksundur. Ne zaman herhangi bir şeyini kaybetse, hizmetçinin çalmış olduğuna inanabilir, ama onu suçlayamaz ya da akşam yemeğini geç getirdiği için ona çıkışamaz bile. Dile getirdiği suçlamalar ise çoğu kez gerçek dışı bir yapıdadır, konuyla ilgisi yoktur, çarpıtılmıştır, haklılıtan yoksundur ya da bütünüyle fantastiktir. Bir hasta olarak analisti, kendisini yıktığı yolundaki ağır suçlamalara boğabilir, ama analistin sigaradan aldığı tada ilişkin içten bir itirazı bile dile getiremez.

Suçlamaları bu şekilde açıkça dile getirmek, mevcut bulunan ve baskı altında tutulan içerlemenin tamamını boşaltmaya genellikle yetmez. Bunu yapmak için, onun duyduğu içerlemeyi farkında olmaksızın dile getirmesine olanak verecek dolaylı

yöntemler gereklidir. Bu içerlemenin bir bölümü istemsizce dışavurulur, birazı gerçekten suçlamayı amaçladığı insandan oldukça ilgisiz insanlara-örneğin kocasına karşı çekememezlik duyan bir kadın, hizmetçisini azarlayabilir- ya da koşullara veya genelde kadere aktarılır. Bunlar, kendi içinde nevrozlara özgü olmayan güvenlik supablarıdır. Suçlamaları dolaylı olarak ve bilinçsizce dile getirmek için kullanılan ve özellikle nevrotik olan yöntem, acı çekme taktiğidir. Nevrotik birey, acı çekme yoluyla kendini canlı bir sistem olarak sunabilir. Kocası eve geç geldiği için yatağa düşen bir kadın, bu yolla duyduğu çekememezliği bir olay yaratarak yapacağından daha aktif bir yoldan dile getirmiş olur va ayrıca, kendi gözünde masum, acı çeken bir kurban gibi gözükmenin avantajına konar.

Acı çekme taktiğinin suçlamaları ne kadar etkili olarak dile getireceği, suçlamada bulunmaya yönelik ketlemelere bağlıdır. Korkunun çok yoğun olmadığı durumlarda acı, dramatik bir yoldan ve genel içeriği "Bak da bana nasıl acı çektirdiğini gör" olan açık sistemler eşliğinde sergilenebilir. Aslanda bu, suçlamaların dile getirilebilmesine olanak veren üçüncü bir koşuldur, çünkü acı çekme, suçlamaların haklı gözükmesini sağlar. Burada ayrıca daha önce tartıştığımız sevecenliği kazanma yöntemleriyle yakın bir ilişki söz konusudur; suçlayıcı acı çekme aynı zamanda bir acıma duygusu uyandırma çabası ve yapılan zararın onarımı için çevresindeki insanların ilgisini zor yoluyla kazanma aracı olarak da iş görür. Kişi suçlamalarda bulunma konusunda kendini ne kadar çok tutuyorsa, acı çekme de o kadar az gösterişçi olacaktır. Bu öylesine ileri gidebilir ki nevrotik birey acı çektiği gerçeğini bile karşısındakilerin dikkatine sunmaz. Bir bütün olarak en büyük farklılıkları, bireyin acı çekme gösterilerinde buluruz.

Gözlemci, bütün bu dışavurmaları, özellikle keskin suçluluk duygularının dışavurulmaları olarak kabul etmeye ya da böyle yorumlamaya eğilim gösterir. Bu, gözlemcinin nevrotik olduğu anlamına gelmez, ancak, nevrotiğin olduğu kadar gözlemcinin düşünce ve duygularının da kültürel etkenlere bağlı olduğu anlamını taşır. Suçluluk duygularına yönelik tutumumuzu belirleyen kültürel etkenleri anlamak için, bu kitabın boyutlarını aşan

tarihsel, kültürel ve felsefi sorunları ele almak zorunda kalacaktır. Sorunu bütünüyle bir yana bırakıp geçerken bile en azından, Hıristiyanlığın, ahlaki sorunlar üzerindeki etkisini anmak gerekir.

Suçluluk duygularına ilişkin bu tartışma kısaca şöyle özetlenebilir. Nevrotik bir insan kendini suçlar ya da şu veya bu türden suçluluk duyguları sergilerse, ilk soru "Gerçekten neden ötürü suçluluk duyuyor" değil, " Bu öz-suçlayıcı tutumun işlevleri neler olabilir" olmalıdır. Bulduğumuz temel işlevler şunlardır: ayıplanma korkusunun dışavurumu; bu korkuya karşı bir savunma; ve suçlamalarda bulunmaya karşı bir savunma,

Freud ve onunla birlikte analistlerin çoğunluğu suçluluk duygularını mutlak bir güdülenim olarak değerlendirme eğilimi gösterirken, kendi çağlarının düşünce yapısını yansıtıyorlardı. Freud suçluluk duygularının korkudan kaynaklandığını anlar çünkü korkunun, suçluluk duygularından sorumlu tuttuğu "Süperego"nun oluşumuna katkıda bulunduğunu varsayar; ama bilincin isteklerinin ve suçluluk duygularının, bir kez oluştuktan sonra mutlak bir etken olarak çalıştıklarına inanma eğilimi gösterir. Daha ileri bir analiz, bilincin baskısına suçluluk duygularıyla tepki vermeyi öğrendikten ve ahlak değerlerini benimsedikten sonra bile bu duyguların arkasındaki güdülenimin, —bu sadece üstü örtülü ve dolaylı yollardan kendini belli etse de— sonuçlara ilişkin dolaysız bir korku olduğunu gösterir. Suçluluk duygularının kendi içlerinde mutlak bir güdülendirme gücü oluşturmadıkları kabul edilirse, bunların —özellikle Freud'un bilinçsiz suçluluk duyguları olarak adlandırdığı yayılmacı bir yapıda olanların— nevrozun yaratılmasında eşsiz bir öneme sahip oldukları varsayımına dayanan bazı psikanalitik kuramları gözden geçirme zorunluluğu gündeme gelir. Bu kuramlardan en önemli üç tanesini anmakla yetineceğim: hastanın bilinçsiz suçluluk duyguları nedeniyle hasta kalmayı yeğlediğini varsayan "negatif terapi tepkisi",[1] kişi üzerinde cezalandırıcı bir iç yapı olarak süperego; ve kişinin kendi kendine acı çektirmesini bir cezalandırma ihtiyacının sonucu olarak açıklayan ahlaki mazoşizm kuramları.

1 Bkz. Karen Horney, "The Problem of the Negative Therapeutic Reaction, **Psychoanalytic Quarterly**, Vol. 5, 1936, sf. 29-45.

Ondördüncü Bölüm

NEVROTİK ACI ÇEKMENİN ANLAMI (MAZOŞİZM SORUNU)

KENDİ çatışkılarıyla savaşan nevrotik bireyin büyük acılar çektiğini, dahası, çektiği bu acıları sık sık varolan ikilemlerden ötürü başka türlü ulaşılması zor olan belli amaçlara ulaşmaya yönelik bir araç olarak kullandığını gördük. Her bireysel durumda acı çekmenin kullanılma nedenlerini ve bu yolla ulaşılacak amaçları anlayabilecek durumda olmamıza karşın, insanların bunun için neden böylesine ürkütücü bir bedel ödemeye istekli olduklarına ilişkin şaşkınlığımız hapten ortadan kalkmaz. Sanki acı çekmenin cömertçe kullanılışı ve bireyin yaşamını etkin olarak yönetmekten kaçmaya hazır oluşu, kişinin kendini güçlü olmak yerine zayıf, mutlu olmak yerine perişan kılma eğilimi olarak kabaca tanımlanabilecek olan ve yüzeyin altında yatan bir itkiden kaynaklanıyor gibidir.

İnsanın doğasına ilişkin genel kavramlarla çeliştiği için bu eğilim, büyük bir bilmece, gerçekte psikolojinin ve pisikiyatrinin karşısına dikilen sersemletici bir engel olmuştur. Bu, gerçekten de mazoşizmin temel sorunudur. Başlangıçta mazoşizm terimi, acı çekme, dövülme, işkence edilme, tecavüze uğrama, zincire vurulma, küçük düşürülme yoluyla cinsel doyum içeren cinsel sapmalar ve fanteziler için kullanılmıştır. Freud, bu cinsel sapmaların ve fantezilerin, acıya yönelik genel eğilimlerle, yani açık bir cinsel temeli bulunmayan eğilimlerle akraba olduğunu görmüştür; bu son eğilemler" ahlaki mazoşizm" olarak sınıflandırılmıştır. Cinsel sapmalarda ve fantezilerde acı, olumlu bir doyum amaçladığı için, nevrotik acı çekmenin bir doyum arzusu tarafından belirlendiği ya da basit bir dille anlatmak gerekirse, nevrotik bireyin acı çekmek istediği sonucuna varılmıştır. Cinsel sapmalarla, ahlaki mozoşizm denen şey arasındaki farkın, bir ayrımsama (farkında olma) farkı olduğu varsayılır. İlkinde hem doyum arayışı, hem de doyumun kendisi bilinçlidir; ikincisinde ise her ikisi de bilinçsizdir.

Acı çekme yoluyla doyuma ulaşma, sapmalar içinde bile büyük bir sorundur, ama bu, acı çekmeye yönelik genel eğilemlerde çok daha şaşırtıcı bir durum alır.

Mazoşizm olaylarını açıklamaya yönelik birçok girişimde bulunulmuştur. Bunlar arasında en gözalıcı olan Freud'un ölüm içgüdüsü kuramıdır.[1] Kısacası bu, insanlarda etkinlik gösteren iki ana biyolojik gücün bulunduğunu varsayar: yaşam içgüdüsü ve ölüm içgüdüsü. Öz-yıkımı amaçlayan ölüm içgüdüsü, cinsel (libidinal) itkilerle birleştiği zaman mazoşizm olaylarıyla sonuçlanır.

Burada ortaya koymak istediğim ilginç bir soru, açı çekme eğiliminin, biyolojik bir varsayıma başvurulmaksızın psikolojik açıdan anlaşılıp anlaşılmayacağıdır.

İlk önce, gerçek acıyı, acı çekme eğilimiyle karıştıran bir yanılgıyı ele almak zorundayuz. Acı çekme durumu söz konusu olduğu için acı çekmeye yönelik ya da hatta bundan haz almaya yönelik bir eğilimin varolduğu sonucunun üstüne atlamak için haklı bir neden yoktur. Örneğin, H. Deutsch'a[2] uyup kültürümüzde kadınların çocuk doğurma sırasında acı çektikleri gerçeğini, kadınların bu acılardan gizliden gizliye mazoşistçe bir haz aldıklarının bir kanıtı olarak yorumlayamayız; ancak istisna durumlarda bu elbette doğru olabilir. Nevrozlarda başgösteren acıların büyük bir bölümünün bir acı çekme arzusuyla hiçbir alıp vermeyeceği yoktur; bunlar mevcut çatışmaların kaçınılmaz bir sonucudur. Bu acılar, tıpkı insan bacağını kırdığı zamanki gibi başgösterir. Her iki durumda da kişi acı çekmeyi istesin ya da istemesin, bu acılar mutlaka başgösterecektir ve birey bu nedenle çektiği acıdan bir şey kazanmaz. Varolan çatışmaların beslediği açık kaygı, nevrozlarda görülen bu tip acıların belirgin, ama sadece bir örneğidir. Nevrotik acı çekmenin diğer türlerinin de—örneğin, mevcut potansiyellerle gerçek başarılar arasındaki büyüyen tutarsızlığın anlaşılmasına eşlik eden acı, bazı ikilemlere umutsuzca yakalanmış olma duygusu, en önemsiz saldırılara yönelik aşırı duyarlılık, kişinin nevrotik oluşundan ötürü duyduğu öz-aşağılama gibi— bu şekilde anlaşılması gerekir. Sorun, nevrotik bireyin acı çekmeyi arzuladığı varsayımı temelinde ele alındığı zaman, nevrotik acının bu bölümü pek rahatsız edici olmadığı için çoğu kez hepten gözardı edilir. Ve bazen insan bununla karşılaşınca, amatörlerin, hatta bazı psikiyatristle-

1 Sigmund Freud, "Beyond the Pleasure Principle, "**The International Psychoanalytical Library**. No.4.

2 Helene Deutsch, "Motherhood and Sexuality, "**Psychoanalytic Quarterly**, Vol. 2 (1933), sf. 476-488.

rin bilinçsizce, nevrotik bireyin, kendi nevrozuna yönelik aşağılayıcı tutumunu ne ölçüde paylaştıklarını merak eder.

Acı çekme eğilmelerinden kaynaklanmayan nevrotik acıları ayıkladıktan sonra, şimdi bu eğilimlerden kaynaklanan ve dolayısıyla mazoşizm itkileri grubuna giren nevrotik acılara dönelim. Bu olaylarda yüzeydeki izlenim, nevrotiğin, gerçekliğin gerektirdiğinden daha çok acı çektiğidir, daha ayrıntılara inince, bireyin içindeki bir şeyin, her acı çekme fırsatının üstüne balıklama atladığı, olumlu, mul uluk verici koşulları bile acı verici bir şeye dönüştürmeyi başarabileceği, acıdan vazgeçmeye istekli olmadığı izlenimi ediniriz. Ama burada bu izlenimi yaratan davranışa büyük ölçüde, nevrotik acının söz konusu kişi için taşıdığı işlevler neden olur.

Nevrotik acı çekmenin bu işlevleri bağlamında önceki bölümde gördüğümüz şeyleri özetleyebilirim. Acı çekme nevrotik için dolaysız bir savunma değerine sahip olabilir ve gerçekte birçok durumda bireyin kendini kapıda bekleyen tehlikelere karşı koruyabileceği tek yol olabilir. Öz-suçlama yoluyla suçlanmaktan ve başkalarını suçlamaktan kaçınır, hasta ya da cahil gözükerek ayıplamalardan kaçınır, kendini küçümseyerek rekabet tehlikesinden kaçınır; ama bu yolla kendine çektirdiği acı, aynı zamanda bir savunmadır da.

Acı çekme ayrıca, bireyin istediği şeyleri elde etmesine, tehlikelerini aktif olarak ortaya koymasına ve bu istekleri haklı bir temele oturtmasına yarayan bir araçtır. Yaşama yönelik arzuları bağlamında nevrotik birey bir ikilem içindedir. Arzuları kaçınılmaz ve koşulsuzdur ya da bu duruma gelir; bunun bir nedeni bunların kaygı tarafından körüklenmesi, bir nedeni de diğer insanların yapacağı gerçek bir değerlendirmeyle geçerliliklerinin kontrol edilmemesidir. Ama öte yandan kendiliğinden kendini ortaya koymuyor oluşu yüzünden, daha genel terimlerle temel çaresizlik duygusu yüzünden, kendi arzularını ortaya koyma yetisi büyük ölçüde zedelenmiştir. Bu ikilemin sonucu, nevrotiğin, arzularıyla başkalarının ilgilenmesini beklemesidir. Eylemlerinin altında, yaşamından başkalarının sorumlu olduğu ve eğer işler kötüye giderse suçlanacak olanın başkaları olduğu yolundaki bir inancı yattığı izlenimi ediniriz. Bu, hiç kimsenin ona hiçbir şey vermeyeceği yolundaki inancıyla çatışır ve sonuçta arzularını yerine getirmeleri için karşısındakileri zora koşmak zorunda olduğuna inanır. İşte bu noktada acı, nevroti-

ğin yardımına koşar. Acı çekme ve çaresizlik, onun sevecenlik, yardım, denetim elde etmek ve aynı zamanda da çevresindekilerinin kendisine yönelik isteklerinden kaçmak için başvurduğu en belirgin araçlar olur.

Son olarak acı çekme, başkalarına yönelik suçlamaları kılık değiştirmiş ama etkili bir yoldan dile getirme işlevine sahiptir. Bir önceki bölümde bazı ayrıntılarıyla işte bu noktayı tartıştık.

Nevrotik acının işlevleri anlaşılınca sorun, mistik yapısından kısmen arındırılmış olur, ama henüz tam anlamıyla çözülmüş değildir. Acı çekmenin stratejik değerine karşın, nevrotik kişinin acı çekmek istediği görüşüne destek kazandıran bir etkenin varlığı söz konusudur: çoğu durumda nevrotik, stratejik amacın gerektirdiğinden daha çok acı çeker, perişanlığını abartmaya, kendini çaresizlik, mutsuzluk ve değersizlik duygularına gömmeye eğilim gösterir. Coşkularının abartılmaya yatkın olduğunu, bunların görünen değeriyle ele alınamayacağını bilmemize karşın, çatışan eğilimlerinden kaynaklanan düşkırıklıklarının, onu durumun kendisi için taşıdığı önemle orantısız olan dipsiz bir perişanlık çukuruna fırlatması gerçeği bizi şaşırtır. Ulaştığı başarı tam olmadığı zaman yenilgisini dramatik bir yoldan, silinmez bir leke olarak abartır. Kendini ortaya koymayı başaramadığı zaman özsaygısı patlayan bir balon gibi söner. Analiz sırasında yeni bir sorun üz rinde çalışmanın tatsız beklentisiyle yüz yüze gelmek zorunda olduğu zaman mutlak bir umutsuzluğa gömülür. Yine de, çektiği acıyı stratejik zorunlulukların ötesinde görünüşte neden isteyerek artırdığını irdelemek zorundayız.

Bu tür bir acı çekme ediminde, görünürde kazanalıcak bir avantaj, etki altında bırakılabilecek bir dinleyici topluluğu, kazanılacak bir canayakınlık, kendi iradesini başkaları üzerinde uygulamadan alınacak gizli bir zafer sevinci bulunmaz. Yine de nevrotik için farklı türden bir kazanç söz konusudur. Sevgide bir başarısızlığa, rekabette bir yenilgiye uğramak, kendi içindeki bir zayıflığı ya da kendine ait bir hatayı görmek zorunda kalmak, kendi eşsizliğine ilişkin y ksekten uçan görüşlere sahip olan birisi için dayanılmaz bir şeydir. Dolayısıyla kendi değerlendirmesi içinde hiçlik doğrultusunda küçülürken, başarı ve başarısızlık, üstünlük ve aşağılık kategorileri varolmaktan çıkar; çektiği acıyı abarttığı, genel bir perişanlık ya da değersizlik duygusu içinde kendini yitirdiği zaman, sinir bozucu deneyim de gerçekliğinin

bir bölümünü yitirir, özel acının sivri ucu körelir, uyuşturulur. Bu süreçte işleyen ilke, belli bir noktada niceliğin niteliğe dönüştüğü yolundaki felsefi gerçeği içeren diyalektik bir ilkedir. Bu, acının acı olmasına karşın, kişinin kendini acının kollarına bırakmasının acıya karşı bir uyuşturucu olarak iş görebileceği anlamına gelir, ki bu doğrudur.

Bir Danimarka romanında, bu sürecin ustaca bir betimini bulabiliriz.[1] Öykü, karısı iki yıl önce bir şehvet cinayetine kurban giden bir yazarla ilgilidir. Yazar, olan biteni ancak bir sis bulutu içinde yaşayarak dayanılmaz acılardan kurtulur. Derin üzüntünün algılanmasından kaçmak için kendini işe kaptırır, gece gündüz çalışarak bir kitap yazar. Öykü, kitabın bittiği gün yani, duyduğu acıyla yüz yüze gelmek zorunda kalacağı ruhsal anda başlar. Onunla ilk önce, adımlarının onu istemsizce sürüklediği mezarlıkta karşılaşırız. Onu, yer solucanlarının ölüyü yiyişi, insanların canlı canlı gömülüşü gibi en ürkütücü ve fantastik düşüncelere kendini kaptırmış bir halde buluruz. Bitkin düşer ve çekmekte olduğu azabın devam ettiği evine döner. Olan biteni dakikası dakikasına anımsamaya itilir. O akşam karısı arkadaşlarını ziyarete giderken ona katılmış olsaydı, karısı kendini alması için ona telefon etmiş olsaydı, arkadaşlarıyla kalmış olsaydı ya da o bir yürüyüşe çıkmış ve istasyonda kazara karısıyla karşılaşmış olsaydı, belki de cinayet gerçekleşmeyecekti. Cinayetin nasıl işlendiğini ayrıntılarıyla hayal etmeye itilen yazar, sonunda bilincini yitirinceye dek bir acı esirmesine gömülür. Bu noktaya kadar öykü, ele aldığımız sorun açısından özel bir anlam taşır. Daha sonra olan şey, yazarın azap cümbüşünden kurtulduktan sonra öç alma sorunuyla uğraşmak zorunda kalması ve sonunda duyduğu acıyla gerçekçi bir temelde yüzleşebilecek duruma gelmesidir. Bu öyküde sunulan süreç, acıyı, geçici bir süre için yoğunlaştırarak ve kendini tam anlamıyla acının kollarına bırakarak, kaybın verdiği acıyı dindirmeye yarayan bazı yas tutma geleneklerinde görülebilecek sürecin aynısıdır.

Abartılı acının bu uyuşturucu etkisi tanınınca, mazoşizm itkilerinde bulunan ve anlaşılır bir yapıda olan güdülenmeleri bulma konusunda ileri bir adım atmış oluruz. Ama mazoşistik sapmalarda ve fantezilerde açıkça görülen ve acıya yönelik genel nevrotik eğilimlerde varolduğu düşünülen bu tür acının doyu-

1 Aage von Kohl, **Der Weg durch die Nacht** (Danimarka dilinden Almancaya çeviri)

ma yatkın oluşunun nedenlerine ilişkin soru henüz yanıt bulmuş değildir.

Bu soruya yanıt verebilmek için ilk önce bütün mazoşizm eğilimlerinde ortak olan öğeleri ya da daha kesin olarak, bu tür eğilimlerin altında yatan ve yaşama yönelik olan genel tutumu tanımak gerekmektedir. Bu eğilimler bu bakış açsından irdelendiğinde, ortak bölenin bir yapısal zayıflık duygusu olduğu açıklık kazanır. Bu duygu, kişinin kendi özüne yönelik, başkalarına, genelde kadere yönelik tutumunda kendini gösterir. Bu duygu kısaca, derin bir önemsizlik ya da daha çok bir hiçlik duygusu; hafif bir rüzgarda kolayca sallanabilecek bir çalı gibi olma duygusu; aşırı uysallığa yönelik bir eğilimde, denetim ve teslim olmama üzerindeki aşırı bir vurgulamada; kuraldışı bir sevecenlik ihtiyacında ve kuraldışı bir ayıplanma korkusunda (kendini gösteren) başkalarının sevecenliğine ve yargısına bağımlı olmada kendini ele veren başkalarının buyruğu altında, onlara kul köle olma duygusu; kendi yaşamında söz sahibi olmak yerine başkalarının onun yaşamının sorumluluğunu almasına ve onun yerine kararlar vermesine seyirci kalmak zorunda olma duygusu; kapıda bekleyen bir kader duygusunda olumsuz, kişi parmağını oynatmak zorunda kalmadan mucizevi bir olayın olacağı beklentisinde olumlu bir biçimde kendini gösteren ve insanın kader karşısında bütünüyle çaresiz olduğu, iyinin ve kötünün dışarıdan geldiği duygusu; çevredeki insanlar girişim gücünü, araçları ve amaçları sağlamadığı sürece insanın nefes alamayacağı, çalışamayacağı, hiçbir şeyden zevk alamayacağı anlamına gelen ve genelde yaşama yönelik olan bir duygu; sahibin ellerinde şekillenecek bir macun olma duygusu olarak tanımlanabilirdi. Bu yapısal zayıflık duygusunu nasıl anlarız? Son çözümlemede bu, yaşamsal güç yokluğunun bir dışavurumu mudur? Bazı durumlarda bu olabilir, ama bir bütün olarak nevrotik bireyler arasındaki canlılıkta görülen farklılıklar, diğer insanlar arasında görülenden hiçbir açıdan daha büyük değildir. Bu, temel kaygının basit bir sonucu mudur? Elbette kaygının bununla bir ilgisi vardır, ama tek başına kaygı bile kişiyi güvenlik içinde olmak için çok daha büyük bir direnç ve güç kazanmak için çalışmaya ve buna ulaşmaya zorlayan karşı etkiye de sahip olabilir.

Yanıt, temelde bu yapısal zayıflık duygusunun hiç de gerçek olmadığıdır; zayıflık olarak hissedilen ve böyle görülen şey, zayıflığa yönelik bir eğilimin sonucu olmaktan öte bir şey değildir.

Bu olgu, şa ana dek tartıştığımız tipik özelliklerden çıka ılabilir: kendi duyguları içinde nevrotik birey, za ıflığını bilinçsizce abartır ve zayıf olma konusunda inatla ısrar eder. Ne var ki zayıflığa yönelik bu eğilimin ortaya çıkabileceği görüşü sadece mantıksal bir sonuç değildir; bunun iş başında olduğu oldukça sık olarak gözlenebilir. Hastalar, organik bir hastalığa sahip olduklarına inanmayı içeren her olasılığa hayali bir yoldan dört elle sarılabilirler. Bir hasta, ne zaman bir güçlükle karşılaşsa, oldukça bilincli bir yoldan, vereme yakalanmayı, bir sanatoryumda yatmayı ve kendini bütünüyle başkalarının ellerine bırakmayı arzuluyordu. Eğer herhangi bir istekte bulunacak olursa, bu tür bir insanın ilk dürtüsü boyun eğmek olabilir, ancak daha sonra öteki uca gidecek ve her ne pahasına olursa olsun, boyun eğmeyi reddedecektir. Analizde, bir hastanın özsuçlamaları birçok durumda, kendini, beklenen bir eleştiriyi kendi görüşüymüş gibi uyarlamasının, böylece ilerideki bir yargıya kendini bırakmaya hazır olduğunu göstermesinin sonucudur. Otoriter görüşleri körü körüne kabul etmeye, bir başkasına yaslanmaya, yükselen bir zorluğu bir meydan okuma olarak kabul etmek yerine, her zaman çaresiz bir "yapamam"la bu zorluktan kaçınmaya yönelik bir eğilim, zayıflığa yönelik eğilimin bir başka kanıtıdır.

Zayıflığa yönelik bu eğilimin içerdiği acılar genellikle hiçbir doyuma yol açmaz; ancak tersine, hizmet ettikleri amaç ne olursa olsun, nevrotiğin, perişanlığının farkına varmasının kesinlikle bir parçasıdır. Yine de bu eğilimler, doyuma ulaşmadıkları ya da en azından görünürde ulaşmadıkları zaman bile doyumu amaçlarlar. Bu amaç arasıra gözlenebilir ve bazen doyum amacına ulaşıldığı bile açıklık kazanabilir. Bazı arkadaşlarını ziyarete giden bir bayan hasta, onu istasyonda karşılamaya kimsenin gelmemesi ve arkadaşlarından bazılarını evlerinde bulamaması üze ine düşkırıklığı hissetmişti. Bu noktaya kadar deneyiminin bütünüyle acı verici olduğunu söyledi. Ama daha sonra, hepten yalnız ve terkedilmiş olma duygusuna yöneldiğini hisseder; bu, ortamdaki uyarıyla bütünüyle orantısız olduğunu anlamakta gecikmediği bir duygudur. Bu perişanlığa gömülmekle acıyı dindirmekle kalmamış, ay ıca bunu açıkca haz verici bir şey olarak algılamıştı.

Tecavüze uğrama, küçük düşürülme, zincire vurulma fantezileri ya da bunların gerçekten eyleme aktarılması gibi mazoşistce bir yapıda olan cinsel fantezilerde ve sapmalarda, doyuma

ulaşmaya çok daha sıkça ve açıkça rastlanır. Aslında bunlar, zayıflığa yönelik aynı genel eğilimin bir başka dışavurumu olmaktan öte bir şey değildir.

Ruhsal bir perişanlığa gömülerek doyum elde edilmesi, kişinin daha büyük bir şey içinde kendini yitirerek, bireyselliği çözüp eriterek, kuşkularıyla, acılarıyla, çatışkılarıyla, sınırlarıyla ve yalıtımla dolu olan özden kurtularak doyum bulmanın içerdiği genel ilkenin bir dışavurumudur.[1] Bu, Nietzche'nin *Principium individuationis*'ten kurtulma olarak adlandırdığı şeydir. Bu, Nietzsche'nin "diyonisyan" eğilimiyle anlatmak istediği ve temel insan arayışlarından birisi olarak değerlendirdiği şeydir; bunun karşısında, yaşamın aktif olarak şekillendirilmesi ve yönetilmesi doğrultusunda etkinlik gösteren ve apollonian (usçu, denetimci, Ç.N.) eğilim dediği şey vardır. Ruth Benedict, coşkusal esirim deneyimi yaratma girişimleri bağlamında diyonisyan (çılgınca, vahşice, vs. Ç.N.) eğilimlerinden söz eder ve bu eğilimlerin çeşitli kültürler arasında ne kadar yaygın ve dışavurumlarının ne kadar çok yönlü olduğuna dikkati çeker.

"Dionysian" terimi Yunanistan'daki Dionysos kültlerinden alınmıştır. Eski Thracians Kültleri[2] gibi bunlarında amacı bütün duyguların, görsel bir durum alıncaya kadar aşırı ölçüde uyarılmasıydı. Esirme yaratmakta kullanılan araçlar, müzik, flütlerin tekdüze ritmi, gece yapılan çılgınca danslar, başdöndürücü içkilerdi; bütün bunlar kaynayan bir heyecan ve esirme yaratıyordu. (Esirme terimi kesin anlamıyla kişinin kendi dışında ya da kendinin ötesinde olması anlamına gelir.) dünyanın her yerinde, aynı ilkeyi izleyen gelenekler ve kültler vardır: grup açısından, törenlerde ve dinsel esirmede kendini bırakma ve bireyler açısından, ilaçlarla kendinden geçme. Dionysian durumu yaratmada, acı da bir rol oynar. Bazı Amerikalı Kızılderili kabilelerinde görsel imajlar, bir et parçasını yapıştırarak, keserek, acı verici bir şekilde bağlayarak uyarılır. Söz konusu kabilelerin en önemli törenlerinden birisi olan Güneş Danslarında fiziksel işkence, çok

1 Mazoşizmde ulaşılan doyum türüne ilişkin bu yorum, temelde Erich Fromm'un yorumuyla aynıdır. **Autoritaet und Familie**, derleyen Max Horkheimer (1936).

2 Erwin Rohde, **Psyche**, the cult of souls and beliefs in immortality among the Greeks (1925)

yaygın bir esirme (vecit) deneyimi uyarma aracıdır.[1] Orta çağlarda insanlar esirme yaratmak için kendilerini dövüyorlardı. New Mexico'daki Tövbekarlar, dikenler, dayaklar, ağır yükler taşımayı kullanıyorlardı.

Diyonisyan eğilimlerinin bu kültürel dışavurumları, bizim kültürümüzde yapılanmış bir deneyim olmaktan uzak olmasına karşın, bunlar bize hepten yabancı da değildir. Bir dereceye kadar hepimiz, "kendimizi yitirmek"ten alınan doyumu tanırız. Bunu, fiziksel ya da ruhsal bir gerilimden sonra uykuya dalma sürecinde ya da bir narkoz anında hissederiz. Aynı sonuç alkolle de sağlanabilir. Alkol kullanımında elbette konunun içerdiği etkenlerden birisi ketlemelerden sıyrılmak, öteki de hüznü ve kaygıyı dindirmektir, ama burada da amaçlanan nihai doyum, kendini unutmanın ve kendini bırakmanın verdiği bir doyumdur. Ve ister sevgi, doğa, müzik, bir dava için duyulan coşku olsun, ister cinsel kendini bırakma olsun, kendini büyük bir duygu içinde yitirmenin verdiği doyumu tanımayan çok az insan vardır. Bu arayışların görünürdeki evrenselliğini nasıl açılayabiliriz?

Sunabileceği onca mutluluğa karşın yaşam, aynı zamanda kaçınılmaz trajedilerle de doludur. Özgün bir acı olmasa bile, yaşlılık, hastalık, ölüm gerçeği söz konusudur; daha genel terimlerle insan yaşamında yapısal olan, bireyin sınırlı ve yalıtılmış olması gerçeği söz konusudur: anlayabileceği, ulaşabileceği, haz duyabileceği şeylerle sınırlı ve yalıtılmış, çünkü o, eşinden dostundan ve çevresindeki doğadan ayrı eşsiz bir varlıktır. Aslında, kendini unutmaya ve bırakmaya yönelik kültürel eğilimlerin çoğunun üstesinden gelmeye çalıştığı şey de işte bu bireysel sınırlama ve yalıtımdır. Bu arayışın en acıklı ve en güzel anlatımı, akıp okyanusa karışan, adını ve şeklini yitiren ırmakların tablosunda, Upanishad'da bulmak olası. Birey, özünü daha büyük bir şey içinde çözülüp, onunla kaynaşmak, daha büyük bir bütünlüğün parçası olmak, Upanishad'da da dile getirildiği gibi, bir ölçüde sınırların üstesinden gelir: "Hiçliğe doğru yok olarak, evrenin yaratıcı ilkesinin parçası oluruz." Bu, dinin insanlara sunduğu büyük avuntu ve doyum gibi gözükmektedir; insanlar, kendilerini yitirerek Tanrıyla ya da doğayla uyum içinde olabilirler. Aynı doyuma kendini büyük bir davaya adama yoluyla da

1 Leslie Spier, "The Sun dance of the Plain Indians: Its Development and Diffusion," **Anthropological Papers of the American Museum of Natural History**, vol. 16 part 7 (New York 1921).

ulaşılabilir; kendimizi büyük bir davaya vererek, büyük bir bütünle uyum içinde olduğumuzu hissederiz.

Kültürümüzde, öze yönelik karşıt tutumun, yan bireyselliğin özgürlüklerini ve eşsizliğini vurgulayan ve buna büyük değer biçen tutumun daha çok farkındayız. Kültürümüzdeki insan, kendi varlığının, dış dünyadan ayrılan ya da dış dünyaya karşı olan ayrı bir birlik olduğuna güçlü bir inanç besler. Bireysellik konusunda ısrar etmekle kalmaz, bundan büyük bir doyumda elde eder; özel becerilerini geliştirerek, etkin bir yenilgiyle kendini ve dünyayı denetim altına alarak, yapıcı olarak ve yaratıcı çalışma yaparak mutluluk bulur. Bu kişisel gelişme ideali için Goethe şunları söylüyor: "Hoechstes Glueck der Menschenkinder ist doch die Personenlichkeit."*

Ama tartışma konumuz olan karşıt eğilim –bireyselliğin kabuğunu kırmaya ve bunun sınırlarından ve yalıtımından kurtulmaya yönelik eğilim– ötekilerine eşdeğerde derinlemesine kök salmış bir insan tutumudur ve ayrıca potansiyel doyumla doludur. Bu eğilimlerden hiçbirisi kendi içinde hastalıklı (patolojik) değildir; hem bireyselliğin sürdürülmesi ve gelişimi, hem de bir amaç uğruna bireyseliğin feda edilmesi, insan sorunlarının çözümünde akla yatkın amaçlardır.

Özden kurtulma eğiliminin dolaysız bir yoldan kendini göstermediği bir nevroz yok gibidir. Bu eğilim, evden ayrılma ve bir derbeder olma ya da kimliğini kaybetme fantezilerinde; hakkında bir şeyler okuduğu bir insanla özdeşleşmede; bir hastanın da belirttiği gibi bir karanlığın ve dalgaların orta yerinde terkedilmiş, karanlıkla ve dalgalarla uyum içinde olma duygusuyla dile gelebilir. Hipnotize edilme arzularında, mistisizme yönelik bir yatkınlıkta, gerçek dışılık duygularında, uykuya duyulan kuraldışı bir ihtiyaçta, bir hastalık, delilik, ölüm albenisinde bu eğilim vardır. Ve daha önce de değindiğim gibi mazoşizm fantezilerindeki ortak bölen, bir sahibin elinde şekillenecek macun olma, her türlü güçten, iradeden yoksun, bir başkasının egemenliğine mutlak bir biçimde bağımlı olma duygusudur. Elbette her bir farklı dışavurum, kendine özgü bir yoldan belirlenir ve kendine ait bir anlamı vardır. Örneğin tutsak edilmiş olma duygusu, aldatıldığına, dolandırıldığına inanmaya yönelik genel bir eğilimin parçası olabilir ve bu şekliyle başkalarını köleleştirmeye

* İnsanoğlunun en büyük sevinci kişiliğinin gelişimi olmalı." Ç.N.

yönelik dürtülere karşı bir savunma ve ayrıca egemenlik altına girmeye razı olmamalarından ötürü başkalarına karşı beslediği bir suçlama olabilir. Ama bu eğilim ayrıca savunma ve düşmanlığı dile getirme değerinin yanısıra, gizli ve olumlu bir kendini bırakma değerine de sahiptir.

Nevrotik, kendini ister bir insana ister kadere tabi kılsın ve kendini ezip geçmesine izin verdiği acının türü ne olursa olsun, aradığı doyum bireysel özün zayıflaması ya da söndürülmesi gibi gözükmektedir. Bu durumda eylemlerin etkin taşıyıcısı olmaktan vazgeçer ve kendine ait bir iradesi olmayan bir nesne olur.

Mazoşistik arayışları, bireysel özden vazgeçme çabasını içeren genel bir olguyla bu şekilde birleştirilince, zayıflıkla ve acıyla aranan ya da ulaşılan doyum, garip olmaktan çıkar; bilinen bir ilişki çerçevesine oturtulur.[1] Öyleyse nevrozlardaki mazoşistlik arayışlarının inatçılığına neden olan şey, bu arayışların aynı anda kaygıya karşı bir koruma olarak iş görmeleri ve potansiyel ya da gerçek bir doyum sağlamaları gerçeğidir. Daha önce de gördüğümüz gibi, doyum arayışının zayıflığa ve pasifliğe yönelik genel eğilimlerde önemli bir öğe olsa bile, bu doyum, cinsel fantezilerin ya da sapmaların dışında nadiren gerçektir. Bu nedenle son olarak, nevrotik bireyin kendini unutma ve kendini bırakmaya ve dolayısıyla aradığı doyuma neden bu kadar ender olarak ulaştığı sorusu gündeme gelir.

Belli bir doyuma engel olan önemli bir durum, nevrotik kişinin bireyselliğinin eşsizliği üzerinde yaptığı aşırı vurgulamanın, mazoşistik itkilerine karşı bir etkinlik göstermesidir. Mazoşizm olaylarının çoğu, uzlaşmaz arayışlar için uzlaşmalı bir çözüm olma yapısını diğer nevrotik eğilimlerle paylaşır. Nevrotik birey, çevresindeki herkesin iradesinin bir kurbanı, bir avı olduğuna inanma eğilimi gösterir, ama aynı zamanda da, dünyanın kendini ona uyarlaması gerektiği konusunda ısrar eder. Köleleştirildiğine inanma eğilimi gösterir, ama aynı zamanda da başkaları üzerinde uyguladığı gücün sorgulanmaması gerektiği konusunda ısrar eder. Çaresiz olmayı ve başkalarının kendisine

1 W. Reich, "Psychisches Korrelat und Vegetative Stroemung" ve "Ueber Karakteranalyse"de, mazoşizm sorununun çözümüne yönelik benzer bir girişim yapmıştır. O da mazoşizm eğilimlerinin haz ilkesine ters düşmediğine inanır. Ne var ki o, bunların cinsel bir temele oturtur ve benim bireysel sınırları çözüp dağıtma arayışı olarak tanımladığı şeyi o, bir orgazm arayışı olarak değerlendirir. (Ç.N. Bkz. Reich, **Kişilik Çözümlemesi,** XI. Bl., sf. 250-290.)

bakmasını ister, ama aynı zamanda da tam anlamıyla kendine yeterli olmakla kalmayıp, sonuçta her şeye kadir olmakta da ısrar eder. Bir hiç olduğuna inanma eğilimi gösterir, ama bir bilge olarak gözükmediği zaman çileden çıkar. Özellikle her iki arayış da çok güçlü olduğu için, bu tür zıtlıkları uzaklaştırabilecek doyurucu bir çözüm kesinlikle söz konusu değildir.

Kendinden geçmeye yönelik itki nevrotikte normal insandakinden çok daha kaçınılmaz, çok daha zorunludur, çünkü nevrotik birey sadece insan varlığında evrensel olan korkulardan, sınırlardan ve yalıtımdan değil, ayrıca çözümsüz çatışkıların ve bunların yol açtığı acıların ağına düşmüş olma duygusundan da kurtulmayı ister. Ve güce ve kendini büyütmeye yönelik çatışma itkisi yukarıdakine eşdeğerde kaçınılmaz ve normalde olandan çok daha yoğundur. Elbette olanaksıza ulaşmaya, aynı anda hem her şey hem de hiçbir şey olmaya kalkışır; örneğin, çaresiz bir bağımlılık içinde yaşayabilir ve aynı anda da zayıflığı aracılığıyla başkaları üzerinde mutlak bir buyurganlık uygulayabilir. Bu tür uzlaşmaları, bir kendini bırakma yetisi sanma yanılgısına kapılabilir. İşin doğrusu bazen psikologlar bile bu ikisini karıştırmaya ve kendini bırakmayı kendi içinde mazoşistçe bir tutum olarak değerlendirmeye yatkın gibi gözükürler. Gerçekte mazoşist kişi kendini bir şeye ya da bir insana verme yetisinden tam anlamıyla yoksundur; örneğin enerjisinin tamamını bir davanın hizmetine verme ya da kendini sevgi içinde bir başka insana tümüyle verme yetisinden yoksundur. Kendini acının kollarına bırakabilir, ama bu kendini bırakma, içinde bütünüyle pasiftir ve acısının nedeni olan duyguyu ya da ilgiyi veya kişiyi sadece, kendini yitirme uğruna kendini yitirmek için bir araç olarak kullanır. Kendisiyle karşısındaki arasında aktif bir etkileşim yoktur, söz konusu olan onun kendi amaçları içindeki benmerkezcil uğraşıdır. Kendini bir insana ya da davaya içtenlikle vermek içsel gücün bir dışavurumudur; mazoşistçe kendini bırakma ise sonuçta zayıflığın bir dışavurumudur.

Aranan doyuma ender olarak ulaşılmasının bir başka nedeni, tanımladığım nevrotik yapıda yapısal olan yıkıcı öğelerde yatmaktadır. Bu öğeler, kültürel "diyonisyan" itkilerinde bulunmaz. Kişiliği oluşturan onca şey, başarı ve mutluluk için onca olasılık taşıyan bu itkilerde, nevrotik yıkıcılıkla karşılaştırılabilecek birşey yoktur. Örneğin Yunan Diyonisyan kültürünü, delirmeye ilişkin nevrotik fantezilerle karşılaştıralım. İlkindeki, aşama se-

vincini beslemeye yarayan geçici bir batış olarak da, yaşamı daha zengin ve daha dolu kılma amacı olarak da iş görmez. Bu sonuncusunun amacı, değerleri ne olursa olsun, acı veren özün tamamından kurtulmaktır ve bu nedenle kişiliğin el değmemiş bir parçası buna korkuyla tepki gösterir. Aslında kişiliğin, bütünü anıştıran parçasına yönelik yıkım olasılıkları korkusu genellikle, ayrımsamaya toslayan süreç içindeki tek etkendir. Nevrotiğin bu konuda bildiği tek şey, bir delirme korkusu beslediğidir. Ancak süreç bileşen parçalarına –kendini brakmaya yönelik bir itki ve tepkisel bir korku– ayrıldığı zamandır ki belli bir doyum aradığı zaman korkularının buna ulaşmasına engel olduğu anlaşılabilir.

Kültürümüze özgü bir etken, kendinden geçmeye yönelik itkilerle birleştirilen kaygıyı pekiştirmeye yarar. Batı toplumunda, nevrotik yapıları dikkate alınmaksızın bile bu itkilerin doyurulabileceği kültürel yapılanmalar varsa bile yok denecek kadar azdır. Böyle bir olasılık sunan din, gücünü ve çoğunluk için taşıdığı çekimini yitirmiştir. Böyle bir doyuma yönelik etkili kültürel araçlar bulunmadığı gibi, bu araçların gelişmesi de etkin bir yoldan engellenir, çünkü bireyci bir kültürde bireyin kendi ayakları üstünde durması, kendini ortaya koyması ve gerektiğinde istediği şeyler için kavga etmesi beklenir. Kültürümüzde, kendinden geçmeye yönelik eğilimlere gerçekçi bir temelde boyun eğmek, dışlanma tehlikesini içerir.

Nevrotik bireyi aradığı özel doyumlara ulaşmaktan alıkoyan korkular açısından, mazoşizm fantezilerinin ve sapmaların onun için taşıdığı değeri anlamak olası. Eğer kendini bırakma itkileri fantezilerde ya da cinsel edimlerde yaşatılırsa, birey kendini hepten yok etme tehlikesinden kaçabilecektir. Diyonisyan kültleri gibi bu mazoşistik etkinlikler de, öz açısından, göreceli olarak küçük bir zarar riski eşliğinde geçici bir kendinden geçme ve kendini bırakma sağlar. Mazoşizm eğilimleri genellikle kişiliğin tümel yapısına sızar; bazen de cinsel etkinlikler üzerinde odaklaşır, buna karşın kişiliğin öteki parçaları göreceli olarak bundan özgür kalır. Kendi işlerinde etkin, saldırgan ve başarılı olan ama buna karşın zaman zaman bir kadın gibi giyinme ya da asi çocuk rolünü oynayıp kendilerini dövdürme gibi mazoşistik sapmalara itilen erkekler vardır. Öte yandan, nevrotiği sahip olduğu güçlüklere ilişkin doyurucu bir çözüm bulmaktan alıkoyan korkular, mazoşizm itkilerine de sızabilir. Bu itkiler cinsel bir yapı-

daysa bu durumda kişi cinsel ilişkilere ilişkin yoğun mazoşistlik fantezilerine karşın, karşı cinse yönelik bir tiksinti ya da en azından ağır cinsel ketlemeler göstererek, cinsellikten hepten uzak durabilir.

Freud, mazoşizm itkilerini temelde cinsel bir olgu olarak değerlendirir. Bu itkileri açıklamayı amaçlayan kurumlar ortaya atmıştır. Başlangıçta mazoşizmi, tanımlı, biyolojik olarak belirlenen bir cinsel gelişim evresinin, anal-sadik denilen evrenin bir yanı olarak değerlendiriyordu. Daha sonra, bu kuruma, mazoşizm itkilerinin dişilikle yapısal bir akrabalık içinde olduğu ve bir kadın olma arzusunu yaşama, eyleme aktarma gibi bir şeyi anıştırdığı varsayımını ekledi.[1] Daha önce de anıldığı gibi Freud'un bu konudaki son varsayımı, mazoşizm itkilerinin özyıkıcı ve cinsel itkilerin bir birleşimi olduğu ve işlevlerinin, özyıkıcı itkileri birey için zararsız hale getirmek olduğu varsayımıydı.

Öte yandan benim bakış açım şöyle özetlenebilir. Mazoşizm itkileri temel cinsel bir olgu olmadığı gibi, biyolojik olarak belirlenen süreçlerin bir sonucu da değildir, ancak, kişilik çatışkılarından kaynaklanırlar. Bu itkilerin amacı acı çekmek değildir; nevrotik birey de acı çekmeyi başka herkes kadar az arzular. Belli işlevleri yerine getirdiği ölçüde nevrotik acı çekme, kişinin istediği şey değil, bedel olarak ödediği şeydir ve kişinin amaçladığı doyum kendi içinde acı değil, bir kendini bırakmadır.

1 Sigmund Freud, "The Economic Principle of Masochism," **Collected Papers,** Vol. 2, sf. 255-268 ve New Introductory Lectures on Psychoanalysis. Ayrıca bkz. Karen Horney, "The Problem of Feminine Masochism," **Psychoanalytic Review,** vol. 22 (1935)

Onbeşinci Bölüm

KÜLTÜR VE NEVROZ

HER bireysel analiz, en deneyimli analiste bile yeni yeni sorunlar sunar. Her bir hastada, daha önce hiç karşılaşmadığı güçlüklerle, tanınması zor ve açıklanması daha da zor olan tutumlarla, bir bakışta saydamlıktan uzak olan tepkilerle karşı karşıya bulur kendini. Önceki bölümlerde tanımlanan nevrotik yapının karmaşıklığına ve içerdiği birçok etkene geri dönüp bakılırsa, görünen çeşitlilik şaşartıcı olmaz. Kalıtımdaki ve bir insanın yaşamı boyunca, özellikle de çocukluğunda yaşadığı deneyimlerdeki farklılıklar, konunun içerdiği etkenlerin oluşumunda görünürde sonsuz olan bir çeşitlilik yaratır.

Ama başlangıçta da dikkat çekildiği gibi, bütün bu bireysel farklılıklara karşın, bir nevrozun gelişme temeli olan belirleyici çatışmalar pratik açıdan her zaman aynıdır. Genelde bunlar, kültürümüzdeki sağlıklı insanın da tabi olduğu çatışmaların aynısıdır. Nevrotikle normal insan arasında net bir ayrım yapmanın olanaksız olduğunu söylemek tartışmasız bir görüş, ama bunu bir kez daha tekrarlamak yararlı olabilir. Kendi deneyimleri için tanıdıkları çatışmalarla ve tutumlarla karşı karşıya olan birçok okur, kendi kendine şunu sorabilir; Ben nevrotik miyim, değil miyim? En geçerli ölçüt, bireyin kendi çatışmalarının tuzağına düştüğünü hissedip hissetmediği, bunlarla yüzleşip yüzleşemeyeceği ve dolaysız bir biçimde bunlarla savaşıp savaşamayacağıdır.

Kültürümüzdeki nevrotik insanın, altta yatan aynı çatışmalar tarafından güdülendirildiğini ve en azından bir ölçüde normal bireyin de bu çatışmalara tabi olduğunu anladığımız zaman, başlangıçta ortaya koyduğumuz soruyla bir kez daha karşı karşıya geliriz: Kültürümüzde, nevrozların daha başka çatışmaların değil de, tanımladığım bu özgün çatışmaların çevresinde odaklaşmasından sorumlu olan koşullar nelerdir?

Freud bu sorunu ancak sınırlı bir biçimde ele almıştır; biyolojik yönelimin öteki yanı, sosyolojik bir yönelim yokluğudur ve bu nedenle toplumsal olguları temelde ruhsal etkenlere ve bunları da temelde biyolojik etkenlere (libido kuramına) bağlama eğilimindedir. Bu eğilim, psikanalitik yazarların, örneğin savaş-

lara ölüm içgüdüsünün neden olduğuna, günümüzdeki ekonomik sistemin köklerinin anal-erotik itkilerde yattığına, makine çağının iki bin yıl önce başlamasının nedeninin, o dönemin narsizminde yattığına inanmalarına yol açmıştır.

Freud bir kültürü karmaşık bir toplumsal sürecin sonucu olarak değil, bastırılan ve yüceltilen (sublime edilen) ve sonuçta tepki oluşumlarına yol açan temelde biyolojik olan itkilerin sonucu olarak görmüştür. Bu itkiler ne denli çok bastırılırsa, kültürel gelişme de o denli yüksek olacaktır. Yüceltme yetisi sınırlı olduğu ve ilkel itkilerin yüceltme olmaksızın yoğun olarak bastırılması nevroza yol açabildiği için, toplumsal gelişmenin, kaçınılmaz olarak nevrozun gelişmesi anlamını taşıması gerekiyordu. Dolayısıyla ona göre nevrozlar, insanlığın kültürel gelişme için ödemesi gereken bedeldir.

Bu düşünce sisteminin altında yatan dolaylı kuramsal önerme, biyolojik olarak belirlenen insan doğasının varlığına yönelik bir inançtır ya da daha kesin konuşmak gerekirse, oral, anal, örgensel ve saldırganlık itkilerinin bütün insanlarda yaklaşık olarak eşit ölçülerde varolduğuna ilişkin bir inançtır. O zaman kişilik yapısında görülen ve bireyden bireye olduğu kadar kültürden kültüre de değişen farklılıkların nedeni, gerekli olan bastırmanın değişen yoğunluğu ve buna ek olarak bu bastırmanın farklı türden itkileri değişen ölçülerde etkilediği nitelemesidir.

Tarihsel ve antropoljik bulgular, kültür düzeyinin yüksekliğiyle cinsel ya da saldırganlık itkileri arasında bu tür bir dolaysız ilişkiyi doğrulamamaktadır. Hata, niteliksel bir ilişki yerine niceliksel bir ilişkinin savunulmasında yatmaktadır. İlişki, bastırmanın niceliğiyle kültürün niceliği arasında değil, bireysel çatışkıların niteliğiyle kültürel güçlüklerin niteliği arasında yatmaktadır. Niceleyici etken de gözardı edilemez, ama bu ancak tümel yapı bağlamında değerlendirilebilir.

Kültürümüzde yapısal olan ve her bireyin yaşamında çatışkılar olarak kendilerini belli eden, biriktiği zaman da nevrozların oluşumuna yol açan bazı tipik güçlükler vardır. Sosyolog olmadığım için, nevroz sorunu ve kültür üzerinde etkili olan ana eğilimlere kısaca dikkati çekmekle yetineceğim.

Çağdaş kültür, ekonomik açıdan bireysel rekabet ilkesine dayanmaktadır. Yalıtılmış birey aynı grubun öteki bireyleriyle savaşmak, onları aşmak ve sık sık onları bir yana fırlatıp atmak zorundadır. Birinin avantajı çoğu durumda bir başkasının deza-

vantajıdır. Bu durumun ruhsal sonucu, bireyler arasındaki yaygın düşmanca gerilimdir. Herkes, başka herkes için gerçek ya da potansiyel bir rakiptir. Adil olma çabalarına ya da ince bir düşüncelilikle olan biteni gizleme girişimlerine rağmen, bu durum aynı meslek grubu üyeleri arasında açıkça belirgindir. Ne var ki rekabetçiliğin ve buna eşlik eden potansiyel düşmanlığın bütün insan ilişkilerine sızdığını vurgulamak gerekir. Bu, erkeklerle kadınlar, erkeklerle erkekler, kadınlarla kadınlar arasındaki ilişkilere sızar ve rekabet konusu ister popülerlik, ustalık, çekicilik, ister bir başka toplumsal değer olsun, güvenilir dostluk olasılıklarını büyük ölçüde zedeler. Ayrıca az önce de belirtildiği gibi bu, sadece eş seçiminde değil, ayrıca erkeklerle girişilen üstünlük kavgasının tamamında kadın-erkek ilişkilerini de zedeler. Bu, okul yaşamına da sızar. Ve belki de her şeyden önemlisi, bunun aile ortamına sızması ve böylece kural olarak rekabetçilik tohumlarının ta başından çocuğun ruhuna ekilmesidir. Babayla oğul, anayla kız, çocukla çocuk arasındaki rekabet, genel bir insan olgusu değil, kültürel açıdan belirlenen uyarılmalara gösterilen bir tepkidir. Freud'un en büyük başarılarından birisi, Oedipus kompleksi kuramında ve öteki varsayımlarında da dile getirdiği gibi rekabetin aile içinde oynadığı rolü görmesidir. Ne varki bu rekabetin kendi içinde biyolojik olarak koşullandırılmadığını, varolan kültürel koşulların bir sonucu olduğunu, rekabeti kamçılayan tek şeyin aile ortamı olmadığını, rekabetçi uyarımların beşikten mezara etkin olduğunu da eklemek gerekir.

Bireyler arasındaki potansiyel düşmanca gerilim, sabit bir korku üretimiyle sonuçlanır: bireyin kendi düşmanlığına yönelik bir misilleme korkusunun pekiştirdiği başkalarındaki potansiyel düşmanlık korkusu. Normal bireydeki bir başka önemli korku kaynağı da başarısızlık beklentisidir. Başarısızlık korkusu gerçekçi bir korkudur, çünkü genelde başarısız olma şansı başarılı olma şansından çok daha büyüktür ve rekabetçi bir toplumda başarısızlıklar, ihtiyaçların gerçekçi bir engellenişini içerir. Başarısızlıklar sadece ekonomik güvensizlik anlamına değil, ayrıca saygınlık yitimi ve her türden coşkusal engelleme anlamına da gelir.

Başarının böylesine büyüleyici bir yanılsama olmasının bir başka nedeni, bunun öz-saygımız üzerindeki etkileridir. Bizi, elde ettiğimiz başarının ölçüsüyle değerlendiren sadece başkaları değildir; isteyerek ya da istemeyerek, kendi öz-değerlendirmemiz de aynı yapıyı izler. Varolan öğretilere göre başarının nedeni

kalıtsal becerilerimizdir ya da dinsel erimlerle tanrının lütfunun gözle görülür bir işaretidir; gerçeklik içinde başarı denetimimizden bağımsız olan bir dizi etkene –elverişli koşullar, ahlak kurallarına bağlı kalmaksızın eylemde bulunma, vb– bağlıdır. Yine de var olan öğretinin baskısı altında en normal insan bile, başarılı olduğu zaman değer kazandığını ve yenildiği zaman değersiz olduğunu düşünmeye itilir. Bunun öz-saygı için sallantılı bir temel sunduğunu söylemeye gerek yok.

Bütün bu etkenler –rekabetçilik ve bunun insanlar arasında yarattığı potansiyel düşmanlıklar, korkular, azalan özsaygı– hep birlikte bireyin ruhsal açıdan yalıtıldığı duygusuna kapılmasıyla sonuçlanır. Başkalarıyla birçok ilişkiye sahip olduğu zaman bile, hatta mutlu bir evlilik yaptığı zaman bile coşkusal açıdan yalıtılmıştır. Coşkusal yalıtıma katlanmak herkes için zordur; ama kişinin kendine ilişkin belirsizlikleriyle çakıştığı zaman coşkusal yalıtım bir felakete dönüşür.

Çağımızın normal insanında, bir çare olarak yoğunlaşmış bir sevecenlik ihtiyacını kamçılayan şey işte bu durumdur. Sevecenlik elde etmesi, kendini daha az yalıtılmış, düşmanlıkla daha az tehdit ediliyor ve kendisi konusunda daha az belirsizlik hissetmesini sağlar. Hayati bir ihtiyaca karşılık geldiği için, kültürümüzde sevgi gözde büyütülür. Bütün sorunlar için bir çözüm olduğu yanılsamasını taşıyan sevgi –başarı gibi– koca bir yanılsama olup çıkar. Kültürümüzde sevginin, çoğu kez bununla hiç bir ilgisi olmayan arzuları doyurmak için bir perde olarak kullanılmasına karşın, sevgi kendi içinde bir yanılsama değildir ama yapabileceğinden çok daha fazlasını beklememiz bunu bir yanılsamaya dönüştürmüştür. Ve sevgiye ilişkin öğretisel vurgulamamız, buna yönelik abartılı ihtiyacımızı yaratan etkenleri gizlemeye yarar. Dolayısıyla birey –yine normal bireyi söz konusu ediyorum– büyük bir sevecenliğe ihtiyaç duymakla, bunu elde etmekte güçlük çekme arasındaki ikilemin pençesine düşmüştür.

Bu noktaya kadar ortam, nevrozların gelişmesi için gübreli bir toprağa karşılık gelir. Normal insanı etkileyen –sallantılı bir öz-saygıya, potansiyel düşmanca gerilime, tedirginliğe, korku ve düşmanlık içeren rekabetçiliğe, doyurucu kişisel ilişkilere yönelik artan bir ihtiyaca yönelmesine yol açan– kültürel etkenlerin aynısı nevrotik insanı daha yüksek bir düzeyde etkiler ve aynı sonuçlar onda sadece biraz daha yoğunlaşmış olur: ezilmiş bir özsaygı, yıkıcılık, kaygı, yıkıcı dürtülerle kaygı içeren ve yoğun-

laşan rekabetçilik ve aşırı bir sevecenlik ihtiyacı.

Her nevrozda, nevrotik bireyin uzlaştırmayı başaramadığı çelişik eğilimlerin bulunduğunu anımsarsak, kültürümüzde benzer bir biçimde, tipik nevrotik çatışkıların altında yatan bazı belirgin çelişkilerin bulunup bulunmadığı sorusu gündeme gelir. Bu kültürel çelişkileri irdeleyip tanımlamak sosyologların görevi olacaktır. Temel çelişik eğilimlerden bazılarını kısaca ve şematik olarak ele almakla yetinmek zorundayım.

Anılması gereken ilk çelişki, bir yanda rekabet ve başarıyla, öte yanda da kardeşçe sevgi ve alçakgönüllülük arasındaki çelişkidir. Bir yanda, girişimci ve saldırgan olmamız, başkalarını engelleyebilmemiz gerektiği anlamına gelen ve bizi başarıya götüren her şeyi yaparız. Öte yandan da, kendimiz için bir şey istemenin bencillik olduğunu, alçakgönüllü olmamız, yoldan sapanları yola getirmemiz, itaatkar olmamız gerektiğini bildiren Hıristiyanlık ülkülerine derinlemesine gönül veririz. Bu çelişki için, normallik sınırları içinde ancak iki çözüm vardır: bu arayışlardan birini ciddiye almak ve ötekini gözardı etmek; ya da her ikisini de ciddiye almak, bu durumda sonuç bireyin her iki doğrultuda da ağır bir şekilde ketlenmesi olacaktır.

İkinci çelişki, ihtiyaçlarımızın kamçılanışıyla bunları doyurma konusundaki güncel engellenmelerimiz arasındadır. Kültürümüzde, ekonomik nedenlerden ötürü ihtiyaçlarımız, reklam, "gösteriş tüketimi", "Jone'lardan geri kalmama" ideali gibi amaçlarla sürekli olarak kamçılanmaktadır. Ne var ki toplumumuzun büyük çoğunluğu için bu ihtiyaçların gerçek doyumu büyük ölçüde kısıtlıdır. Bunun birey için taşıdığı ruhsal sonuç, beslediği isteklerle bunların doyumu arasındaki değişmez bir tutarsızlıktır.

Bir başka çelişki, bireyin varsayılan özgürlüğüyle gerçek sınırlarının tamamı arasında varolan çelişkidir. Toplum bireye özgür, bağımsız olduğunu, yaşamı için kendi özgür iradesine göre karar verebileceğini; "yaşamın büyük kumarının" ona açık olduğunu ve becerikli ve enerjik olduğu takdirde istediği her şeyi elde edebileceğini söyler. Gerçek yaşamda ise bütün bu olasılıklar, insanların çoğunluğu için kısıtlıdır. Kişinin kendi anne-babasını seçmesinin olanaksızlığı konusunda espriyle söylenen şeyler, pekala genelde yaşam için de söylenebilir: bir iş seçme ve bunda başarılı olma, yeniden üretim yollarını seçme, bir eş seçimi. Bunun birey için taşıdığı sonuç, kendi kaderini belir-

leme konusundaki sınırsız bir güç duygusuyla bir hepten çaresizlik duygusu arasında mekik dokumasıdır.

Kültürümüzde yastıklanın bu çelişkiler, kesin anlamı içinde, nevrotik bireyin uzlaştırmaya çalıştığı çatışkılardır: saldırganlığa yönelik eğilimleriyle boyun eğmeye yönelik eğilimleri; aşırı istekleri ve hiçbir zaman hiçbir şey elde edememe korkusu; kendini büyütmeye yönelik arayışı ve kişisel çaresizlik duygusu. Bunun normalle olan farklılığı sadece niceldir. Normal insanın kişiliğine bir zarar vermeksizin zorluklarla başa çıkabilmesine karşın, nevrotikte çatışkıların tamamı doyurucu bir çözümü olanaksız kılacak ölçüde yoğunlaşır.

Nevrotik olmaya yatkın olan insanı, kültürel olarak belirlenen güçlükleri, çoğunlukla çocukluk deneyimleri yoluyla ağır bir biçimde yaşayan ve sonuçta bunları çözme yetisinden yoksun olan ya da ancak kişiliğine pahalıya mal olan bir yoldan çözen bir insan olarak görmek olası. Nevrotik bireyi, kültürümüzün üvey evladı olarak adlandırabilirdik.

Nevrotikle normal insan arasında net bir ayrım yapmanın olanaksız olduğunu söylemek tartışmasız bir görüş, ama bunu bir kez daha tekrarlamak yararlı olabilir.

Kendi deneyimleri için tanıdıkları çatışmalarla ve tutumlarla karşı karşıya olan birçok okur, kendi kendine şunu sorabilir; Ben nevrotik miyim, değil miyim? En geçerli ölçüt, bireyin kendi çatışmalarının tuzağına düştüğünü hissedip hissetmediği, bunlarla yüzleşip yüzleşemeyeceği ve dolaysız bir biçimde bunlarla savaşıp savaşamayacağıdır.

ISBN 975 - 7782 - 50 -