NEVILLE SYMINGTON

NARSİSİZM



"Sizi bakması en zor aynanın derinliklerine çağıran, anlaşılır ve dönüştürücü bir rehber."

—Cem Mumcu

okuyanus

Psikoloji/Psikiyatri - 136

Narsisizm
Neville Symington

ISBN: 978-625-7344-89-0
Yayıncı Sertifika No. 49055

1. Baskı: İstanbul, Mart 2023

Genel Yayın Yönetmeni: Cem Mumcu
Yayın Yönetmeni: Meltem Türkeri
İngilizceden Çeviren: Elif Kayurtar
Editör: Kardelen Uysal

Kapak Tasarımı: Deniz Dalkıran

Baskı ve Cilt: Optimum Basım, Tevfikbey Mah. Dr. Ali Demir Cad. NO:51/1, 34295 Küçükçekmece/İstanbul, T: +90 212 463 71 25
Sertifika no: 41707

Orijinal Adı: *Narcissism A New Theory*
Copyright © 1993 by Neville Symington

©Okuyan Us Yayınevi Ticaret ve Sanayi A.Ş.

Kurucu: Cem Mumcu

Özgür ve Ebru, hep bizimlesiniz...

Adres: Gürsel Mah. İcabet Sokak, No:3 Daire:6
Kağıthane, İstanbul Tel.: (0212) 272 20 85 - 86

okuyanus@okuyanus.com.tr
www.okuyanus.com.tr

NEVILLE SYMINGTON

NARSİSİZM

"Sizi bakması en zor aynanın derinliklerine çağıran, anlaşılır ve dönüştürücü bir rehber."

—Cem Mumcu

İngilizceden çeviren:
Elif Kayurtar

Yazar Hakkında

Neville Symington, 1937-2019 yılları arasında yaşamış bir psikanalisttir. İngiliz Psikanaliz Derneği (BPAS) üyesiydi. Psikanaliz Enstitüsü'nde (IoPA) eğitim aldı ve 1977 yılından 1985 yılına kadar Tavistock Kliniği'nin Yetişkin Bölümü'nde çalıştı. 1999 ve 2002 yılları arasında Avustralya Psikanaliz Derneği'nin başkanlığını yaptı ve 2007 yılında Psikotik Hastalarla Psikoterapi (PPP) adlı bir klinik organizasyon kurdu. On iki kitap ve birçok klinik makale yazdı ve 2013 yılında psikanaliz alanını ileriye taşıyanlara verilen Sigourney Ödülü'ne layık görüldü. Klinik çalışmalarının yanı sıra uzun yıllar boyunca ABD, Danimarka, İsrail, Hindistan ve Polonya gibi dünyanın farklı yerlerinde eğitimler vermiştir.

Andrew'a

İçindekiler

Sunuş / James S. Grotstein 11

Önsöz 19

Teşekkür 21

Giriş 23

Birinci Bölüm - Sahneyi Kurmak 27

İkinci Bölüm - Bileşik Benlik 39

Üçüncü Bölüm - Narsist Seçenek 51

Dördüncü Bölüm - Benliğin Kasıtlılığı 61

Beşinci Bölüm - Benliğin Erotikleştirilmesi 73

Altıncı Bölüm - Narsisizm Fenomenolojisi 83

Yedinci Bölüm - Travma ve Narsist Seçenek Arasındaki İlişki 95

Sekizinci Bölüm - Narsisizmin Tersine Çevrilmesi 103

Dokuzuncu Bölüm - Bu Kuramın Diğer Psikanalitik Kuramlarla İlişkisi 119

Onuncu Bölüm - Narsisizmin Karakter Üzerindeki Etkileri 137

Kaynakça 149

Sunuş

James S. Grotstein

Neville Symington, çokça bilinen narsisizm konusuna yaklaşıyor ve bu rahatsızlıktan mustarip hastalarla olan uzun klinik deneyimlerinden bize yeni bilgiler sunuyor. Kullandığı bakış açısı hem sıradışı hem de aydınlatıcı. Narsist özneyi, sadece iyi bilinen Kleinci içgüdüsel büyüklük/manik savunma bakış açısından veya Fairbairn, Winnicott, Balint ve Kohut'un travma- eksiklik kavramlarından değil aynı zamanda derin ontolojik güvensizliğin benzersiz perspektifinden de anlamaya başlamıştır. Kıdemli üyesi olduğu İngiliz Bağımsız Okulu'nda eğitim almış olmasına rağmen, bakış açısında ekümeniktir; bu bozukluğa bugün varoluşsal bir hareket noktası olarak adlandırılabilecek noktadan bakar. Bebek/çocuk, bilinçsiz bir seçim yaparak narsisistik olarak düzensiz hale gelir: Ya can vereni (gerçekliği ya da kendiliğindenliği) seçer ya da ruhsal gerçeklikten ve dış gerçeklikten kaçınmak için onu reddetmeyi ve taklit etmeyi.

Bu can vereni, benliğin ve dış yaşamı destekleyen nesnenin yönlerinden oluşan içsel, hayali, geçiş benzeri bir nesne olarak anlıyorum. Eigen'e göre, Bion, Lacan ve Winnicott'un tanımladığı 'inanç eylemini' kişileştiren bir nesnedir. Can vereni kısmen terk ettikten sonra, bahtsız narsisistik özne, birbiriyle çatışan ayrık benliklere veya alter egolara bölünür, entegrasyona meydan okur ve kendiliğinden bir inisiyatif aracı olma duygusunu kaybeder.

Bu, yazarın temasının ana hatlarıyla bir özetidir. İlk olarak, Symington'ın kayda değer katkısının önemini belirlemeye yardımcı olmak için narsisizm kavramının tarihindeki bazı önemli noktaları özetlemek istiyorum. Devam eden tarihsel psikanalitik dönüşümler akışında, bunun bir dizi diyalektik içinde akma eğilimi gözlemlenebilir. Önce bir kavrayışa, sonra diğerine önem verilir, ardından kısa bir uzlaştırıcı sentez olur ve takiben yeniden gelen bir diyalektik dizisi bunu takip eder. Her dizi, bir ikili karşıtlıklar yapısı oluşturur. Göstermeyi umduğum gibi, narsisizm kavramının gelişim tarihi, bu diyalektik seyirden büyük ölçüde etkilenmiştir. Psikanaliz, bilinçdışı travmatik hafızaya karşı bilinç (burada bilinçdışılık sansür tarafından yaratılır) diyalektiğiyle başlamıştı. Bu, kısa süre sonra Sistem Ucs ile Sistem C'ler arasında bir çatışma haline geldi. Bu ikinci kategori içinde libido ile bastırma arasındaki ve daha sonra libidinal içgüdüler ile ego içgüdüleri arasındaki diyalektik ortaya çıktı.

Narsisizm üzerine bulguları, Freud'un (1914) bu diyalektiği terk etmesine neden oldu. Aynı zamanda dikkatini, kendi metapsikolojik çalışmalarına kaydırdı. Ancak bu çalışmada narsisizm kavramını bize (1) otoerotizmden sonra ama anaklitik nesne seçiminden önce gerçekleşen bir aşama; (2) nesne dışı bir ilişki durumu olan birincil bir narsisizm; (3) birincil narsisizmi eski haline getirmek amacıyla egonun nesne ilişkisinden geri dönüşünü öngören ikincil bir narsisizm olarak sundu. Freud'a göre, bu ikincil narsisizm durumu, narsisistik tipte nesne ilişkileri oluşturuyordu. "Nesnenin gölgesi egonun üzerine düştüğünden" bu gölgenin (özdeşleşmelerin) gölgesi bir kez daha dış dünyadaki nesnelerin üzerine düşecektir. Yani dış nesneler benliğin yönleriymiş gibi muamele görecektir.

Narsisizm kavramının gelişimindeki bir sonraki adım, onun melankolinin iç dünyasında bir parça olarak görülmesiydi. "Yas ve Melankoli" (1917e [1915]), Freud'un nesne ilişkileri kuramına en derin katkısı ve Melanie Klein ile W. R. D. Fairbairn'in sonraki katkılarının şablonu ve kaynağı olacaktı. Ayrıca, "Narsisizm Üzerine"de, nesne ilişkileri ve narsisizm

arasında bir diyalektik öne sürerek yanıtsız bırakılan bazı temaları sürdürdü.

"Yas ve Melankoli"de Freud, bireyin bir nesnenin (bu aslında bir parça-nesne olarak işlev görmektedir) kaybına tahammül edemediğinde kayıp nesneyi içselleştirerek bilinçdışı düşlemde bu kaybı yadsıyabildiğini keşfetmiştir. Buna ek olarak, nesne iki farklı parça-nesneye bölünür, biri "egoda bir gradyan olarak" ego idealiyle özdeşleştirici bir ilişkiye atanır ve diğeri, egonun kendisiyle özdeşleşir. Freud daha sonra, ilk yapının ikincisine karşı azami sadizm kullandığını ve onunla mazoşist bir ilişki sürdürdüğünü söyleyerek devam eder. Bununla birlikte kayıp, içsel bir melankoli (zulüm) pahasına kısmen başarılı bir şekilde reddedilir. Bu şekilde, dört varlığın (iki parça-nesne ve iki parça-ego) etkileşimi, ikincil narsisizm durumu ve bunların karşılıklı ilişkileri, içselleştirilmiş bir narsisistik nesne ilişkisi oluşturur.

Egoların ve nesnelerin bölünmesi ve ardından dağıtılması, melankolinin psikodinamiğinin, aynı zamanda nesne ilişkileri ve narsisizmin diyalektiğini oluşturan iki (aslında dört) içsel yapı arasındaki sadomazoşist bir ilişki tarafından oluşturulduğu şeklinde anlaşılmasına yol açar. Klein (1940), paranoid-şizoid konumun ("pre-melankoli") zulmedilme kaygısı ve depresif konumun depresif kaygısı kuramını bu içselleştirilmiş dinamik yapıdan üretecektir, Fairbairn (1940) ise Freud'un narsisistik-melankolik paradigmasını; "Endopsişik yapının" altı bileşeni olarak detaylandırdığı şizoid duruma bir destek olarak görecektir. Başka bir deyişle Freud, narsisizm ve nesne ilişkileri kavramlarını anlamamıza büyük bir oranda öncülük etmiştir ancak bir nesne ilişkisi ve nesnesi olmayan bir ilişki (birincil narsisizm) şeklindeki narsisizm arasındaki ayrımı hiçbir zaman tam olarak netleştirmemiştir. Hatırladığımız şekliyle onun psikoz kavramı, nesnenin duygu yatırımının (kateksisinin) kendi üzerine geri çekildiği ve bu nedenle artık bir nesne ilişkisinin olmadığı narsisistik nevrozlardan biriydi. Bu nedenle, psikonevrozların aksine narsisistik nevrozların analiz edilemez olduğunu öne sürmüştü. Bu ele alış, psikanalizi rahatsız etti ve kısmen İngiliz Nesne İlişkileri Okulları (be-

beğin başından beri nesne arayışında olduğuna inanan okul) ve Ortodoks/klasik okul (bebeğin otistik -narsisistik zar- halindeyken nesnel olmadığına ve "yumurtadan çıkana" kadar nesneleri arayamaz olduğuna inanan okul) arasındaki büyük tartışmalardan sorumluydu. Yine tüm tartışmalar nesnelerin önemine karşı dürtülerin önemi ekseninde gerçekleşti. Narsisizm, kendi başına, özellikle Fairbairn ve Winnicott tarafından türev biçimlerde ele alınsa da gölgede kaldı.

Arka planda, daha sonra çok daha belirgin hale gelecek olan bir başka diyalektik vardı: Ego kusuru ile psişik çatışma arasındaki diyalektik. Bunları daha sonra Fairbairn, Winnicott, Balint, Bowlby, Sullivan ve Kohut'un kusur öncelikli teorileri izledi; diğer yandan Klein, ego psikolojisi ile tuhaf bir ittifak içinde, çatışma öncelikli teorisini korudu.

İngiliz Nesne İlişkileri hareketinin başlarında, psikanaliz için geniş sonuçları olan bir diyalektiği gözlemlemek mümkündü. Bir yanda Klein, diğer yanda Fairbairn ve Winnicott, "nesne ilişkileri" ile ilgilenirken, bu nihayetinde mevcut narsisizm teorisinin temelini oluşturdu. İlk olarak Freud tarafından geliştirilen teori daha açık bir şekilde ortaya çıkacaktı. Klein'a göre narsisizm (o, bu terimi nadiren kullanmış ve bu kavramı resmi olarak ele almamıştır), bebeğin içe yansıtma şeklinde özdeşleştiği nesnelerin kalıcı içselleştirilmiş düşlemleri olarak düşünülebilir ve bunlar, bebeğin nesneleri algısını şizoid ve manik savunmalar yoluyla nasıl dönüştürdüğünü ortaya çıkarır.

Başka bir deyişle, Klein'a göre bebek, nesnelerine yaptığına inandığı ve bu farkındalığa karşı kendini savunduğu (manik savunmalar) şeydir ve buna dönüşür. Bu varsayım, varsayılan niyetlilik veya iradenin öznel yazarı (yansıtmalı özdeşleşme) kavramına dayanmaktadır. Bu noktayı, Symington tarafından vurgulandığı için (ve ben de tam olarak böyle olduğuna inanıyorum) söylüyorum. Diğer teoriler (Fairbairn'in ve Winnicott'un ve hatta Kohut'unkiler) bilinçdışı niyetlilik konusuna yanaşmazlar ve çaresiz bebek ile nesnelerin elverişsiz ortamı arasındaki diyalektik olmayan ilişkiyi öncelikli olarak bir travma-eksikliği teorisi olarak ele alırlar. Bu şekilde, Klein dış

nesnenin (esas olarak meme) ombudsmanı gibi göründü ve onun bebek tarafından varsayılan olarak kötüye kullanılması konusuna odaklandı. Ancak başka bir düzeyde, Freud'un (ve Abraham'ın) narsisistik nesne ilişkileri hakkındaki sezgilerini, varsayılan yönelimsellik ile psişik düşlem (esas olarak yansıtmalı özdeşleşim) arasındaki bağlantıyı ortaya koyarak doğruladı. Onun ellerinde, Freud'un ve Abraham'ın narsistin iç dünyasına ilişkin portrelerinin (yas tutamayan ama yalnızca nesneyle kendini yitiren ya da kaybı tamamen reddeden) görece statik varlıkları dinamik olarak canlandı.

Fairbairn ve Winnicott (ayrıca Balint, Bowlby Sullivan, Kohut ve diğerleri) ise bebeğin ombudsmanı oldular. Ama nihayetinde bu bebek ombudsmanlığını, "benliğin bağımsız gelişimsel çizgisi" (nesne ilişkilerinden bağımsız, yani ödipal evre ve kompleks) olarak belirten Kohut (1971) olmuştur. Kohut'un büyük ölçüde Fairbairn ve Winnicott'un katkılarına dayanan yenilikçi bildirisi, Amerika Birleşik Devletleri'nde gerçek bir manifesto haline geldi. Kadın kurtuluş hareketinin kadın bilinci çağını başlatması gibi, Kohut da bebek gelişimi ve çocuk istismarı araştırmalarının da yardımıyla bebek ve çocuğa, insanlık tarihinde eşi görülmemiş bir şekilde özgürlük verdi. "Normal narsisizm" ve normal narsisistik yetki çağı gelmişti. Basitleştirmek gerekirse, anne babalar bebek/çocuğun kendi kendine uyum duygusu geliştirmesi için gerekli olan asgari "kendilik nesnesi"ni, yatıştırıcılığı, aynalamayı, izlemeyi, uyum sağlamayı ve idealize edilebilir arkadaşlığı ("ikizlik") sunmakla yükümlülerdi. Bu bebeğin ve çocuğun hakkı ve yetkisiydi.

Daha yakın zamanlarda narsisizm kavramı, daha yaygın ilkel ruhsal bozuklukların bazılarını oluşturan sınırdaki kişilik bozukluğuyla karşılaştırılması nedeniyle yeniden canlanmıştır.

Rosenfeld (1987), (Freud'un hem ima ettiği hem de paradoksal olarak çürüttüğü) nesne ilişkileri kavramının önemini yeniden ele aldı, Freud'un narsisizmde ego idealinin önemine yaptığı daha önceki vurguyu yeniden gündeme getirdi ve ego, ego ideali ve "çılgın, her şeye gücü yeten benlik"ten inşa

edilmiş olan karakteristik içsel nesneyi inşa etti. Klinik olarak kullanımında, Rosenfeld bunu "narsisistik her şeye kadir nesne ilişkileri" olarak adlandırdı. Kernberg (1984) daha sonra Rosenfeld'in bu imgesini ödünç aldı ve kendi "canavarını" tasarladı, bir "patolojik büyüklenmeci benliği" karakterize eden ve (1) gerçek benlik; (2) ideal benlik ve (3) ideal nesnenin temsilinden oluşan bir canavar.

Narsisizm tarihinin tartışılması gereken bir başka yönü daha vardır: Histeri ile gizemli ilişkisi, on dokuzuncu yüzyıl psikiyatrisine egemen olan ve psikanalizin asıl kaynağı haline gelen ancak bu yüzyılın ikinci yarısında gölgede bırakılan nevroz, tüm nevrozların yolunu izleyerek, kişilik bozukluklarının popülaritesindeki mevcut artışa yol açtı. Mülayim bir kayıtsızlık, metaforik bir "sınırlı bakış açısı", duygulanımlarının yüzeysel doğası ve nesne ilişkilerinin sığ ve manipülatif doğası, Symington'ın aklındaki kişilikleri, özellikle Tolstoy'un romanının trajik antikahramanı Anna Karenina'yı karakterize ediyor gibi görünüyor.

Symington şimdi başka bir diyalektik sunuyor: Can vereni seçmek ya da ondan vazgeçmek arasındaki diyalektik. İlk durumda kişi sağlıklı bir zihinsel temele ulaşır, ikinci durumda patolojik bir narsisizme.

Yazarın temel iddiası, sağlıklı bir zihin durumu ile patolojik narsisizm arasındaki dengenin, bebeklik döneminde narsisistik yaralanma travmalarının üstesinden gelinme biçimine bağlı olduğudur. Burada birçok yazar hatırlatılıyor. Sadece ayrılma ve boşluğun yanlış kullanımlarına titizlikle odaklanan Klein ve takipçileri değil, aynı zamanda daha önce bahsedildiği gibi "Winnicott, Lacan ve Bion'da İnancın Alanı"na katkılarıyla Eigen.

Ben kendim, bebek gelişimi ve psikanalitik teknik için çok merkezi olan bu temaya, masumiyet psikolojisi ve masumiyetin kaybı kavramlarına başvurarak bağımsız olarak yaklaştım. Klein, Fairbairn ve Winnicott, bebeğin zulüm (Klein) ve/veya travma (Fairbairn ve Winnicott) karşısında nesnelerini ve egosunu böldüğü konusunda hemfikirdir. Klein depresif

ve pre-depresif (zulüm) yönleri, Fairbairn bu bölünmenin şizoid niteliğini ve Winnicott "doğru ve sahte benliklerin" oluşumunu vurgular. Başka bir deyişle, masumiyet perspektifinden, Freud ve Klein'ın içgüdüsel olarak yönlendirilen bebeği potansiyel olarak ikiyüzlü ve bu nedenle masum olmayan ancak Oedipus kompleksinin (Freud) başarılı bir sonucu ve/veya depresif konumun aşılması sonucu olarak masumiyeti tesis edebilen olarak gördüklerini söyleyebiliriz. Fairbairn, Winnicott ve Kohut'un kritik travma ve yoksunluğun, başlangıçta masum olan bir çocuğun masumiyetini kaybetmesine ve ikincil olarak samimiyetsizleşmesine neden olabileceğini düşündükleri söylenebilir. Winnicott (1956), "Antisocial Tendency" (Antisosyal Eğilim)'de bu masumiyet kaybını vurgular.

İlkel masumiyet kavramı ve kaderi, ilk olarak William Blake'in (1789-1794) *Masumiyet ve Tecrübe Şarkıları*'nda dikkatimizi çekti. Orada, bebeğin "deneyim ormanında" (yaşamda) test edilen ilkel bir masumiyete sahip olduğunu, başarılı olursa ve tavizsiz kalırsa, daha yüksek bir masumiyete geçtiğini öne sürdü. Masumiyetle ilişkilendirilen, bir nesneyle, yapısı bir sözleşmeye varan bağdır. Kişinin masumiyetini kaybetmesinin sonucu ise bireyin Faustçu bir pazarlıkla (Blomfield, 1985) şeytani bir içsel anlaşmaya bağlı hissettiği durumdur. Tausk'un "etkileme makinesinin" ilk aşamalarında olduğu gibi, kişi her zaman o nesnenin niyetinden veya iradesinden etkilenmeyi ve manipüle edilmeyi deneyimler. Kişi kendiliğindenliğini yitirir; bu, Symington'ın dikkate değer ve yenilikçi katkısında kendini belli eden noktadır.

Symington'ın can verenin kabulü veya reddi kavramı, narsistin travmaya verdiği tepki nedeniyle bir seçim yapmış olduğunu öne sürerek çatışma/eksiklik tartışmasını kapsıyor ve bütünleştiriyor. Yazar, bunu bu şekilde ifade ederek narsisistik bozuklukların her zaman travmatik bir kökenden geldiğine ama narsisistik durumun veya masumiyetin ve gerçek benliğin kaybedilmesinin gerçekleşip gerçekleşmeyeceğini belirleyen öznenin buna verdiği bireysel tepki olduğuna dair kendi inancına ve travma-yetersizlik ekolünün yaklaşımına dikkat çeker.

Yazar Frances Tustin'in eserine atıfta bulunarak, otizm ve narsisizm arasında bir başka kavramsal köprü daha kurar. Klein'ın narsisizmi özünde manik olarak kavradığını, Fairbairn'in ise onu şizoid olarak değerlendirdiğini gördük. Tustin'in otistik bozukluklarla ilgili kayda değer araştırmaları, onun bazı fikirlerini narsiste uygulamamıza yardımcı oldu. Böylece otistik çocuk gibi narsistin de nesneyi normal bir paylaşım ilişkisi içinde normal bağımlılık ve karşılıklı bağımlılık içerisinde değil, nesnenin baştan çıkarılacağı ve kontrol edileceği manipülatif, asalak bir ilişki içinde otistik/narsisistik öznenin her şeye gücü yeten ve koruyucu bir şekilde kapsüllenmiş halde kalmasına izin verecek şekilde kullandığını görebiliriz. Otistik çocuk gibi, narsist de nesne ilişkilerinden nefret eder ama onlara takılıp kalır ve bu nedenle onları patolojik ihtiyaçlarına göre yönlendirmek ve sonrasında bu eyleminin sonuçlarına katlanmak zorundadır. Yalnız olmaktan nefret ederler. Nesnelerine ihtiyaç duymaktan nefret ederler fakat kıskançlık ve minnettarlığı atlatmak için nesnenin ihtiyaç duydukları bu yönlerini, düşlemde çalarak kıskançlık duygularını inkar ederler. Kendi içlerinde ne kadar bütünleşmediklerini anladıklarında ortaya çıkan derin utanç duygularından asla kaçamazlar.

Symington'ın normal ve anormal narsisizmdeki rolüyle can veren kavramı, bu varlık hakkında benzersiz ve bütünleştirici bir bakış açısı oluşturuyor ve ciddi bir değerlendirmeyi hak ediyor.

Önsöz

Bu kısa kitap şimdi anlatacağım şekilde ortaya çıktı. Bundan yaklaşık üç buçuk yıl önce psikanaliz ve din konusunda çalışmaya başladım. Araştırmalarımın erken bir aşamasında, bu iki disiplini birbirine bağlayan faktörün narsisizm olduğunu fark ettim. Ardından da narsistle narsisizmin tanımını bilmediğimi anlayınca her gün yirmi dakika bu konu üzerine düşünmeyi kendime görev edindim. Bunu önüme bir daktilo alarak yapıyordum, yani düşündüğüm şekliyle bir şeyler yazıyordum. Düşünüp yazarken, aklımda garip bir yaratık gelişmeye başladı. Bir yılın sonunda bu çaba, benim psikanaliz anlayışımı kökten değiştirmişti. Böylece proje amacına ulaşmış oldu. Bu zihinsel yeniden yapılanmadan yararlanacak kişinin benden başka biri olabileceğini hiç düşünmemiştim.

Daha sonra, önümüzdeki yıl hangi dersleri ve atölyeleri verebileceğimize karar vermeye çalıştığımız Sydney Psikanaliz Enstitüsü'nün bir komite toplantısı esnasında, narsisizm üzerine bu yarım kalmış düşünceyi belki bir dizi ders olarak sunabileceğime dair bir düşünce gelişmeye başladı. Eve gittim, notlarımı açtım ve on ders için yeterli materyale sahip olduğumu gördüm. Tesadüfen düşüncelerimi başlıklar altında toplamıştım ve bu konu bölümlerinin her biri, bir dersin özü haline geldi. Bir sonraki komite toplantısında bunu bir öneri olarak dile getirdim. Meslektaşlarımın yürekten desteğini aldım.

Bu derslerin bir başarı olduğunu düşünüyorum. Dersler, Sydney Psikanaliz Enstitüsü'nün tesislerinde orta büyüklükte bir seminer odasında verildi. Yirmi dört kişinin katılımı ile seminer en yüksek kapasitesine ulaştı. Bir sonraki dönem se-

riyi tekrarladık ve yine aynı sayıda katılımcımız oldu. Dersleri ikinci kez vermek, bazı kavramları daha da netleştirmemi sağladı. Yazılarımın çoğu konuşma ağzında yazılmıştı ve aldığım geribildirim, insanlara hitap eden şeyin ifadenin sadeliği olduğu yönündeydi. Bu sayede ikinci ders serisini verirken seride konuşulanları sayfaya aktarma fikri aklıma gelmişti. Bunu göz önünde bulundurarak, derslerin ses kaydını aldım. Başka bir kitap üzerinde çalıştığımdan bu materyali düzenlemek için zamanım olmadı ancak anlattıklarımı, anlatıcının üslubuna zarar vermeyecek şekilde yazılı hale getirmek adına çok çalışan bir editörün hizmetlerinden yararlanacak kadar şanslıydım.

Derslere katılanların çoğu psikoterapist olsa da hepsi değildi. Narsisizm üzerine psikanalitik literatür hakkında önceden bilgi sahibi olmalarını istemedim. Onlardan okumalarını istediğim tek kitap Tolstoy'un Anna Karenina'sıydı ve hemen hemen hepsi bunu dersler başlamadan önce okumuştu. Bir nokta dışında tartışılan teorinin etkili terapötik yoruma nasıl dönüştürüleceğine dair doğrudan tartışmadan kaçındım çünkü bir psikoterapiste ne söyleyeceğini söyleyemezsin. Bunun yerine, bazı şeylerin kademeli olarak ilerleyeceğini ve zamanla yeni yorumlar doğuracağını umdum.

Teşekkür

Sydney Psikanaliz Enstitüsü'ne, bu derslere ve onlara katılan ruh sağlığı uzmanlarına cömertçe sponsor oldukları için teşekkür etmeliyim. Kitabın metnine dahil edilen bazı çok değerli önerilerde bulunuldu. Her dersten sonra tartışma için biraz zaman ayırdım; gündeme getirilen bazı noktalar artık metnin bir parçası. Gillian Hewitt'e teşekkür etmeliyim. Tüm taslağı düzenledi ve onun yardımı olmadan bu kitap olamazdı. Dersleri teybe aktardığı için Elaine Menzies'e de teşekkür etmeliyim. Sekreterim Roslyn Pullen ile eşinin sadık çalışması ve özverisi olmasaydı, bu çalışmaya girişilemezdi bile. Neil, zihnim ve zamanım bu kitabı hazırlama işi için serbest kalabilsin diye omuzlarımdan en külfetli işleri kaldırdı. Ayrıca Karnac Books'tan Bay Cesare Sacerdoti'ye projeye duyduğu coşku ve beni bu konuda cesaretlendirdiği için teşekkür etmeliyim. Sonuncusu ama bir o kadar önemlisi... Narsisizm hakkındaki yarım kalmış düşüncelerimi bir ders dizisine dönüştürmeyi önerdiğimde coşkuyla yanıt veren eşim Joan'a teşekkür etmeliyim. Her zaman en iyi eleştirmenim oldu ve bu vesileyle beni hayal kırıklığına uğratmadı. Kitap başarılıysa, büyük ölçüde onun sayesindedir. Onunla olan ilişkim olmasaydı, fikirleri asla formüle edemezdim, bu nedenle ona en içten teşekkürlerimi sunuyorum.

Giriş

"Narsisizm" kelimesi, Tolstoy Anna Karenina'yı yazarken henüz ortada yoktu ama temsil ettiği fenomen çok iyi biliniyordu. Açıkçası özellikle Tolstoy'un bu fenomeni gayet iyi anladığını düşünüyorum. Bu kitabın birkaç bölümünde kitaptan alıntılar yapacağım için, kitaptaki olay örgüsünün kısa bir özetini vermek istiyorum. Bu özetin kısmi olduğu ve bir edebiyat eleştirmeninin onaylayacağı türden bir özet olmadığı anlaşılmalıdır. Bu özette, kitabın özellikle ele aldığım temayı en iyi şekilde yansıtan ve alıntılarımı anlaşılır kılacağını umduğum öğelerine yer veriyorum.

Roman üç çift üzerine kurulu: Anna ve kocası Karenin; Oblonsky (bazen Stiva olarak da geçer) ve eşi Dolly; Kitty ve Levin. Bu üç çifte ayrıca, Anna'yla kaçan ve kitabın başlarında Kitty'ye kur yapmış olan Vronsky de eklenmelidir. Anna ve Oblonsky ağabey ve kardeş; Kitty ve Dolly de iki kız kardeştir. Tüm bu çiftler de bu şekilde birbiriyle ilişkilendirilmiştir. Romanın başlangıcında, Dolly kocası Oblonsky'nin, Fransız mürebbiyeleriyle cinsel bir ilişki içerisinde olduğuna dair kanıt bulduğu için duygusal olarak darmadağın haldedir. Oblonsky, kendisi ve Dolly arasında bir uzlaşma sağlaması için kız kardeşi Anna'dan St. Petersburg'dan Moskova'ya gelip onlarla kalmasını rica eder. Anna istenen uzlaşmayı sağlar. Orada kaldığı süre boyunca da büyük bir balo gerçekleşir. Kitty, kendisine kur yapmakta olan ordu subayı Vronsky'ye aşıktır. Hatta bu nedenle Levin'in evlilik teklifini geri çevirmiştir. Tolstoy, açık bir şekilde okuyucuya Levin'in değerli bir adam, Vronsky'nin ise aşağılık bir insan olduğunu aktarır.

Balo esnasında herkes, Vronsky'nin Kitty'ye olan ilgisinin nihai sonucu için hazırdır. Kitty'nin ebeveyni ve tüm ailesi, Vronsky'nin ona evlilik teklif etmesini beklemektedir. Ancak Vronsky, baloda Kitty'yi görmezden gelir, onu küçük düşürür ve her şeyi göze almış bir tutkuyla Anna'ya olan ilgisini belli eder. Anna da bu tutkuya istekli bir şekilde karşılık verir.

Petersburg'a döndüğünde Anna, Vronsky ile bir ilişkiye başlar. Soğukkanlı ve sakin kocası Karenin, Anna'nın yaşadığı ilişkisinin kanıtlarına gözlerini kaparken, onu başkalarının yanındaki tavırlarından dolayı kınar. Sonunda Anna, Vronsky ile sevgili olduğunu ona açıkça söyler. Bunun üzerine Karenin, onu hizmetkarların herhangi bir şeyden şüphelenmesine izin vermemesi için tüm görgü kurallarına uyması konusunda onu uyarır. (Bu, Karenin'in ısrarcı körlüğünün kanıtıdır. Hizmetçilerin, bu tip şeylerden efendilerinden çok daha önce haberleri olur.) Anna daha sonra ağır şekilde hastalanır ve neredeyse ölür. Ölüm tehlikesi içerisindeyken Karenin'i çağırır. Onunla neredeyse barışarak kendi içinde onu korkutan bir kadının var olduğunu ve Vronsky'ye aşık olanın içindeki bu kadın olduğunu söyler. Tüm bunlar olurken Vronsky kendini vurur. Ağır bir şekilde yaralanır ancak ölmez. Anna iyileşir ve iyileşme sürecinde, Karenin'e olan eski nefreti geri döner. Adeta bir dürtüyle Vronsky ile kaçar. Onunla İtalya'yı ve diğer yerleri uzun bir süre gezdikten sonra Rusya'ya dönüp onunla yaşamaya başlar.

Levin hâlâ Kitty'nin özlemini çekmektedir. En sonunda Oblonsky'nin iyi niyeti sayesinde aralarında yeniden bir yakınlaşma olur ve bu ikili nişanlanır. Bu çekingen ama cesur ikilinin duraksamalı bir şekilde bir araya gelmesi, kitaptaki en dokunaklı anlatıdır. Evlendikten kısa bir süre sonra Levin, kardeşi Nikolai'nin ölmekte olduğu haberini alır ve hemen onun yanına gitmesi gerektiğini haber verir. Kitty onunla geleceğini söyler. İlk başta Levin bunu reddeder ama Kitty ısrarcı olur ve birlikte uzak bir taşra kasabasında kalitesiz bir hana giderler. Burada Kitty, Nikolai'ye sağlam hemşirelik yeteneğinin el verdiği en iyi şekilde bakar. Bu sayede Levin'in saygısını kazanır. Okuyucu burada Kitty'nin kararlılığının duygusal

olarak faydalı sonuçlarını gözlemler. Okur, bu evlilikte ortaya çıktığı şekliyle insan yaşamının dramına ortak olur: Reddedilmeyi takip eden ilk hayal kırıklığı, çekingen flört, nişan anı duyulan kaygı, Levin'in erkek kardeşinin ölümü ve çiftin çocuklarının dünyaya gelişi. Levin hayatın anlamını kavramak için mücadele eder, intihar düşünceleriyle boğuşur ancak Tolstoy'un bize anlattığı şekliyle "yaşamaya devam eder." Kitabın sonunda Levin anlam bulur: Anlamsızlıktan anlama geçişi yapar.

Anna ise Vronsky'nin onu sevip sevmediği konusunu saplantı haline getirir. Vronsky'nin ona olan ilgisinin kaydığına dair en ufak bir işaret, Anna tarafından en kötü şekilde yorumlanır. Bu şekilde gittikçe daha fazla acı çekmeye başlar. Bu acılarını kendini öldürerek, kendini bir trenin altına atarak sonlandırır, "ışık titredi, karardı ve sonsuza dek söndü."

(Bu kitapta her iki çiftte de var olan ancak Anna ve Karenin'de çok daha şiddetli ve yerleşik olan narsist eğilimleri aydınlatmak için Kitty ve Levin'in zihinsel tutumlarını, Anna ve Karenin'inkilerle karşılaştıracağım. Vronsky'yi her iki çiftin de zihinsel süreçlerine saldıran içsel tacizci olarak görüyorum. Bu saldırılar, Anna ve Karenin çiftinde başarıya ulaşsa da Kitty ve Levin çiftinde başarısız olur. Dolly ve Oblonsky'yi de bu iki çiftin tam ortasındaki bir konum olarak yorumluyorum.)

Kitaptaki olay örgüsünün bu özeti, Anna Karenina'yı okumaya eşdeğer bir alternatif oluşturamaz. Zamanları varsa okuyucuyu bunu yapmaya teşvik ediyorum ancak bu özet, kitaba olan göndermelere ve kitaptan alıntılara bir bağlam sağlamak açısından yeterli olacaktır.

Narsisizmi açıklamak için kullandığım anahtar kavramlardan biri, zihnin çok derin bir düzeyde tercih edebileceği veya reddedebileceği, *lifegiver* (*can veren*) adını verdiğim zihinsel bir nesnedir. Bunun, birçok psikanaliz araştırmacısı için *aforoz* anlamına gelecek teleolojik bir sebep ima ettiğinin farkındayım. Özellikle Freud'a ve psikanalize ilgi duyan psikologlar ve filozoflar, bunu "bilimsel olmayan bir yorum" olarak görüp rahatsız olabilirler. Bunun doğrudan reddedil-

memesini öneriyorum. Psikolojik fenomenleri tek başına nedensellikle açıklamaya kararlı bilim insanlarından, böyle bir çerçevenin psikanalistlerin günlük çalışmalarında anlamaya çalıştıkları klinik fenomenleri açıklamak için yeterli olmayabileceğini göz önünde bulundurmalarını isterim. Klinisyenlerin çalışmalarında uyguladıkları gerçek teoriler ile üniversitelerde öğrenilen psikanaliz arasında büyük bir uçurum olduğunu son zamanlarda daha net bir şekilde anlamış bulunuyorum.

Narsisizm üzerine yapılan bu çalışmayı, amacı bu durumdan mustarip hastaların acısını anlamak olan pratik bir proje olarak görüyorum. Uzun yıllar boyunca narsist hastaların, gelişimlerinin erken bir aşamasında travma geçirmiş insanlar olduğuna ve bunun tek başına onların narsisistik durumlarını açıklamaya yeteceğine inandım. Bugün çocukluk travmalarının narsisizmin kökenini açıklamakta tek başına yetersiz kaldığına inanıyorum: Nedenin travmanın kendisi değil, bireyin ona verdiği tepki olduğunu düşünüyorum. Klinisyen onunla tanıştığında, bireyin travmayla duygusal bir ilişkisi vardır. Kişi yaşam olaylarına tepki verir, bu benim hastaların zararına olacak şekilde yıllardır görmezden geldiğim önemli bir unsur olmuştur. Bu kitapta önerdiklerim doğrultusunda düşünmeye başladığımdan beri narsisizmle mücadelede daha etkili hale geldim. Burada öne sürülen önermelerin altında bir duygusal eylem kuramı yatmaktadır. Bazı formülasyonların kabataslak bir şekilde ifade edildiğinin farkındayım. Daha önce söylediğim gibi, psikanaliz anlayışımın tamamı kökten değişti ama henüz bu kavramların bazılarını ifade edebilecek teorik bir dil formüle edemedim. Zihnimizin temel yapısının, zihinsel bir nesneye yönelen duygusal eylemde yattığına ve bu eylemin kaynağının egoda olduğuna inanıyorum. Bu aktivite hissedilemez ancak bilinebilir. Böyle bir teori, Freud'un içgüdü ve dürtü kuramının yerini alabilir. Kavramsallaştırıldığı şekliyle bunlara bağlı kalmanın, zihnin duygusal etkinliğini anlamamızı engellediğinden eminim. Bu kavramları anlamlı bir psikolojik çerçeveye oturtmak için istikrarlı bir derin düşünme gerekir.

Birinci Bölüm

Sahneyi Kurmak

Amacımız narsisizmin ne olduğunu anlamaya çalışmak; hâlâ bu konu üzerinde düşünmeye devam ediyorum ve söylemem gereken bazı şeyler konusunda tatminsizliğim sürüyor. Bunun kısmi olarak kullanmakta olduğumuz zihin modelinden kaynaklandığını düşünüyorum. Elbette, psikanalist olan veya psikanalitik teoriden etkilenen çoğumuz için, sahip olduğumuz zihin modeli narsisizm fenomenini açıklamakta yetersizdir, fenomeni anlaşılır kılan bir zihin modeli oluşturmak için çok fazla temel çalışma yapmaya ihtiyaç vardır.

James Strachey'e göre, "narsisizm" kelimesi seksolog Havelock Ellis ve Paul Näcke tarafından ortaya atılmıştır. 'Narkissos-vari' terimi 1898'de Havelock Ellis tarafından kullanılmıştır ve ertesi yıl *'narsismus'* terimi Näcke tarafından kullanılmıştır. Aradan geçen doksan yılda narsisizm, analitik literatürde herkesin bildiği bir kelime haline geldi. Konuya olan büyük ilgi göz önüne alındığında, bu terim hemen hemen tüm diğer terimlerden daha çok kullanılmıştır.

Narkissos efsanesi

Narkissos efsanesinin hikayesini Robert Graves, Yunan Mitleri (1960) kitabında şöyle anlatır:

> Narkissos, bir Thespian'dır. Nehir tanrısı Cephisus'un bir zamanlar kendi akıntılarıyla kuşatıp büyülediği mavi su perisi Leiriope'nin oğludur. Kahin Teiresias, kendisine danışan ilk kişi olan Leiriope'ye şunları söylemiştir: " Narkissos, kim olduğunu hiç bilmediği sürece uzun yıllar yaşayacaktı."

(Yaşlı kör kahin Teiresias'ı Oedipus'un hikayesinden hatırlarsınız.) "Kim olduğunu hiç bilmediği sürece uzun yıllar yaşayacak." Kehaneti, narsisizmin anlaşılmasında çok önemlidir.

> Herkes daha çocukluğunda itibaren hoş görülebilecek şekilde Narkissos'a aşık olabilirdi. On altı yaşına geldiğinde arkasında kendi güzelliğine karşı duyduğu inatçı gurur nedeniyle kalpsizce reddettiği her iki cinsiyetten de aşıklar bırakmıştı.
>
> Bu aşıklar arasında, sesini bir başkasının çığlığını tekrarlamak dışında kullanamayan Peri Echo da vardı. Bir gün Narkissos geyik ağlarına gittiğinde, Echo onu ormanda gizlice takip etmişti, ona seslenmek istemiş ama konuşamamıştı. Sonunda Narkissos, arkadaşlarından uzaklaştığını fark edince: "Burada kimse var mı?" diye seslendi.
>
> "Var" diye yanıtladı Echo.
>
> "Gel!"
>
> "Gel!"
>
> "Neden benden kaçıyorsun?"
>
> "Neden benden kaçıyorsun?"
>
> "Burada bir araya gelelim!"
>
> "Burada bir araya gelelim" diye tekrarladı Echo. (s. 286- 287)

Efsanede Narkissos'un Echo ile olması önemlidir. Narsist eğilimlerin hakimiyeti altında kalan kişinin bir özelliği diğerinin

sadece bir ekosu, yankısı olarak var olmasıdır. Bu yankı epey karmaşık olabilir. Hasta sadece narsisistik bir yapı içerisinde diyalog kurduğu zaman bunu fark etmek, bir psikanalist veya psikoterapistin görevidir.

"Burada bir araya gelelim" diye tekrar etti Echo ve Narkissos'u kucaklamak için saklandığı yerden sevinçle çıktı. Ancak o onu sertçe sarstı ve kaçtı. "Seninle yatmaktansa ölürüm" diye bağırdı.

"Ölürüm" diye yalvardı Echo.

Ama Narkissos gitmişti. O da hayatının geri kalanını ıssız vadilerde, geriye sadece sesi kalana kadar aşağılanma hissi ve aşk özlemiyle geçirdi.

Bir gün Narkissos , en ısrarlı talibi olan, Ameinius Nehri'ne adını veren Ameinius'a bir kılıç gönderdi. Ameinius, Helisson Nehri'nin Alpheius'a akan bir koludur. Ameinius, Narkissos'un kapısının eşiğinde kendini öldürdü ve tanrıları, ölümünün intikamını almaya çağırdı.

Artemis bu yakarışı duydu ve Narkissos'un aşık olmasını ama bu aşka hiçbir zaman karşılık alamamasını sağladı. Narkissos, Thespia'daki Donacon'da gümüş gibi berrak ve henüz sığırlardan, kuşlardan, vahşi hayvanlardan ve hatta onu gölgeleyen ağaçlardan düşen dallar tarafından rahatsız edilmemiş bir dereyle karşılaştı. Bitkin bir halde, susuzluğunu gidermek için dereye eğildiğinde, kendi yansımasına aşık oldu. Önce karşısına çıkan güzel çocuğu kucaklayıp öpmeye çalıştı ama sonra kendini tanıdı ve dalmış bir şekilde saatlerce derede kendisini izledi. Aynı anda bir yandan sahip olup bir yandan sahip olamamaya nasıl tahammül edebilirdi? Keder onu mahvediyordu, yine de çektiği tüm eziyetlerin arasında sevinçliydi: En azından diğer benliğinin, ne olursa olsun ona sadık kalacağını biliyordu.

> Echo, Narkissos'u affetmemesine rağmen ona üzüldü: Sempatik bir şekilde, "Yazık! Yazık" ve en sonunda da "Ah, gençlik, boşu boşuna sevilen, elveda" diye yakararak göğsüne bir hançer sapladı. Narkissos'un kanı toprağı ıslattı ve orada kırmızı taçlı beyaz bir nergis çiçeği açtı. (s. 287-288)

Olumlu ve Olumsuz Narsisizm

Şimdi olumlu ve olumsuz narsisizm hakkında birkaç şey söylemek istiyorum. Narsisizm hakkında bu şekilde konuşmak ve bu iki yönü farklı olgular olarak tanımlamak bir alışkanlık haline geldi. Bunun bir hata olduğuna inanıyorum, çünkü olumlu ve olumsuz her zaman birlikte hareket eder; biri olmadan diğeri olmaz. Bu sadece semantik bir mesele olabilir, örneğin, olumlu narsisizmden bahseden biri özsaygı veya özgüven hakkında konuşuyor olabilir. Ancak buna olumlu narsisizm dememeyi tercih ediyorum, çünkü bunun kafa karışıklığına yol açtığını düşünüyorum. C. S. Lewis (1988), *Surprised by Joy (Sevinçle Şaşkın)* adlı kitabında, benmerkezcilik ve bencillik dediği şeyler arasında bu konuyla ilgili bir ayrım yapar:

> Benim idealim ve o zamanlar "yerleşik, sakin, Epikürcü yaşam"ın gerçekliği (neredeyse) buydu. Bu neredeyse tamamen bencil bir yaşam olduğu için, bunu sürdürmekten bu kadar men edilmiş olmamın genel olarak kendi yararıma olduğuna şüphe yok. Benmerkezci değil, bencil çünkü böyle bir hayatta zihnim binlerce şeye yönelirdi ve bunlardan hiçbiri de kendim olmazdı. Bu ayrım önemlidir. Tanıdığım en mutlu insanlardan ve en hoş arkadaşlarımdan biri son derece bencildi. Öte yandan, kaygı ve kendine acıma duygusu, tüm düşüncelerine baskın olduğu için hayatı kendileri ve başkaları için tamamen bir sefalete çeviren büyük fedakarlıklar yapma kapasitesine sahip insanlar tanıdım. Bu her iki

durum da sonunda ruhu yok edecektir. Ama her koşulda bana hizmet eden fakat sürekli kendinden söz eden; yaptığı iyilikler için sürekli bir sitem ve sürekli bir acıma, minnet, beğeni beklentisi olan adamdansa her zaman kendisi için en iyisini seçen (bu bazen benim zararıma olsa da) ancak kendi dışında şeylerden bahseden adamı tercih ederim.

Benmerkezcilik, narsisizmin ne olduğunu tam olarak ifade etmese de iğreti bir tanım olarak "sağlıklı bencillikten" bahsetmek mantıklıdır. Öte yandan, sağlıklı benmerkezcilikten bahsetmek anlamsızdır. Olumlu narsisizm ile kişinin kendine güveni kastediliyorsa, o zaman bu kabul edilebilirdir ancak bu narsisizm olmaz. Analitik dünyada muazzam bir dil karmaşası vardır, bu da insanların genellikle çelişen şekillerde konuşmasıdır.

Psikoterapistlerin narsisizmi tedavi etmedeki başarısızlığı

Konu narsisizm olduğunda biz psikoterapistlerin büyük ölçüde başarısız olduğuna inanıyorum. Narsisizmin varlığına işaret eden çeşitli kriterler vardır, bunlardan biri eleştiri alabilme kapasitesidir. Yoğun bir psikoterapi sürecinden geçen birinin eleştiri alma yetisi olduğu düşünülebilir ama çoğu zaman durum böyle değildir. Birçoğumuz psikoterapiden çıktığımızda (hatta genişletilmiş psikoterapi veya psikanalizden) hâlâ şiddetli narsisistik bozukluklardan mustarip durumda oluruz. Bu tür bozukluklar bazen hayatı sekteye uğratıcı boyutlara gelebilir. Bu ciddi bir durumdur. Ayrıca, çoğu zihinsel bozukluğun narsisizmden kaynaklandığını da iddia edebilirim.

Daha önce analizden veya terapilerden geçmiş olan hastaları, birkaç kez tedavi ettim ve birkaç vakada, narsisizmin görebildiğim kadarıyla hiç ele alınmamış olması beni şaşırttı. Birkaç yıl önce Londra'dan bir analist olan Sydney Klein, otizm üzerine analistlerle özel bir konuşma yaptı. Bu konuşmada, yıllar içinde ikinci veya üçüncü analizler olan yaklaşık

on altı analiz gerçekleştirdiğini ve bunların hepsinde, kendisinin otistik alan olarak adlandırdığı dokunulmamış veya kesinlikle çözülmemiş bir alan keşfettiğini söyledi. Narsisizm ve otizmin üniter bir klinik varlık olduğunu düşünüyorum. Buna daha sonra değineceğim.

Karl Abraham, psikanalizin amacının, kişiliğin temelindeki şeyleri düzeltmek, bireyi gelecekteki akıl hastalıklarına karşı sigortalamak olduğunu söylemiştir. Açıkçası bu bir ideal ve elbette işimizde bu idealin gerisinde kalacağızdır ama benim gözlemim şu anda bunun çok gerisinde kalıyor oluşumuz. Bence ideali gözden kaçırmış ve semptomatik rahatlamalar ile tatmin oluyor olabiliriz. Bir kişinin narsist meseleler ele alınmamış olsa bile terapiden sonra kendini çok daha iyi hissetmesi epey olasıdır ancak bir kriz durumunda kişi bir kez daha terapi ihtiyacı yaşayacaktır.

Narsisistik eğilimleri tanımanın önemi

Narsist bir karakter yapısının hakim olduğu insanları tanıyabilmek son derece önemlidir. Bir kere, bu tür insanlar ne kadar yetenekli olurlarsa olsunlar, ait oldukları sosyal yapılara, ailelerine, iş organizasyonlarına, kulüplerine, derneklerine büyük zarar verirler.

Narsisizm sadece bireylerde mevcut değildir, aynı zamanda kurumları da zedeler. Yeterince iyi bir kurumu patolojik olandan ayırmanın yollarından biri, narsist karakterleri kilit görevlerin dışında tutma becerisidir. Narsist eğilimlerle o kadar parçalanmış kurumlarda çalıştım ki sanki bu eğilimler kurumun kuruluşundan beri var olmuş gibiydi. Bu koşullar altında çok az yaratıcı çalışma yapılabilir. Ayrıca içerisinde çok fazla narsisizm ve kıskançlık barındırmasına rağmen yaratıcı gelişimin desteklendiği kurumlarda da çalıştım. Bu yerlerde yüksek narsist insanların genellikle üst düzey pozisyonları almaları engellenmişti. Örgütlerin, narsisistik eğilimler açısından bir tür teşhisinin yapılabilmesi önemlidir.

Bununla birlikte en önemli olan, kendi karakterlerimizde narsisistik eğilimleri tanıma yeteneğidir. Hiçbirimiz nar-

sisizmden muaf değiliz. Bu durumun temel özelliklerinden biri, bunun bizi kendimizi tanıma konusunda kör etmesidir. İnsanların sık sık "Ah, ben çok narsisistim" veya "Bu benim narsisizmime bir yaraydı" gibi cümleler sarf ettiğini duyabilirsiniz. Bu tür yorumlar, durumun gerçek bir kabulü değildir: Bunlar öylesine ortaya atılmış laflardır. İnsanın kendi içindeki narsisizmi tanıması gerçekte son derece can sıkıcıdır.

Bettelheim, *Freud and Man's Soul (Freud ve İnsanlığın Ruhu)* (1983) isimli kitabında, psikanalitik ve terapötik mesleklerde çalışan pek çok kişinin kendileriyle ilgili bilgilere ne derece kör olduğunu açık bir şekilde yazar:

> Yaklaşık kırk yıl, Amerikalı yüksek lisans öğrencilerine ve psikiyatri öğrencilerine psikanaliz dersleri verdim. İngilizce çevirilerin, öğrencilerin Freud'u ve psikanalizi gerçek anlamda anlama çabalarını ne kadar ciddi bir şekilde engellediğini tekrar tekrar gördüm. Öğretmekten zevk aldığım parlak ve yetenekli öğrencilerin çoğu, psikanalizin ne hakkında olduğunu öğrenmeye hevesli olsa da bunu büyük ölçüde başaramaz. Neredeyse her zaman psikanalitik kavramlar, öğrenciler için yalnızca başkalarına güvenli bir mesafeden bakmanın bir aracı haline geliyordu, onlarla bir ilgisi olmuyordu. Başkalarını soyut kavramlar ardından gözlemlediler, onları entelektüel kavramlarla anlamaya çalıştılar, bakışlarını asla ruha ya da kendi bilinçaltlarına çevirmediler. Bu, kendileri analizde olan öğrenciler için bile geçerliydi; bu kayda değer bir fark yaratmıyordu. Psikanaliz, bazılarının kendileriyle daha barışık olmalarına ve hayatla baş etmelerine, diğerlerinin de kendilerini zahmetli nevrotik semptomlardan kurtarmalarına yardımcı olmuştu ancak psikanaliz hakkındaki yanlış kavrayışları devam etti. Bu öğrencilerin algıladıkları şekliyle psikanaliz, kişinin kendisine ve kişinin kendi davranışına ilişkin potan-

> siyel olarak derinden rahatsız edici içgörüler edinmesi yerine, tamamen entelektüel bir sistemdi; zekice, heyecan verici bir oyundu. Analiz ettikleri her zaman bir başkasının bilinçaltıydı, neredeyse asla kendileri değildi. (s. 6-7)

Bettelheim'ın burada bahsettiği şey, özbilince derinden düşman olan narsisizmdir.

Narsist eğilimlerin güçlü bir şekilde nüfuzu altındaki bir kişinin, özbilincini yok etme yollarından biri çoğumuzun aşina olduğu, karakterin istenmeyen yönlerini (kıskançlık, sadizm ya da her neyse) yansıtmadır. Psikoterapistin bu tip yansıtma yapabileceği kişi elbette hastasıdır. Analistler ve terapistler için, kendine dair bilginin inkarına dayalı bir yorumla kendinde olanı tanımaktan doğan bir yorum arasında çok büyük bir fark vardır. Analistler, hastaların zalim ve sahiplenici olduklarını ya da kıskanç bir şekilde davrandıklarını söylerken, kendilerinin bu yönlerini inkar ederlerse, bunun terapötik bir değeri yoktur. Bu durumda, terapist ve hasta arasında ya suçlayıcı bir ton gelişir ya da terapist hastayı rahatlatmaya çalışır ve her iki yaklaşımın da bir değeri yoktur.

Bir keresinde biri bana Erich Fromm'un bir hastasına, "Benmerkezci bir hayat yaşıyorsun, sadece kendi yuvanı örüyorsun ve problemlerinin çoğu bundan kaynaklanıyor" gibi bir şeyi kulağa suçlayıcı gelmeden söyleyebildiğini anlattı. Bunları kendisinin kurtulmuş olduğu kabul edilemez özellikler olarak değil, sadece gerçeğin bir şekli olarak ifade edebiliyordu. Hasta gören bizler için, içimizdeki narsist akımları kavramaya çalışmak son derece önemlidir.

Kavramsal araçlar

Şimdi narsisizmi kavramaya çalışmak için ihtiyaç duyacağımız bazı kavramsal araçların üzerinden geçmek istiyorum.

İlk olarak, bir bilgi kavramına ihtiyacımız var. Bir şeyi bilmekten bahsettiğimizde, genellikle gerçek olan bir şeyin bilgisine sahip olduğumuzu kastediyoruz ancak muhtemelen bildiğiniz gibi gerçekliğin bir yanılsama olduğuna inanan

ve bizim dışımızda bir şeyin var olduğunu bilemeyeceğimizi öne süren Berkeley gibi filozoflar olmuştur. Bildiğim bir şey ile tahmin ettiğim veya hissettiğim bir şey arasında büyük bir fark vardır.

Ayrıca koklanamayan, dokunulamayan, görülemeyen veya duyulamayan psişik gerçeklikleri de kavrayabilmemiz gereklidir. Bu tür gerçekliklere örnek olarak dostluk, halüsinasyon, rüya, düşünce, duygu, sezgi, niyet, yargı, gerçek, iyilik, cesaret, güven, çekingenlik, her şeye kadirlik, alçakgönüllülük, zalimlik, intikam, kendinden iğrenme, nefret, aşk, suçluluk, utanç, aldatma verilebilir. Bunlar, onları anladığımız ölçüde gerçekliklerdir. Onlar bilginin psişik nesneleridir. Narsisizmi kavramsallaştırmaya çalışırken "lifegiver" (can veren) olarak adlandırdığım belirli bir psişik nesneyi kullanacağım. Bu kavramı daha sonra genişleteceğim.

İyilik ve kötülük gibi nitelikleri psişik nesnelere atfederiz. Zulmü kötü, sevgiyi iyi olarak değerlendiririz; doğruluk iyi, aldatma kötüdür; güven iyi, ketlenme kötüdür vb. Psişik nesnelerin niteliklerine ilişkin analitik veya terapötik tarafsızlık olduğu fikri tam bir yanılsamadır. Her psikoterapist yargıda bulunur. Her hasta da yargıda bulunur. Örneğin, hasta depresyon şikayetiyle gelir ve kötü olduğuna hükmeder. Terapist hastanın depresyonunu farklı şekilde değerlendirebilir ancak yine de burada bir yargıya varılır.

Aynı zamanda, diğer insanlarla karşılıklı temas kurduğumuz mekanizmalar olan benlik, yansıtma ve içe yansıtma kavramlarına da ihtiyacımız var. İki cansız nesne, bir kumsaldaki iki taş birbirinin içine geçemez ancak cansız ve canlı dünya arasındaki o büyük sınırı geçtiğimizde, bir canlının diğerine nüfuz etme kapasitesi ortaya çıkar.

Fransız filozof Henri Bergson, *Yaratıcı Tekamül* (1919) adlı kitabında, bir tırtılı vücudunun belirli bir noktasında sokan ve onu felç eden Mason yabanarısını anlatır. Yabanarısı daha sonra yumurtalarını felçli tırtılın vücuduna bırakır; yumurtalar, felçli vücuda rağmen üç gün içinde yumurtadan çıkar ve bu et sonradan küçük kurtçuklar için yiyecek haline gelir. Mason yabanarısı bu hassas noktadan bir milimetre uzağı

sokarsa tırtılı öldürür ve amacına ulaşamaz. Bergson, antropomorfik bir şekilde şunu sorar. "Eşekarısı doğru yeri nasıl sokacağını nereden bilir?" "İçgüdü" yanıtı onu tatmin etmez. İki böcek arasında bir tür sempatik iletişim olduğunu düşünür, bu da yabanarısının sokacağı yeri "hissetmesini" sağlar.

Diğer insanlarla ya kendimizi onların dünyasına yansıtarak ya da onları kendi dünyamıza dahil ederek iletişim kurarız. Ya kendimizi bir başkasının yerine koyarız ya da onlara içsel duygularımızda yer veririz. Sürekli olarak derin bir seviyede çeşitli psişik eylemler gerçekleşmektedir. Farkındalık eşiğinin altında veya bizim için her şeyi alt üst edecek düzeyde olabilirler. Hem kendimiz hem de yakın ilişkide olduğumuz insanlar için yaratıcı olabilirler. Ego, bu kavramı kullanmayı tercih ediyorsanız, aktiftir ve özdeşleşme, yansıtma, içe yansıtma, bölme veya birleştirme gibi şeyler yapar ya da seçimlerin derin bir seviyede gerçekleştiğini söyleyebilirsiniz. Bunu söylediğim anda insanların bilinçli bir düzeyde yapılan seçim türlerini düşündüklerini keşfettim, bu yüzden bahsettiğim seviyeyi örneklendirmek istiyorum.

Londra'dayken bir meslektaşım bir yıl izin aldığında bana hastalarından herhangi biri zor durumda kalırsa onları görmeye hazır olup olmayacağımı sordu. Bunu yapabileceğimi söyledim. Usulüne uygun bir şekilde bir yıllığına gitti. Yaklaşık altı ay sonra bir kadın hastası aradı ve onu görüp göremeyeceğimi sordu. Beni görmeye gelmesinin nedeni, daha önce ikisi de iktidarsız olan ya da ona göre iktidarsız hale gelen iki erkek arkadaşının olmuş olması ve yeni erkek arkadaşının da (ona Michael diyelim) onu dehşete düşüren bir şekilde iktidarsız hale gelmesiydi. Biraz ikilemde kaldım çünkü bunun epey derin bir mesele olduğunu ve meslektaşımın da altı ay daha uzakta olacağını fark ettim. Ayrıca destekleyici tedavinin tek başına ona yardım etmeyeceği açıktı. Her neyse, ona haftada bir kez olacak şekilde yirmi seanslık bir anlaşma teklif ettim, bu da neredeyse meslektaşımın döndüğü zamana kadar sürecekti.

Geçmişinden, anne babasından, kardeşlerinden bahsetti. Sadece dinledim ve birkaç zararsız yorum yaptım. Dördüncü

seansta zihnimde bir şey belirdi (tam onu ifade etmek üzereydim ki aklımdan çıkıp gitti) onu kaybettim. Bir sonraki seansta da aynı şey oldu: Bir şey netleşiyordu ve tam yorum yapmak üzereyken buharlaşıp gidiyordu. Daha sonra erkek arkadaşının iktidarsızlığı ile kendi zihnimde gerçekleşen arasında bağlantı kurdum. İkisi arasında bir bağlantı olduğundan epey emindim. O zaman görevimin bu olduğunu gördüm, bir dahaki sefere bir şey netleşmeye başladığında, onu zihinsel olarak korumalı ve ifade etmeliydim. Daha sonra bu seansta bir şey netleşti. Tüm psişik dikkatimi onun üzerinde yoğunlaştırdım ve bir yorum yaptım. Kelimelere döktüm ve sessizlik oldu. Söylediklerimin onun tarafında karşılık bulduğunu hissettim.

Ertesi hafta yüzünde bir gülümseme ile geldi. "Eve geldiğimde komik bir şey oldu. Michael geldi ve sevişebildik. Herhangi bir sorun olmadı. Bunun yaptığımız seansla bir ilgisi olduğunu hissediyorum" dedi. Neler olup bittiğine dair dikkatim, yaptığım yorum ve ikimiz arasındaki etkileşim sayesinde onda, erkek arkadaşının onunla sevişme kapasitesini etkileyen bir değişikliğin meydana geldiğinden şüphem yok.

Değişimin ne olduğunu bilmiyordu ama psişik faaliyeti değişmişti ve bu onun koşullarını değiştirdi. Psişik seçimler ve eylemler, çevredeki insanları, özellikle de yakın çevredekileri etkiler. Bu kavramsal kavramı kavramadan narsisizm asla anlaşılamaz.

Filozof Edmund Husserl (1973), egonun her zaman aktif olduğunu söyler. Ona verileni alırken bile aktiftir.

> Bu fenomenolojik olarak gerekli alma yetisi kavramı, benlik tarafında belirli bir şekilde gerçekleşen tüm edimlerin dahil olduğu benliğin etkinliğine hiçbir şekilde karşıt değildir.
>
> Aksine, alma yetisi en düşük aktivite seviyesi olarak görülmelidir. Ego gelmekte olana rıza gösterir ve onu içeri alır. (s. 791)

Hepimizin bildiği gibi, negatif halüsinasyon esnasında, ortadaki bir uyaranı tamamen reddetmek mümkündür. Londra'da muayenehanemin bir duvarında kocaman bir tablo vardı. İki yıldır gelmekte olan bir hastam bir gün içeri girince ona bakıp "Bir tablo asmışsın" dedi. Bu tablo en başından beri oradaydı. Daha önce gördüğü neydi? Resmin üzerini örtmüştü. Böyle bir izlenimi edinebilmesi için egosunun aktif olması gerekliydi. Dışarıdan bir şeyi algıladığımız her zaman psişik bir şey olur. En başta bahsettiğim kadında: Yorumu yaptığımda, o bir şey aldı ve bu psişik eylem, erkek arkadaşının onunla sevişme kapasitesini değiştirdi. Bu örneği, ego etkinliğinin gerçekleştiği seviyeyi göstermek için kullandım.

Bunların yanında, bir analoji kavramına sahip olmak önemlidir. Böylece farkındalık eşiğinin altında gerçekleşen eylemlerden bahsederken, bunlardaki benlik hakkında konuşurken veya benliğin parçalarından bahsederken, analojik terimler kullanılabilir. Bu şekilde doğrudan deneyimlenemeyen şeylere yaklaşılabilir. Dünyayı bilinçli şekilde algılamaktan türetilen dil ve kavramlar, yalnızca çıkarsama yapılabilen şeylere atıfta bulunulurken analojik olarak kullanılmalıdır.

Son olarak, sıklıkla kullandığım bir diğer kavram da ihmal/atlama ilkesidir; bir şey yapıldığında her seferinde yapılmayan bir şeyin de var olduğu ilkesi. Bu bariz gibi görülebilir ancak genelde anlaşılmayan şey, bunun anlamada önemli bir faktör olduğudur. Örneğin, geleneksel olarak egonun kendini aşk nesnesi olarak görmesi olarak tanımlanan narsisizmde can alıcı soru, yapılmayanın ne olduğudur.

O halde narsisizmi kavramaya çalışmak için ihtiyacımız olan araçlar bilgi, psişik gerçeklik, bileşik benlik, yansıtma ve içe atma, analoji ve ihmal ilkesi kavramlarıdır.

İkinci Bölüm

Bileşik Benlik

Gerçekliğin her parçası, başka bir gerçeklik parçasıyla ilişki içindedir: Bir şeyi tanımladığımızda, onu başka bir şeyle ilişkili olarak tanımlarız. Gerçeği ilişkisiz olarak düşünmenin tek yolu, tüm gerçekliği, bir bütün olarak evreni, dışında hiçbir şey kalmayacak şekilde düşünmektir. Tasarladığımız her teori, gerçekliğin bir yönünü, başka bir yönüyle bağlantılı olarak tanımlar. Örneğin, bir kumsalda durup bir sörf tahtası üzerindeki martılara bakarsam ve zamanla sahilde yavaşça yukarı doğru hareket ettiklerini fark edersem, bu görüntüyü kendime düzgün bir şekilde açıklamak için birkaç bilimsel kavramı düşünmem gerekir. Gelgit nedeniyle martıların kıyıya doğru yaklaştığını anlamam gerekir ve gelgitin oluşumunu anlamak için, yerçekimi yasasına ve ayın dünya üzerindeki yerçekimi kuvvetine başvurmam gerekir. Dünyanın kütlesini, ayın kütlesini ve ikisi arasındaki ilişkiyi anlamam gerekir. Bütün bunlar, martıların neden sahile doğru hareket ettiğini kısmen açıklar ama martıların nedenini açıklamaz. Bunu kavramak için, martıların belirli bir ekolojik ortama uyacak şekilde evrimleşmiş organizmalar olduğunu bilmem gerekir. Bunu anlamak için Evrim Teorisi hakkında biraz bilgi sahibi olmam gerekir. Bu yüzden sadece önümdeki epey basit sahneyi açıklamak için bile birkaç bilimsel kavramı kavramam gerekir. Önümüzde olan herhangi bir şeyi açıklamak için, bir şey ile diğeri arasındaki ilişkilerin karmaşık etkileşiminin farkında olmak gerekir.

Benlik ilişkiseldir

Benlik kavramı söz konusu olduğunda, benliğin nasıl yapılandırıldığına bakmamız gerekir. Tüm gerçekliklerde olduğu gibi, benlik de doğası gereği ilişkiseldir. İnsan her zaman topluluğundaki diğer benliklerle ilişki içindedir. Bu doğumdan hatta döllenme anından itibaren geçerlidir. Doğduğunda bebeğin anneye, memeye giden yolu bulma eğilimi olmasaydı, ölürdü. Bu ilişkisel doğa, yerçekiminin tüm maddeye nüfuz etmesi gibi benliğin tüm parçalarına nüfuz eder. İlerledikçe, narsisizmin özünün ilişkisel olana karşı bir nefret olduğunu, varlığımızda içkin olan bir şeye karşı duyulan bir nefret olduğunu görmeye başlayacağız.

Bir "ilişki", iki veya daha fazla taraf anlamına gelir. İki şey aynıysa, aralarında artık bir ilişki olamaz. Bir masada iki bardak süt varsa bunlar birbiriyle ilişkili olabilir ama ikisini tek bir sürahiye dökersem o zaman ilişki kaybolur, sadece süt vardır. İlişkisel olana olan nefrette narsisizmin işleyiş yollarından biri, ayrılığı yok etmektir. Narsist eğilimlerin egemen olduğu insanlarda, kendileriyle başkaları arasında bir ayrılık başarısızlığı vardır ve bu nedenle onlar, sizin de onların düşündükleri gibi düşündüğünüzü varsayacaklardır.

Yani benliğin varlığı, bir başkasıyla ilişki içinde yapılandırılır. Benliğin diğeriyle ilişkisi olan kısmına nesne (nesne ilişkileri teorisi bu nesneye atıfta bulunur), benliğin diğer kısmına ise özne diyoruz. H_2O moleküllerinin suda bulunması gibi bu özne-nesne karakteri, benliğe nüfuz eder. Benliğin herhangi bir parçası diğerlerinden ayrıysa, o parça aynı özne-nesne yapısını taşır. Bunu özellikle belirtiyorum çünkü Rollo May ve onun gibi varoluşçu analistler, bireyin varlığını çabalarının merkezi haline getiriyorlar ve benliğin özne-nesne karakterini inkar ediyorlar. Kişinin içkin varlığı dedikleri şeye ulaşma arzularına sempati duyuyorum ancak bu varlığın özne-nesne şeklinde yapılandırılmadığına inanmanın yanlış olduğunu düşünüyorum. Bana öyle geliyor ki kendilerini nesne ilişkileri teorisine dayandıranlar da özneden ayrı bir nesne kavramına sahipler. Bu böyle değildir. Bütünün varlığı, tüm parçalara nüfuz eder.

Benliğin özne-nesne karakterini en açık şekilde kavramsallaştıran kişi Jung'du. 1935'te Londra'daki Tavistock Kliniği'nde beş seminer verdi. Bunlar görüşlerinin kısa, açık bir özetini anlamak için gerçekten çok iyi seminerler. Bu seminerlerin üçüncüsünde şöyle der (Jung, 1977):

> Bayanlar ve baylar, bu beni çok önemli bir şeye götürüyor: Bir kompleksin belirli bir gerilimi veya enerjisiyle kendi başına küçük bir kişilik oluşturma eğiliminde olduğu gerçeği. Bunun bir tür bedeni, belirli bir miktarda kendi fizyolojisi vardır. Mideyi bozabilir. Nefesi bozabilir, kısacası kalbi rahatsız eder. Kısmi bir kişilik gibi davranır. Örneğin, bir şey söylemek veya yapmak istediğinizde ve ne yazık ki bir kompleks bu niyete engel olduğunda, niyet ettiğinizden farklı bir şey söyler veya yaparsınız. Kesintiye uğrarsınız ve en iyi niyetiniz, tıpkı bir insan tarafından veya dışarıdan gelen koşullar tarafından müdahale edilmiş gibi, kompleks tarafından bozulur. Bu koşullar altında, komplekslerin belirli bir miktarda irade gücü taşıyor gibi davranma eğilimlerinden bahsetmek zorunda kalıyoruz. İrade gücünden bahsettiğinizde doğal olarak ego hakkında soru sorarsınız. O halde komplekslerin irade gücüne ait olan ego neredediir? Bedenin tamamının sahibi olması gereken kendi ego kompleksimizi biliriz. Aslen tüm bedene sahip değildir ama tüm bedeni elinde tutan bir merkez olduğunu, ego dediğimiz bir odak olduğunu ve egonun bir iradesi olduğunu, bileşenleriyle bir şeyler yapabileceğini varsayalım. Ego aynı zamanda bir yüksek tonlu içerikler yığınıdır, öyle ki ego kompleksi ile diğer herhangi bir kompleks arasında temelde hiçbir fark yoktur.
>
> Bilincin sözde birliği bir yanılsamadır. Bu gerçekten bir hayaldir. Bir bütün olduğumuzu düşünmeyi severiz ama değiliz, kesinlikle

> değiliz. Gerçekten kendi evimizin efendisi değiliz. İrade gücümüze, enerjimize ve yapabileceklerimize inanmayı severiz ama iş gerçek bir hesaplaşmaya gelince, bunu ancak bir dereceye kadar yapabileceğimizi görüyoruz, çünkü küçük şeytanlar kompleksler tarafından engelleniriz. Kompleksler, kendi başlarına hareket etme, kendi hayatlarını niyetlerimizden ayrı yaşama eğiliminde olan özerk gruplardır. Kişisel bilinçdışımızın yanı sıra kolektif bilinçdışının da bilinmeyen sayıda kompleksten veya parçalı kişilikten oluştuğu için belirsiz olduğunu düşünüyorum. (s. 72-73)

Yani görüyorsunuz, her bölümde bir özne-nesne varlığından bahsediyor. Sonlara doğru biraz karıştırdığını düşündüğüm, vurgulamak istediğim şey, bu parçaların her birinin başlı başına bir aksiyon kaynağı olduğu. Nesne ilişkileri teorisinde "nesne" kelimesinin kullanılmasına bir itirazım yok, nesnenin de bir eylem öznesi olduğu anlaşıldığı sürece. Bunun farkında olmayanlar için karışıklık kaçınılmazdır.

İçsel bir anne, baba, erkek kardeş, kız kardeş vb. hakkında konuştuğumuzda içselleştirilmiş nesnelerden bahsederiz ve bu nesneler hareket eder. Kişilik içinde hareket ederler. Bazı noktalarda kişiliği bile ele geçirebilirler.

Benlik parçalardan oluşur

Benliğin parçalardan oluşmasıyla ilgili bu noktayı vurgulamak istiyorum. Örneğin, birine karşı paranoyak hissediyorsam, onun sadece kendi çıkarına olacak işler yaptığını, kendi cebini doldurmaya çalışan bir şerefsiz olduğunu söyleyebilirim. Alternatif olarak, birinin tamamen kendini adamış ve ilgili olduğunu söyleyebilirim. Bununla birlikte birinin kötü ve iyi niteliklerin bir karışımı olabileceği, birinin yozlaşmış ama bilge, kıskanç ama sevecen olabileceği fikrine duygusal olarak tutunmak, insanlar için zor görünür. Dikkat ederseniz "ama" kelimesini kullanmak zorunda kaldım. Birinin kıskanç

ve sevecen olduğunu söylemiyoruz. Somerset Maugham'un, *The Summing Up (Özet)* (1976) kitabından bir alıntı yapacağım:

> İnsanlarda beni en çok etkileyen şey, tutarlılık eksikliğidir. İnsanları hiçbir zaman bir bütün olarak görmedim. En tutarsız özelliklerin aynı kişide ve makul bir uyum içerisindeki her şeyde var olması beni şaşırttı. Sık sık kendime özelliklerin nasıl, görünüşte uzlaşmaz bir şekilde aynı kişide var olabildiğini sorarım. Kendini feda edebilen sahtekarlar, tatlı huylu sinsi hırsızlar ve paranın karşılığını vermenin onur meselesi olduğu fahişeler tanıdım. (s. 40)

Kitabın ilerleyen bölümlerinde Maugham yazarlar hakkında şunları söyler:

> Ancak yazarda önemli olan şey onun tek bir kişi değil, birçok kişi olmasıdır. O çok olduğu için çok şey yaratabilir ve büyüklüğünün ölçüsü, içerdiği benlerin sayısıdır. İnanç taşımayan bir karakter yarattığında, bunun nedeni kendinde o kişiye ait bir şeyin olması değildir: Gözleme geri dönmek zorunda kalmıştır ve bu yüzden sadece betimlemiştir, olmamıştır. (s. 152)

Yazar, biri yerine hissetmez biri gibi hisseder. Hissettiği şey, genellikle duygusallıkla sonuçlanan sempati değil, empatidir. Psikoterapötik çalışmada terapistin "içeride gibi" hissetmesi gerekir ancak çoğu zaman olan şey "yerine" hissetmektir. Epey fazla sayıda narsisistik bozukluğun, muhtemelen biri gibi yerine biri yerine hissetmekten; empatiden ziyade sempatiden dolayı çözülmemiş olarak kaldığını düşünüyorum.

Birbirinden farklı unsurların bir araya gelmesine iyi bir edebi örnek, Thomas Keneally'nin *Schindler'in Listesi* (1983) adlı kitabındaki Oskar Schindler karakteridir. Bildiğiniz gibi, Schindler gerçek bir insandı. Önsözde Keneally onun hakkında şunları söyler:

> Craco'nun bu eski ve zarif mahallesinde, buzlu kaldırımda parıldayan ayakkabılarını değiştiren Oskar, geleneksel anlamda erdemli bir adam değildi. Bu şehirde Alman metresiyle ev tuttu ve Polonyalı sekreteriyle uzun bir ilişki sürdürdü. Karısı Emilie, bazen onu ziyarete Polonya'ya gelse de çoğu zaman Moravia'daki evde yaşamayı seçti. Onun için söylenecek şey, bütün kadınlara karşı terbiyeli ve cömert bir sevgili olduğuydu. Ama genel yorumuyla erdem göz önüne alındığında bu bir mazeret değildir.
>
> Aynı zamanda içmeyi de seven bir adamdı. Bazen sırf alkolün verdiği parıltı için içerdi, bazen de daha elle tutulur sonuçlar almak için iş arkadaşları, bürokratlar, SS adamlarıyla. Birkaç kişi gibi, içerken uyanık kalıp kendine hakim olabiliyordu. Yine de ahlakın dar yorumu altında bu, hiçbir zaman eğlence için bir mazeret olmamıştır. Herr Schindler'in meziyeti iyi belgelenmiş olmasına rağmen, onun belirsizliğinin bir özelliği, yozlaşmış ve vahşi bir plan içinde ya da en azından onun gücüyle çalışmış olmasıdır. (s. 21)

Keneally, bir kişide birbirinden bağımsız olarak hareket ediyor gibi görünen farklı unsurları vurgulamaya devam eder. Hem bilge hem de yozlaşmış görünen bir adamla karşılaşana kadar, bilge olmanın ve yozlaşmanın birbirine zıt şeyler olduğunu düşünmüştüm. Belki de yozlaşmamış olsaydı daha bilge olabilirdi ama iki nitelik aynı kişide bir arada var gibiydi. Daha sonra bütünleşme arzumuzu ve kişiliğin kendisini nasıl bütünleştirdiğini tartışacağım. Farklı parçalar birbirine açık veya birbirine karşıt durumda olabilir.

Anna Karenina'da (özeti giriş bölümünde verilmiştir) Tolstoy, Anna'nın farklı taraflarının nasıl çalıştığını anlatır. Ölüme çok yaklaştığı noktada Karenin'e karşı davranışlarından pişmanlık duyar ve epey farklı bir kişilik ortaya çıkar. İyileşmesiyle ve Vronsky'nin dönüşüyle içinde bir şeyler biter ve Karenin'i yeniden reddetmeye başlar.

Romanda belirli karakterlerin farklı taraflarının aktif olduğunu gördüğünüz birçok nokta var. Örneğin, Levin ve Kitty ile kalan Dolly'nin, Anna ve Vronsky'yi, Vronsky'nin malikanesinde ziyaret etmeye karar verdiği ve Anna'yı görmeyi dört gözle beklediği bir bölüm var. Dolly o akşamki zarif akşam yemeğini tuhaf ve nahoş bulur ve akşamın sonunda herkesin rol yaptığını hisseder. Yatak odasına gider. Anna gelir ve ona içini döker ancak o zamana kadar Dolly, başlangıçta planladığı gibi iki gün kalmak yerine ertesi sabah Levin'lere dönmeye kararlıdır. Levin'lerden ayrılırken annelik kaygılarının altında ezildiğini hissetmiştir ama bir gün içinde bu kaygıları epey yeni bir ışıkta görür ve çocuklarına geri dönmek ister. Dönüş yolunda arabacı, atların düzgün beslenmediğini, eve döndüklerinde onları daha iyi besleyeceklerini söyler. İlginç olan, Dolly'nin kesinlikle huzursuz hissetmesidir. Geri döndüğünde Levin ve diğerleri, Anna ve Vronsky'nin nasıl olduğunu sorarlar ve Dolly, onun ne kadar iyi ağırlandığını ve her şeyin ne kadar harika olduğunu söyler. Burada yalan söylemiyordur; sosyal kişiliğine yeni dönmüştür, içgörüleri ve duyguları onun başka bir tarafında saklıdır.

Kişinin farklı taraflarına ait başka bir örnek Anna intihar etmeden biraz önce gösterilir. Anna kendi kendine "Belki ben gidip Dolly'ye tüm gerçeği anlatacağım" diye düşünür. Bir araba alır ve onu görmeye gider. Oraya vardığında Kitty'nin orada olduğunu görür ve kendini kaybeder. Bir tür arzusu vardı, sonra başka bir şey baskınlaştı ve vazgeçti.

Büyük edebiyat, kendimizin farklı parçalarını, ruhun içsel çatışmalarını tanımlamayı amaçlar. Anna, kendisinin farklı taraflarını bir araya getiremiyordu: Seriozsha'nın yanında olma arzusu, toplum tarafından kabul görme arzusu, Vronsky tarafından sevilme arzusu, Karenin'in ona iyi davranması arzusu. Ayrıklık ıstırabının dayanılmazlığı giderek büyür.

Kişilik üniter bir fenomen değildir. Hepimiz parçalardan oluşuyoruz, her parça ayrı bir küçük insan olarak işlev görme yetisine sahip. İnsan için temel psikolojik sorun, tüm bu parçaların uyum içinde hareket etmesini sağlamaktır. Pra-

tik problemlerin aksine duygusal problemleri olan birinden bahsettiğimizde, onların "bir araya gelmekte - bir olmakta" sorun yaşadıklarını kastediyoruz. Bütün olmayı arzuluyoruz fakat bu sürekli bir mücadele çünkü bir şeye karşı savaşıyoruz. Tutarlılık için bu mücadele, psikodinamik psikoterapinin kalbinde yer alır. Birisi konsültasyon için geldiğinde hasta bir şeylerin ters gittiğinin farkındadır çünkü içinde bilinçli çıkarlarına aykırı işleyen bir şey vardır.

Bilinç ve bilinçdışı kavramı, bireyin kendisinin farkında olmadığı ve farkında olmak istemediği bölümlerinin aksine, kendi içinde farkında olduğu ve farkında olabileceği şeylere dayanan bir ayrımdır. Bir kişinin bazı bölümlerinin bilinçli, diğerlerinin bilinçdışı olduğunu söylemek, bize onların sadece özelliklerini verir. Kendimizin bazı bölümlerinin veya içimizdeki bazı kişiliklerin farkında olmamamızın nedeni, narsisizm ile yakından ilgilidir. Kendimin bir parçasına karşı düşmansam, onu bilemem. Benim açımdan bunu bilmemeye yönelik bu kararlılık, bilinçdışı olarak adlandırılan şeydir. Bu talihsiz bir adlandırmadır çünkü benliğin rızası olmadan ortaya çıktığını öne sürer. Daha sonra bunun böyle olmadığını göstereceğim.

Jung, tipler teorisinde kişiliğin dört farklı bölümü arasında yararlı bir ayrım yapmıştır: Düşünme, hissetme, sezgi ve duyum. Kişiliğin hisseden kısmının düşünen kısmının zıt kutbunda olduğunu söyledi ve bir kısım çalıştığında neredeyse her zaman diğerini bastırdığını öne sürdü. Duyguların entelektüel bir fikirden ayrılmasıyla gerçekleşen, "entelektüelleştirme" savunmasından bahsetmemiz bununla ilgili bir şeyler bildiğimizi gösterir. Duygular düşünceden ayrıldığında bunun tersi olur. Literatürde bu savunma için bir kelimeye rastlamadım ama bu aynı derecede yaygındır. Klinik deneyimimde, entelektüelleştirme savunma mekanizmasına neredeyse her zaman karşıtı eşlik eder. Ben düşünceden kopuk duygulara "duygusallaştırma" (sentimentalization) diyorum. Alıntılanan bölümde Maugham bunun ipucunu verir. Birisine karşı bir hissin varsa o zaman sonuç duygusaldır, oysa biriyle ilgili bir hissin varsa bunun gerçek olduğunu hissedersin.

Gerçek duygu bilgiyle desteklenir. Bu ikisi arasındaki fark çok büyüktür ve psikoterapistler için çok önemlidir.

Jung ayrıca duyu ve sezgiyi birleştirir. Sezgi, yaratıcı içgörüyle ve duyum da şehvetli dokunuşla yakından bağlantılıdır: Biri diğerini bastırabilir.

Melanie Klein ve Fairbairn ayrıca, dilleri Jung'unkinden farklı olsa da benliğin her bir parçasının kendi başına küçük bir kişilik olduğundan bahsetmişlerdir. Melanie Klein, benliğin inşa edildiği temel yapıtaşlarından oluştuğunu söyler: Penis ve vajina, ağız ve meme ucu, çocuk ve ebeveyn, çocuk ve kardeşler. Bu parçalar bir araya gelecek şekilde oluşmuştur.

Melanie Klein ve Jung, kişiliğin bu parçalardan oluştuğuna ve benliğin varlığına yerleşik önyargılar olduğuna ve dünyamızın çeşitli insanlarının bu farklı parçaları simgelediğine inanır. Temas ettiğimiz herhangi bir kişinin duygusal karakter yapısında hiçbir şekilde payımız olmadığını asla söyleyemeyiz. Hitler, Idi Amin veya Myra Hindley gibi korkunç insanlardan ya da Socrates ve Kierkegaard gibi aşırı cesur ve kahramanca erdemli insanlardan da söz etsek bu böyledir.

Eylemin kaynağı olarak her biri bir eylem kaynağı olan birçok parçadan oluşan öz teorisi için hangi kanıtlar mevcut? Kanıtlar o kadar iyi değil ancak bazıları hipnotizma tarafından sunuluyor. Hipnotistin hastanın topyekun muhalefeti karşısında başarılı olamadığı iyi bilinir ancak hipnotize edilen birey, hipnotistin talimatı altında, hipnotize edilmemiş durumda istediklerine aykırı olabilecek şekilde hareket eder. Bu nedenle, bir başkasının önerisiyle hareket eden, hipnotizmacının yönetiminde başka bir kişilik (Jung'un terminolojisinde bir kompleks) vardır. Bunu daha ileri götürebilir ve bir kişinin diğerine telkin edilebilirliğine bakabiliriz. Bunun, telkin edenle aynı fikirde olan bir kişiliğin varlığına başvurmak dışında nasıl açıklanabileceğini görmek zordur.

Diğer kanıtlar, yarattıkları karakterlerin kendilerine ait bir hayatları olduğunu sık sık dile getiren kurgu yazarları tarafından sağlanır. Elbette bu karakterler yazardan geliyor; onlar yazarın içinde, yazarın bir parçası. Bu bizi ikinci Maugham alıntısına geri getiriyor: "Yazarın olayı, onun bir kişi değil, çok kişi

olmasıdır." Graham Greene, insan deneyiminin kaosundan anlam çıkarmak için yazdığını söyler. Sanırım içteki kaosu kasteder; kendi içindeki parçaları bir araya getirmeye çalışır.

'Ben'in içsel kişiliklerle ilişkisi

Şimdi biraz egonun içsel kişiliklerle ilişkisinden bahsetmek istiyorum; sadece 'ben' diye adlandırmayı tercih ediyorum. Bir keresinde, çocukken annesinin yaptığı bir kutu bisküviyi silip süpürdüğü zamanı anlatan bir hastam vardı. Başka bir seferinde de annesi biraz şekerleme yapmıştı, o zaman da hepsini yemişti.

Bu noktada onunla bu açgözlü Greedy Gobbler* hakkında makul bir konuşma yaptım. "Evet, gerçekten yiyip bitiren biriydim. Her şeyi yutuyordum" dedi. Bunun üzerine sözlerimi sık sık benzer şekilde yiyip yuttuğunu söyledim. Gülerek onayladı. "Ah, evet, muhtemelen yapıyorum ama kesinlikle sorun etmiyorsun." Yanlış olan tek bir şey vardı, sorun ediyordum.

Ertesi gün bana, sevebilmek için önce güvenmek gerektiğini düşündüğünü söyledi. Hafta başında ona böyle bir şey söylemiştim, bu yüzden ona iki gün önce söylediklerimi bana tekrarladığını hatırlattım. Net bir şekilde öfkelendi ve bunun her zaman bildiği bir şey olduğunu söyledi. Açıklığa kavuşturmayı amaçlayan bir konuşmayla bu "yiyip yutan" kişinin, net ve iyi bir şekilde suç üzerinde yakalandıktan sonra kendi doğasını gizlemek için her şeyi yaptığını söyledim. Hasta terledi ve bir daha beni görmek istemediğini söyledi ancak gelmeye devam etti. Burada belirtmek istediğim nokta, hastanın bir gün yiyip yutucu hakkında duygusal olarak kopuk bir şekilde konuşması (burada beyancı kişiliğinde) ve ertesi gün ise bu yiyip yutucu karakteri içine girmesi.

Psikoterapi deneyimime göre, bir hasta kendisinin bir yönü hakkında konuştuğunda, bu onu bir dahaki sefere gördüğü-

---

* Greedy Gobblers bir masa oyunu. Oyunda amaç, tüm damlacıkları yemek. (ç.n.)

nüzde, size o yönü sunacağına dair neredeyse bir uyarıdır. Bu neredeyse her zaman böyledir. Bir oyunun yapımcısının, "Bir sonraki perdede böyle olacak" demesi gibi.

Yiyip yutucu hikayesi, önce bir kişilikte, sonra diğerinde rol alan "ben"in bir örneğidir. Epey farklı iki şekilde hareket ettiğimizi görmekten asla hoşlanmayız. Utanç, benliğimizin bütünleşmemiş kısımlarını fark ettiğimizde yaşadığımız duygudur. Bunun nedeni, içimizde meydana gelen (var olmaya devam ettiğimiz) bu tür uyumsuzluklarla sonuçlanan eylemler için belli sorumluluklar taşıdığımızın farkında olmamızdır. Bu birincil. İkincil olan ise toplumda insanlarla iyi geçinmek ve saygı görmek istiyorsak, açgözlü değil, ilgili olduğumuzu göstermemiz ve sonuç olarak umursamaz bir şekilde hareket ettiğimiz zamanlarda bunu saklamamızın gerekmesidir. Utanç, narsisizmin belirli yönleriyle yakından ilişkilidir çünkü narsisistik akımların egemenliği altında olduğumuz ölçüde hepimizin yaptığı bir şey, belirli eylem kaynaklarını saklamaktır. Psikoterapinin görevlerinden biri de bunları bulmaktır.

Son birkaç yıl içerisinde önemli bir görev için doğru kişiyi bulmak adına büyük çaba sarf eden birkaç kuruluş fark ettim, bir yıl içinde buldukları kişinin buna uygun olmadığı anlaşıldı. Ayrıntılı görüşmelere ve benzeri uygulamalara rağmen, bu insanların kişiliklerinin açıkça önemli yönleri gizli kalmıştı.

Bir zamanlar, benimle konuşurken söylediklerime katılan birine rastladım ama bakış açısı benimkinden epey farklı olan biriyle konuşurken de tamamen o kişiyle aynı fikirde oluyordu. Bu tür davranışlar, faaliyet gösteren çeşitli farklı kişiliklerden (tam bir ayrılık durumu) kaynaklanır ve genellikle insan topluluğunda çok fazla kafa karışıklığına neden olur.

Kendinizden bir parçayı reddederseniz, diğer insanlarda o yönün kurbanı olursunuz. Diyelim ki içimde aşırı derecede kıskanç olan bir parçam var ve onu reddediyorum. Bu yine de işlemeye ve başkalarına karşı davranış biçimimi etkilemeye devam eder. Benim için klasik hilelerden biri, aşırı derecede kıskanç biriyle bağlantı kurmam olur. O kişi benim reddettiğim bu parçamı taşıyabilir ama sonra sürekli olarak bunun et-

kilerine maruz kalırım. Paradoks şu ki kıskanç yanıma sahip çıkıp "Evet, bu yanımla ilişkideyim; bu bana ait, sana değil" diyebildiğim anda kıskançlık azalır. Yıkıcı yön, kıskançlıktan çok, onun reddedilmiş olması gerçeğinde yatmaktadır. Aslında, işlerimi yönetmek için belirli bir miktarda kıskançlığa ihtiyacım vardır.

Genel tabirle, önce bir sonra diğer bir iç kişiliği tarafından yönetilen kişileri "zayıf" olarak tanımlarız. Oysa "güçlü" kişilikler, "ben"in tüm parçalarda ve birlikte uyum içinde hareket ettiği kişilerdir.

Üçüncü Bölüm

Narsist Seçenek

Bu bölümde psikolojik bir gerçekliği kavramaya çalışacağız. Böyle bir gerçekliğin kavranmasının zor olması, onu kolayca tanımlanabilen bir şeyden daha az gerçek yapmaz ve gerçekliğinin farkında değilseniz, sonuçları felaket olabilir. Bana yıllar önce felsefe öğretmiş bir profesör şu benzetmeyi yapardı: Sisli bir havada karşıdan gelen bir arabanın ana hatları belirsizdir ama o anda da araba, parlak güneş ışığında olduğu kadar gerçektir. Aynı zamanda daha tehlikelidir çünkü arabayı görmezseniz sizi ezebilir. Bu açıklamanın ardından bir metafor gelir; gerçeğe işaret eder ama gerçeğin kendisi değildir. Gerçeklik ancak kişisel bir psişik eylemle kavranabilir.

Psikanalitik literatürdeki tüm teorik modellerde narsisizm, ego kendini erotik nesne olarak aldığında ya da klasik Freudyen terminolojiyle ifade edersek, libido kendi benliğini aşk nesnesi olarak aldığında ortaya çıkar. Daha önce bahsettiğim ihmal/atlama ilkesine dönecek olursak, yakalamaya çalıştığınız gerçekliğe dair bir ipucu veren genellikle belirtilenden ziyade söylenmeyenlerdir. Burada, libido ya da ego, kendi benliğini erotik nesne olarak aldığında narsisizmin ortaya çıktığına dair bir ifademiz var. Bu da bir alternatifin olduğunu gösteriyor; bu kulağa bariz gelebilir ancak bu alternatifin nadiren net bir şekilde üzerinde duruluyor. Egonun nesne olarak alabileceği kendisinden başka ne olabilir? Man-

tıksal olarak, Narkissos kendi yansımasına aşık olabiliyorsa, bunun alternatifi başka birine aşık olabilmesidir.

Doğumda hatta doğumdan önce, yeni organizmanın bir amacı vardır: Hayatta kalmak. Ancak ek bir amacı daha vardır. Bu sadece hayatta kalmaktan daha fazlasıdır çünkü bir organizma öldüğünde, onu oluşturan madde (et, kemik vb.) hayatta kalır. Maddenin yok edilemeyeceği bir fizik yasasıdır; basitçe diğer yığılmalara ayrışır. Bu nedenle organizmanın ek amacı, canlı bir varlık olarak hayatta kalmaktır. Bir şeyin canlı olmasından bahsettiğimizde ne demek istiyoruz? Cansız madde ile canlı madde arasında nasıl bir ayrım yapıyoruz? Pazar günü yediğin bir parça jöle ile amip arasındaki fark nedir? Henri Bergson (1919) (bu arada, Freud'la hemen hemen aynı zamanda doğup ölmüştür) yaşamı, madde üzerinde hareket etme eğilimi olarak tanımladı. Bir canlı hem çevreye tepki verir (çevre tarafından şartlandırılır) hem de çevre üzerinde hareket eder. Yaşamın içinde bir başlatıcı eylem kaynağı vardır. Bu tanım, uyaran-tepki psikolojisi diyebileceğimiz şeyin aldığı pozisyona (Skinner'in aldığı pozisyon) karşıdır.

Sıradan bir deyişle, birinin kesinlikle ölü olduğundan bahsetmek epey yaygındır ve aynı sosyal sistemlerin can çekişmesinden de söz ederiz. Açık şekilde mecazi olarak konuşuruz, peki ne demek istiyoruz? Kişinin kişisel amaca yönelik davranıştan yoksun olduğunu, duygusal inisiyatiften yoksun olduğunu, sosyal çevresinde yaratıcı bir şekilde hareket etme kapasitesine sahip olmadığını kastediyoruz. Böyle bir insan her gün yemek yemenin yolunu, gece yatağına gitmenin yolunu bulur, yani onu fiziksel olarak hayatta kalmanın ötesine taşıyan bir tür girişimden bahsediyoruz.

Birinin hayatta olduğunu söylediğimizde onlarda, sosyal çevrelerinde değişiklik yaratmak için başlatıcı kapasiteye sahip olduklarını kastediyoruz; etraflarındakilerin duygusal tepkilerini ve aktivitelerini değiştirme yetisi vardır. Bir şeyleri organize etmek için acele eden türden bir insandan bahsetmiyoruz. Daha derin bir seviyedeki aktiviteden bahsediyoruz. Çoğumuzun bildiği gibi, meşgul ve aceleyle dolaşan birini tedavi ediyorsanız, çoğu zaman o kişinin içinde ölü olduğunu

görürsünüz. Bir keresinde egzotik, aktif yaşam süren ve dünyayı dolaşan, her türden şaşırtıcı projede yer alan bir kadını analizde ele almıştım ancak analiz ilerledikçe, onun içten içe öldüğü ve yaşamaya devam edebilmek için kendisini heyecan verici durumlara dahil etmeyi sürdürmesi gerektiği ortaya çıkmıştı.

Yaratıcı eylemi başlatma

Şimdi yaratıcı eylemin başlamasını ve böylece sosyal ortamda yaratıcı bir tepki üretilmesini gösteren birkaç örnek vermek istiyorum. Önce Tolstoy'un Anna Karenina'sından kısa bir bölümden ve ardından Graham Greene'in otobiyografisi *Ways of Escape'in (Kaçış Yolları)* (1980) ikinci cildinden.

> Kitty ve Levin'in sonunda Levin'le evlenmesinden yaklaşık üç ay sonra, kardeşi Nikolai'nin eski metresinden Nikolai'nin ölmekte olduğunu söyleyen bir mektup aldığını hatırlarsınız. Kitty mektubu ona verir. Levin okur ve sıkıntılı görünür.
>
> "Ne oldu? Sorun nedir?"
>
> "Ağabeyim Nikolai'nin ölümün eşiğinde olduğunu yazıyor. Ona gitmeliyim."
>
> Kitty'nin yüzü bir anda değişti. Dolly'yle ilgili tüm düşünceleri kayboldu.
>
> "Ne zaman gideceksin?" dedi.
>
> "Yarın."
>
> "Ben de seninle geleceğim, olur mu?"
>
> "Kitty! Yok canım! Nasıl bir fikir" dedi sitemle.
>
> "Ne demek istiyorsun?" diye sordu, önerisi karşısındaki isteksizliği ve can sıkıntısı onu incitmişti.
>
> "Neden gitmeyeyim? Senin işini zorlaştırmayacağım. Ben..."

"Ben gitmeliyim çünkü kardeşim ölüyor" dedi Levin. "Ama seṇ neden gelesin ki..."

"Neden mi ? Seninle aynı sebepten."

Levin, "Benim için böylesine ağır bir anda bile, sadece burada yalnız başına olmanın ne kadar sıkıcı olacağını düşünüyor" diye düşündü. (s. 514)

Bu kesinlikle narsist düşüncenin tipik bir örneğidir. Bu roman çeşitli şeyleri incelerken, temelde narsisistik durumu inceler, Kitty ve Levin ise bu romandaki en az narsist çifttir. Oblonsky ve Dolly onlardan biraz daha ve Anna ve Karenin de kesinlikle narsisizme kapılmış durumdadır. Yine de Levin'in düşünme şekli, ("Sadece bunun onun için ne kadar sıkıcı olacağını düşünüyor") ona atfettiği aşağılayıcı, küçümseyici güdü tipik olarak narsisttir.

"Bu mümkün değil" dedi sertçe.

"Sana söylüyorum. Sen gidersen ben de seninle geleceğim. Kesinlikle" dedi kızgın bir aceleyle. "Neden mümkün değil? Sana mümkün olamaz dedirten nedir?"

"Çünkü oraya nasıl gideceğimi ve ne tür hanlara dayanmam gerektiğini Tanrı biliyor. Bana engel olursun" dedi Levin sakin olmaya çalışarak.

"Hiç de bile. Hiçbir şey istemiyorum. Sen nereye gidebilirsen, ben de gidebilirim."

"Eh, sırf ilişki kuramadığın o kadın orada olduğu için."

"Kimin orada olduğunu ve ne olduğunu bilmiyorum ve bilmek de umurumda değil. Kocamın erkek kardeşinin ölmek üzere olduğunu ve kocamın ona gideceğini ve benim kocamla birlikte gideceğimi biliyorum."

"Kitty! Kızma! Ama biraz düşün, bu o kadar

ciddi bir zaman ki içine zayıflığını, yalnız kalmaktan hoşlanmamanı katman gerektiğini düşünmeye dayanamıyorum. Yalnız hissetmekten korkuyorsan, bir süreliğine Moskova'ya git!" (s. 514-5)

Levin olumsuz düşünceyle ortaya çıkıyor ve bu önemli. Anna, Karenin ve Vronsky ile ilgili aynı şekilde ruminasyon yapar ancak ne düşündüğünü söylemez.

"İşte, bana her zaman aşağılık, aşağılık güdüler yüklüyorsun!" İçerleme ve öfke gözyaşları akmaya başladı. "Ben bunu kastetmedim, bu zayıflık değildi, değildi... Kocamın derdi varken yanında olmak istiyorum ama sen beni kasten incitmek istiyorsun, anlamak istemiyorsun...."

"Hayır, bu korkunç! Böyle bir köle olmak" diye haykırdı Levin, sinirini daha fazla tutamayarak ayağa kalktı.

Ama aynı zamanda kendi kendine saldırdığının farkına vardı.

"O zaman neden evlendin? Özgür olabilirdin. Pişmansan neden yaptın?" dedi Kitty ve salona kaçtı.

Peşinden gittiğinde onu ağlarken buldu.

Onu vazgeçirmek için değil, sadece sakinleştirmek için kelimeler bulmaya çalışarak konuşmaya başladı. Ama Kitty onu dinlemeyecek ve argümanlarından hiçbirini kabul etmeyecekti. Onun üzerine eğildi ve ona direnen elini tuttu. Elini öptü, saçını öptü, elini tekrar öptü, yine de sessiz kaldı. Sonunda, yüzünü iki elinin arasına alıp "Kitty" dediğinde birden kendini toparladı ve birkaç gözyaşı daha döktükten sonra barıştılar.

Ertesi gün birlikte gitmeleri kararlaştırıldı. (s. 515)

Levin'in Kitty'ye yüklediği güdülerde narsist tutum açıktır ancak önemli olan nokta, Kitty'nin onun hakkında söylediklerini kabul etmeyecek olmasıdır. Konuşur ve buna tahammül etmez. Karenin ve Anna'ya bakarsak onlar birbirlerinin bu yönünü sürekli pekiştirir. Kitty küsebilir ve Dolly ile olmak için Moskova'ya gidebilirdi ama gitmedi. Sosyal çevre üzerinde yaratıcı bir etki yaratma kapasitesine sahipti. Bildiğimiz gibi Kitty, Levin ile gider. Yaptığı şeyin Levin tarafından çok beğenildiği epey açıktır. Nikolai'yi en kötü koşullarda bulurlar. Kitty odayı temizler ve Nikolai'yi rahatlatır, ki bu onun çok takdir ettiği bir şeydir. Sonunda Nikolai ölür. Sanırım bu aşamada Kitty ve Levin gerçek anlamda evlenmiş olurlar. İnsanlar sunak korkuluklarında, nüfus müdürlüğünde veya herhangi bir yerde evlenebilir ancak çoğu zaman asıl evlendikleri yer bu değildir: Evliliğin gerçekten gerçekleşmesi veya başarısız olması için sıklıkla bir kriz gerekir.

İkinci örnek, Graham Greene'in (1980) sanat eleştirmeni Herbert Read'den (Jung'un tüm eserlerinin düzenlenmesinde önemli bir rol oynamış biri) bahsettiği otobiyografisinin ikinci cildinden geliyor. Graham Greene şöyle yazıyor:

> Herbert Read ile tanışmam kesinlikle hayatımda önemli bir olaydı. Tanıdığım en kibar adamdı ama bu, neslinin en kötü deneyimlerinde test edilmiş bir nezaketti. Batı cephesinde Askeri Haç ve DSO'yu kazanmış olan genç subay, Robert Bridges'in *The Spirit of Man (İnsanın Ruhu)* antolojisini, Platon'un *Devlet*'ini *ve Don Kişot*'u tüm bu çamur ve ölüme yanında götürmüştü. Kendisinde hiçbir şey değişmemişti. Yirmi yıl sonra, insanlarla dolu bir odaya giren ve girişini fark etmeyeceğiniz aynı adamdı. Sadece bir tartışmanın tüm atmosferinin sessizce değiştiğini, bir konuğun diğeriyle ilişkilerinin bile değiştiğini fark ederdiniz. Artık insanlar etki amacıyla konuşmazdı. Ne olduğunun açıklaması için etrafa baktığınız zaman, onu orada görürdünüz; bütünlüklü bir deneyimden doğmuş tam bir

dürüstlük odaya girmiş ve kendine bir sandalye çekmişti. (s. 39)

Herhangi bir değerle tanımladığımız insan eylemindeki bir farklılaşmadan bahsediyoruz. Kitty'nin eylemine bir değer atarız. Beyni hasarlı bir kişiden sadece bir sebze gibi bahsettiğimizde, onun insan hayatı yaşamadığına hükmederiz. Bir psikoterapist için sosyal çevreyi yaratıcı bir şekilde şekillendirme kapasitesi çok önemlidir.

Reddedilen nesne: Can veren ("lifegiver")

Margaret Mahler, bir bebek fiziksel olarak doğduğunda bunun, mutlaka psikolojik veya duygusal olarak doğduğu anlamına gelmediğinin altını çizmiştir. Duygusal doğum bir seçime dayanır. Narsisistik durum, birinin kendini aşk nesnesi olarak aldığı bir durumsa, o zaman soru şudur: Alternatif nesne nedir? Seçilebilecek başka bir nesne vardır ve bu alternatif nesne, seçilirse, başlatıcı eylemin kaynağı olur ve bunun üzerine kişinin eylem kaynağı olma kapasitesi yatar.

Kendi gözlemlerimizden ve çocuklar üzerinde yapılan çalışmalardan, bebeğin beslenmek için bir nesne, meme aradığını biliyoruz. Bebek ayrıca annenin kollarını ve fiziksel tutuşunu arar. Ama nesne nedir? Bebeğin aradığı sadece süt değildir. Bebeğin memeyi ve memenin rahatlatıcı yönünü, annenin beslemesi, öpmesi, tutması vb. ile aradığını söyleyebilirsiniz. Oysa sonra, kişinin daha sonraki yaşamında, ergenlik sonrasında ne aradığı sorulmalıdır. Yön kendine değilse neye yöneliktir? Bebeğin memeyi veya anneyi aradığını söylemek yanlış olur. Bu memedir ama aynı zamanda meme değildir. Annedir ama aynı zamanda anne değildir. Bunun yerine, memeyle, anneyle veya sonraki yaşamda diğer kişiyle ilişkilendirilen duygusal bir nesnenin varlığını varsaymak gerekir; kişinin kendisini aramaya alternatif olarak aradığı diğer nesnededir. Duygusal olarak canlı olmak, yaratıcı duygusal eylemin kaynağı olmak anlamına geliyorsa, bu nesneye bir dönüş olmalı ve bu nesne kabul edilmelidir. Ben bu nesneye

"can veren" diyorum. Başka bir şey de denebilir ama benlikten farklı ve kendisine karşı olan nesneyi, egonun seçebildiği bir nesneyi belirtmek için bir terime ihtiyaç vardır.

Can verenin doğası nedir? Bir meme, bir penis, bir vajina, benlik, analist veya terapist ile ilişkili olarak konumlanmış psişik bir nesnedir. Kendi içinde bu birincil döllenme ve yetiştirme nesnelerinden biri olmamakla birlikte onlardan ayrı bir varlığı yoktur.

Yaratıcı eylemden bahsettiğimde manipülasyonu kastetmediğimi vurgulamak isterim. Manipülasyon, birini yapmasını istediğiniz şeyi yapması için zorlamaya çalışmaktır. Yaratıcı duygusal eylemde tepki serbesttir; bu, Levin ve Kitty ile ilgili o bölümde, tüm duygularının açığa çıkması dışında net olmayabilir. Anna ve Karenin ile ilgili bazı bölümlere bakarsanız, söze dökülmeyen her türden canice olumsuz duygulara sahip olduklarını görürsünüz. Herbert Read örneğinde Graham Greene, Herbert Read odaya girdiğinde insanların birbirleriyle ilişki kurma biçiminde bir değişiklik olduğunu söylüyor. Bu kendiliğinden gelişen bir yanıttı, zorlandıkları bir şey değildi. Özgür tepkiyi destekleyen yaratıcı eylem ile manipülasyonu ayırt etmek çok önemlidir.

Hepimizin içinde salt hayatta kalmaktan daha fazlasını talep eden bir yer var. Burada (derslerde) neredeyse hepimiz psikoterapi gördük. Bu memnun olmadığımız, daha fazlasını istediğimiz anlamına gelir. Büyük bir felaket gerçekleşseydi, Sidney'e bir nükleer bomba atılsaydı ve biz hayatta kalmayı başarsaydık, psikoterapiye gitmek yerine hayatta kalma mücadelesi veriyor olurduk. Ama 2 bin 500 yıl sonra felaketten kurtulduğumuzda, yine hayatta kalmaktan fazlasını istiyor olabiliriz. İçimizde pasif alıcılardan daha fazlası olduğumuza dair bir arzu vardır.

Harold Searles (1975), "The Patient as Therapist to His Analyst" (Analistine Terapist Olan Danışan) adlı çok iyi bir makalesinde, herkesin içinde iyileşmeye ihtiyaç duyan bir yan olduğunu söylüyor. Başka bir deyişle, diğerini değiştirmeye ve onu belli bir şekilde değiştirmeye ihtiyaç var. Psikoterapist olmuş bizlerin, insanlığın içindeki genel bir ihtiyaçtan

yararlandığını söylüyor. Annesinin bir şekilde rahatsız, hasta olduğunu algılayan bir bebek için bunun büyük bir sıkıntı olduğunu söylüyor. Böyle bir durumda bebek, onu iyileştirmeye çalışır. Hasta bunu, terapisti veya analisti iyileştirmeye çalıştığı terapötik durıma taşır.

Kitty'nin, Levin'in ona kötü güdüler atfetmesini reddederek yaptığı şey, onunla ilgili olarak iyileştirici bir eylemdi çünkü onun sahip olduğu narsist aşağılayıcı tutuma aykırıydı.

Nihayetinde (ve Searles bunu söyler) bu dış şifa arzusu, içsel görevin, kendimizin farklı parçalarını birlik haline getirme görevinin bir sembolüdür. Psikologlar motivasyon ve duygu arasındaki bağlantıya dikkat çekerler. Bu, iyileşmenin gerçek yeridir. Bu, duygusal görevdir. Bir psikoterapist olarak, kendi içinizdeki o şey için endişeleniyorsanız, birinin sadizmi, kıskançlığı veya eşcinselliği hakkında yorum yapamayacağınız bir gerçektir. Bu yapılamaz. Süpervizyonun her zaman bir sınırlaması olmasının nedeni budur.

İçimizdeki farklı parçalar birbiriyle bağlantılı olmadığında yaratıcı eylemin kaynağı olmak imkansızdır. Parçalar ancak narsist seçeneğin aksine can veren tercih edilirse uyum sağlamaya başlar. Narsist seçenek, bir birlik görünümüne yol açar ancak altında ayrılık vardır. Formülasyon farklı olsa da bu Winnicott'un bahsettiği gerçek benlik ve sahte benlik çizgisindedir. Narsisistik durumdaki kişi, aslında öyle olmadığı halde tutarlı bir şekilde hareket ediyormuş gibi görünmek için çok fazla enerji harcar.

Can vereni tanımlamak

Şimdi can verenin ne tür bir nesne olduğu sorusuna dönmek istiyorum. Bir benzetme olarak, çoğumuz arkadaşlığın bir gerçeklik olduğu konusunda hemfikiriz; gerçek insanlara ayrılmaz bir şekilde bağlı bir gerçeklik. Bir arkadaşlıkta taraflardan biri öldüğünde, arkadaşlık biter ama gerçekten biter mi? İki olasılık vardır. Ölen çok iyi bir arkadaşım olsaydı ve size her gece onunla konuştuğumu söyleseydim, muhtemelen "Neville kafayı sıyırıyor" derdiniz. Öte yandan arkadaşım

öldüğünde bu işin artık bittiğini, ortada bir şey kalmadığını söylesem, yine beni biraz tuhaf bulurdunuz. Aklıma bir şairin dizeleri geliyor:

Söyle bana aşk nasıl gelir?
Aranmadan, gönderilmeden gelir.
Söyle bana aşk nasıl gider?
O giden aşk değildi.

Arkadaşlık, iki insanda var olan psikolojik bir gerçekliktir ancak yine de tamamen onların içinde değildir. Can veren bu türden bir nesnedir. Bir memeden, bir anneden, bir vajinadan, bir penisten, bir babadan bağımsız olarak var olamayan psişik bir nesnedir. Başka bir benzetme olarak, "şekil" kelimesini alın. Bir şekil, onu şekillendiren malzeme dışında var olamaz ancak malzemenin kendisi de değildir.

Dostluğun insan mutluluğunun temel bir bileşeni olduğunu söyleyebileceğimiz gibi, can verenin gerçek ve zihinsel yaşamımız için esas olduğunu da söyleyebiliriz. Asıl soru şudur. "Can veren nasıl var olur?"

Benliğin Kasıtlılığı

Daha önce, benliğin kasıtlı özünün, can veren adını verdiğim bu nesneye karşı dönebildiğini söylemiştim. Onu reddedebilir, ona sırtını dönebilir. Psikanalitik teorisyenler açısından, muhtemelen burada Fairbairn'e (1976) diğerlerinden daha yakınız. Egonun "Bu nesneyle hiçbir işim olmayacak" diyebileceğini ancak hayatta kalma içgüdüsü nedeniyle benliğin onu tamamen reddetmesinin imkansız olduğunu söyledi. Kişi, can verenin duygusal yaşamın ve aynı zamanda biyolojik hayatta kalmanın kaynağı olduğunu kabul ederse, o zaman benlik asla tam bir yadsımayı gerçekleştiremez ve böylece benliğin bir parçasının can verene karşı dönmesiyle bir bölünme meydana gelir. Can veren benliğin içine alındığında, benliğin kendi doğasının bölünmesi ve reddedilmesi meydana gelir, bu da ilişki karşıtı bir pozisyonun alınmasına neden olur. Bir şekilde bir mahkumun "Bu hapishane gardiyanlarıyla hiçbir işim olmaz" demesine ancak yemek alabilmek gibi şeyler için onlarla iletişim kurması gerekmesine benzer.

Can verenden bu uzaklaşma, narsisizmin özünü oluşturur. Narsisizm bir kısımda veya başka bir kısımda değil, benliğin bir kısmının diğerleriyle ilişki kurma biçimindedir. Bu, birinizin beni gücendirmesi, benim de kendi kendime, "Onunla bir daha konuşmayacağım" dememe benzer. Aslında seninle konuşmak zorundayımdır çünkü sürekli buluşuyoruzdur, bu

yüzden kendi kendime, "Onunla konuşacağım, ona gülümseyip kibar olacağım ama kalbimde onunla işim tamamen bitti" diyorum.

Can veren, seçilerek oluşur (biraz arkadaşlığın iki kişinin birbirine yanaşmasıyla oluşması gibi). Renk belki daha kullanışlı bir benzetmedir. Bildiğimiz gibi, renk sadece onu gördüğümüzde oradadır. Göz ve beyin, ışık dalgalarını renklere dönüştürür, örneğin mavi renk kırmızıdan farklı frekanstadır, vb. Renk algısal bir eylemle var olur. Seçenek, can vereni var eder. Paradoks, onun bağımsız bir varoluşa sahip olması ama yine de tercih edilmeden var olmamasıdır.

"O kişiyle konuşacağım çünkü zorundayım ama kalbimde onunla hiçbir işim olmayacak" dediğim duruma dönersek bu, sunulmuş benliğimi kendi kalbimden (düşündüklerimden, arzuladıklarımdan) ayırabileceğimi gösteriyor. Böyle bir ayrılma olduğunda, içsel kişi aşırı derecede savunmasız ve hassastır. Bu nedenle, böyle bir kişinin, kendi için süreci tersine çevirebilecek herhangi bir durumda sebat etmesi çok zordur.

Bir zamanlar İngiltere'deyken Ulusal Sağlık Servisi'nde gördüğüm bir hastam vardı. Londra'da sağlık hizmetlerindeki psikodinamik psikoterapi açıklığının sayısı azdır. Sonuç olarak, durumu kötü olan insanlar bu tür psikoterapiyi almakta büyük zorluk çekerler. Bu hasta benim çalıştığım kliniğe sevk edilmişti. İlk görüşmeden itibaren benden hoşlanmadığı çok açıktı. Ancak kendi kendine, "Bu adamla işimi en iyi şekilde yapmalıyım. Hastayım ve iyileşmeye kararlıyım" dedi (sanırım). Bu karar onun için sağlıklı bir adımdı ve bence narsisizmi reddetmesinin başlangıcıydı. Çaresiz olması ve içinde sağlıklı bir mücadele olması önemliydi.

Bu, bir kadının beni görmeye gelip bana görmek istediği farklı psikoterapistlerden bahsettiği ve onun için hiçbir zaman boş yerlerinin olmadığını söylediği başka bir olayla tezat oluşturuyordu. Bende ona "Pazartesi sabahları saat onda boş musun?" diye sordum (cumaydı). Bana boş olduğunu söyledi, ben de "Bu pazartesi başlamaya ne dersin?" dedim. Kabul etti ama hiç gelmedi. "Hayat bana karşı adil değil" modunda kaldı. Onu görmek isteyen bir psikoterapist olmadığı şikaye-

tine bağlıydı. Can vereni küçümsemişti: Fırsat kendini sunduğunda onu küçümsemişti.

Bu, can verene karşı dönme, kendine karşı dönmedir. Hayat büyüme potansiyelidir. Mistikler ve spiritüel yazarlar ya ilerlersiniz ya da gerilersiniz, derler, yerinizde duramazsınız. Asla, "Heh, şimdi hedefime ulaştım ve hayatımın geri kalanında burada kalabilirim" diyemezsiniz. Psikanalist Wilfred Bion, birisinin "orta yaşa yerleşmesinin" çok önemli bir gün olduğunu söyledi. Seçim her zaman bireyin karşısına çıkar.

Can verenden uzaklaşmanın kaynağı

Narsist kişi, can verene sırtını dönmüş kişidir ve bence bu, bebeklik döneminde erken ortaya çıkar. Çok erken evrede, anne bebeğe yiyecek, içecek ve barınak kaynağıdır ve bebek tamamen ona bağımlıdır. Bebeğin anneyle yakın bağı Frances Tustin (1972) tarafından çok iyi anlatılmıştır. Bir ayrılık veya aksama meydana geldiğinde, bebek anneden uzaklaşarak ve kendi içine dönerek tepki verebilir. Vurgulamak istediğim şey, çocuksu tepkide kasıtlı bir unsur olduğu.

Bunu Londra'daki Tavistock Kliniği'nde bebek gözlemi yapan birkaç kişiyle tartıştım. Bana, bebeğin şu ya da bu şekilde gitme seçeneğinin olduğu bazı durumların, erken bebeklik döneminde meydana geldiğine ikna olduklarını söylediler: Bazen bir yol seçilir, bazen başka.

Okul fobisine sahip ve davranışları aşırı derecede suça eğilimli olan sekiz yaşındaki bir çocuğun psikoterapisinden bir örnek vermek istiyorum. Psikoterapi odasının dört bir yanına su fırlatır, terapistin onun için çıkardığı oyuncakları yok eder, yere idrarını yapar, psikoterapistin eteğini kaldırmaya çalışır, odadan çıkmak için pencereleri kırmaya çalışırdı vb. Psikoterapistin yapabileceği tek şey sınırlar çizmekti: İzin vermeyeceği bazı şeyler vardı. Terapide yaklaşık altı ay sonra, bir tatilden kısa süre önce çocuk bir parça kağıt ve bir kalem aldı ve gözlerinden iki yaş akan bir yüz çizdi. Altçenede iki küçük diş olduğu için bu açıkça bir bebek yüzüydü. Resmi yıldırım hızıyla çizdi ve sonra hemen her zamanki alaycı ve yıkıcı dav-

ranışına geri döndü. Psikoterapist resmin, yaklaşan ayrılıktan dolayı üzülen, alaycı bir kabadayı tarafından çabucak örtülen çocuktaki bebek olduğunu anladı. Çocuk ilk kez bir şey çizmek kadar yapıcı bir şey yapmıştı ve ilk kez yıkıcı davranışını bir dakikalığına da olsa durdurmuştu.

Bir sonraki seansta çocuk, psikoterapisti katılmaya davet ettiği bir oyun tasarladı. Bu oyunda psikoterapisti bir dükkancıya dönüştürdü ve birkaç nesneyi iki madeni para olarak adlandırdı. Bir tane uzatmak istedi ancak dükkan sahibinin kendisine tüm parasını, her iki madeni parayı da verirse bir ödül alacağını söylediğini söyledi. Dükkan sahibi onu kandırıyor olabileceğinden, bunun epey riskli olacağını söyledi. Tereddüt etti, sonra iki madeni parayı da vererek psikoterapiste baktı. Daha sonra odanın "ev" olarak adlandırdığı bir alanına geri döndü. Bekledikten sonra (daha önce hiç beklemediği veya duraklamadığı için bu bir başka ilk) dükkandan evine büyük bir kamyon dolusu mal aldı. Psikoterapist bana terapinin o günden sonra yön değiştirdiğini, daha sakinleştiğini ve uygarlaştığını söyledi.

Çocuğun vermek istediği madeni paralar, kendisinin içsel bir şekilde vermesini temsil ediyor gibiydi; bir risk, bir seçim. İşlerin kötü sonuçlanması riski vardı; bu can verenin bir seçimiydi. Çocuğun daha sakin ve daha az kaygılı olması açısından yararlı bir sonuç verdi. Terapi değişti ve bence bunun nedeni oyunda dramatize edilen şey. Daha önce bebeğin üzgün yüzünün çizilmesi, sonraki birkaç ay boyunca hakim olan daha sakin tavrın habercisiydi. Bu şekilde oyun, bazen rüyanın gördüğü işlevi gördü.

İnsanların iç dünyasından bahsettiğimizde bilinmeyen bir şeyden bahsediyoruz. Üçboyutlu dünyaya uygulanan zamansal ve uzamsal kategoriler yetersizdir, bu nedenle anlamamıza yardımcı olması için mitler yaratırız. Efsane olmaları onların doğru olmadığı anlamına gelmez, doğaları gereği analojik oldukları anlamına gelir.

Mitler, doğrudan bilemeyeceğimiz bir gerçeklik hakkında konuşma şeklimizdir. Filozof Immanuel Kant, numen ve fenomen arasındaki ayrımı yapar. Numen, hiçbir zaman doğ-

rudan bilemeyeceğimiz bir gerçektir, fenomen ise onun temas halinde olduğumuz tezahürüdür. Bir elektrikli ocağın üzerine bir tencere su koyarsanız ve birkaç dakika sonra yükselen buharı görürseniz, kendisini görmeden elektrikli ocağın sıcak olduğunu bilirsiniz.

Cassius'un efsanesi

Cassius adında genç bir adam taşrada kayboldu. Bir o yana bir bu yana dolaştı ama insan yerleşimine geri dönüş yolunu bulamadı. Öleceğinden korktu. Sonra bereketli bir çayıra geldi. Etrafında her türden tatlı meyvelerle dolu ağaçlar buldu ve güzel, berrak, köpüren suları olan bir kuyu gördü. Çevresinden o kadar memnundu ki medeniyete dönüş yolunu bulmaya çalışmaktan vazgeçti. Bütün günlerini çayırda dolaşarak, uyuyarak, yiyip içerek geçirdi. Meyveleri yediği anda yenileri olgunlaştı. Cinsel olarak bile huzurluydu: Ne zaman içinde cinsel istek uyansa, bir peri ortaya çıkıyor ve ona zevk veren her yeri okşuyordu. Sonra uykuya dalar ve peri ortadan kaybolurdu. Peri ona başka şekillerde de hizmet etti. Müziği özlediği zaman perisi onun için çeşitli enstrümanlarda güzel müzik çalardı. Edebiyat istediğinde, peri o serin bir çardakta uzanırken ona bir şeyler okurdu. Günlerini mutlu bir terk ediş içinde geçirdi ve kendisinin evrendeki en şanslı adam olduğuna inandı.

Cassius yaklaşık bir yıl çayırda yaşadıktan sonra bir sabah baş ağrısıyla uyandı ve peri bu konuda hiçbir şey yapamadı. Cassius, garip bir huzursuzluk hissetmeye başladı. Ne istediğini anlayamıyordu. Açıklıkta dolaştı, afiyetle yedi, içti ama tatminsizdi. Tam uyuyacakken, bir arkadaş istediğini fark etti. Narkissos efsanesini biliyordu, bu yüzden ertesi sabah gitti ve suda

kendine baktı fakat yine de yalnız hissetti. Bağırmayı, bir yankı duymayı bile denedi ama bu da hiçbir rahatlık sağlamadı. Ertesi gün uyandığında birini bulana kadar açıklıktan düz bir çizgide yürümeye karar verdi. "Kendimden sıkıldım" dedi. Geniş bir dereye gelinceye kadar yürüdü ve yürüdü ve derede, bir sandalda kürek çeken bir kız gördü. Ona seslendi ve kızın adını sordu.

"Benim adım Miriam" dedi kız.

"Lütfen bana doğru gel" diye seslendi. Böylece kız yanına kürek çekti. "Beni sandalına al" diye yalvardı. "Arkadaşın olmak istiyorum."

"Ama beni tanımıyorsun" dedi kız.

"Bana nerede yaşadığını söyle" diye yalvardı.

"Buradan çok uzakta yaşıyorum, Kendi yaptığım bir bahçede, büyük bir çabayla tek başıma. Bahçeyi sulamak için bu nehirden bir kanal yaptım. Her gün kalkıp çöl toprağına gübre koyuyorum. Kazıyorum ve tohum ekiyorum, buğdayı hasat ediyorum, tahılları öğütüyorum ve un yapıyorum. Her gün ekmek pişiriyorum. Meyve ağaçları yetiştiriyorum. Bir kestane ağacından bir keman yaptım: Reçineye batırılmış kenevirden teller yaptım. Bahçeyle ilgilendikten sonra keman çalıyorum. Sonra öğleden sonra yaptığım küçük evde bir sıraya oturur ve romanımı yazarım. Akşamları kendime yemek yaparım."

"Sana katılmama izin ver" dedi Cassius.

"Bahçemi inşa etmek için çok çalıştım" diye yanıtladı Miriam. "Ancak bana bir bebek verirsen gelmene izin veririm."

"Sana bir bebek vermekte bir sakınca görmüyorum" dedi Cassius.

"Sonra ben bebeğe bakacağım ve senin sabah erken kalkman ve toprağı gübrelemen gereke-

cek ve ekmeği pişirmen ve ben bebeğimizi beslerken bana keman çalman gerekecek."

"Bütün bunları yapabilirim" dedi Cassius neşeyle.

Miriam, "Sana söylemem gereken son bir şey var" dedi. "Bu taşra kanunu. Seni nehrin karşısına sandalımla geçirdikten sonra onu yakacağım. Bir daha asla açıklığına geri dönemeyeceksin ve onu sonsuza kadar kaybetmiş olacaksın."

Cassius buna karşın kaşlarını çattı ve kaşlarını çatması periyi çağırdı. "Bunu ne için istiyorsun?" diye sordu peri. "Sana onun verebileceği her şeyi verebilirim. Müzik istediğinde sana veriyorum. Seks istediğinde veriyorum. Güzel edebiyat istediğinde ahenkli bir sesle sana okuyorum. Yemek istediğin zaman, açık alanda bolca bulabiliyorsun."

Peri onu ormanlık alana geri götürdü ve ona kaybedeceği her şeyi gösterdi. Peri kurnazdı. "Onun sunduğu her şeye açıklıktan ayrılmadan, nehri geçmek zorunda kalmadan sahip olabilirsin. Sana göstereceğim." Peri daha sonra Cassius'un vücudunu parfümlü bir merhemle ovuşturdu ve "Şimdi" dedi, "hangi isimle hitap edersen et, en güzel yoldaş sana gelir."

Cassius bir an düşündü. "Miriam" diye seslenmek istedi ama kelime istediği gibi çıkmadı. Bunun yerine, "Marian" olarak çıktı. Anında, her yerde ona eşlik eden güzel bir kız ortaya çıktı. Bir yıl boyunca Marian'la çayırda yaşadı ancak bir sabah uyandığında onun ortadan kaybolduğunu gördü. Ancak o zaman Miriam'ı hatırladı. Onu sandalında gördüğü nehre koştu ve seslendi. Miriam sandalıyla geldi ama çok geç olduğunu söyledi. Başka bir adam bulmuştu ve şimdi bir bebeği vardı. Cassius açıklığa döndü, doğruca kuyuya gitti ve kendini boğdu.

Efsanenin bir yorumu

Miti yorumlarken reddetme unsuruna odaklanmak istiyorum. Peri neden Cassius üzerinde bu kadar güçlüydü? Baştan çıkarıcı perinin ona sunduğu, erotik cennete konsantre olmaktır. Bu önemlidir ve benliğin kendi erotik nesnesi olarak alındığı narsisizm yönüne odaklandığımda buna bakacağım. Burada yapılmayanlar ilkesine geri dönmek istiyorum.

Cassius her şeye sahip olduğuna inanıyordu ama sahip olmadığı, kendi benliğinden verme kapasitesiydi. Daha doğrusu, bu kapasiteye sahip olmadığına inanıyordu. O kayıkla nehri geçmiş olsaydı, önceden bildiği her şeyin uydurma olduğu gerçeğiyle yüzleşmek zorunda kalacaktı. İşte nehrin diğer tarafında, içeriden üretme işi hakkında ondan çok daha fazlasını bilen biri vardı. Nehri geçmek ve Miriam'ın önerdiği şeyi üstlenmek için, bir çocuk gibi ondan öğrenmesi gerekecekti. Böyle bir alçakgönüllülük onun için iğrençti. İzolasyonda kalmayı tercih etti, bu yüzden mükemmel bir Marian hayal etti. Narsisizmin baskın notalarından biri, küçük olmaktan, başlangıçta olmaktan, bir şeyler gösterebilen birine kendini açmaktan mutlak bir nefret duymadır.

Miriam ve Cassius arasındaki fark, Cassius'un kendisini bir cennette bulması, Miriam'ın ise bahçesini kendi benliğinden inşa etmesidir. Melanie Klein kıskançlığın, o nefret dolu iç çekişin nesnesi, bireyin yaratıcılığıdır, der (bunun doğru olduğuna inanıyorum). Cassius, Miriam'ın eyleminin ürününe hayrandır ancak Miriam'ın ürettiği şeyin aracısı olan kasıtlı etkinlikten nefret eder. Bu nefret bilinmez. Varlığımızın gizli bir odasında gizlidir.

Bunun güzel bir örneği, Anna Karenina'da (Tolstoy, 1986) Vronsky ve Anna İtalya'dayken, Vronsky resim yapmaya başladığında görülür.

> Bir süre resmin hangi stilde (dini, tarihi, janr ya da gerçekçi) olacağı konusunda tereddüt ettikten sonra işe koyuldu. Tüm farklı stilleri takdir ediyordu ve herhangi birinde ilham bulabildi ancak farklı resim okullarından habersiz olunsa

> bile sonucun herhangi bir okula ait olup olmadığına bakılmaksızın bir resmin direkt olarak ruhta olandan ilham alabileceğini kavrayamadı. Ve bence anahtar kural budur. Bunu bilmediği ve ilhamını doğrudan hayattan değil, dolaylı olarak diğer ressamların hayat yorumlarından aldığı için, ilhamı hazır ve kolay şekilde buldu ve taklit etmeye çalıştığı belirli üsluba çok benzeyen resmi aynı derecede hazır ve kolay bir şekilde üretti. (s. 491)

Tolstoy, Vronsky'nin doğrudan ruhundan ilham almadığını söylüyor, bu yüzden çalışmaları iyi görünse de ürettiği ile gerçek, içten sağlıklı ürün diyebileceğimiz şey arasında temel bir fark vardı.

Daha önce de belirttiğim gibi, bir karakter yapısı olarak narsisizmle ilgili belirsiz şeylerden biri, bireyin tüm çabalarının, durumun gerçekliğini hem kendisinden hem de başkalarından gizlemeye yönelik olmasıdır. Romanın gidişatında Vronsky, Anna'nın portresini yapan ressam Mihailov'u bulur. Vronsky bundan sonra kendi resmine olan ilgisini kaybeder. Ona Mihailov'un, tüm hayatını resim yapmaya adamış biri kadar iyi resim yapabilen toplumda, yüksek rütbeli zengin bir adamı kıskandığını söyleyen arkadaşı Golenishchev'e katılır. Bununla birlikte Tolstoy, Vronsky'nin Anna'nın portresini çizmeyi bırakmasının asıl sebebinin, Mihailov'un ruhtan resim yapabilme yeteneğine imrenmesi olduğunu ileri sürer. İşin kalbi budur. Bu, can veren hakkında söylediklerimle bağlantılı. Can veren tercih edildiğinde, bir eylem ilkesi haline gelir. Seçilme, arzulanma ediminde benliğin içinde var olur.

Cassius, Miriam'da gördüğü içsel yaratıcılıktan nefret eder ve nefreti onu kararsız hale getirir. Nehrin karşısına geçmesi istenir ama bunu yapamaz. Anna Karenina'da, Levin'in kardeşi Komyshev'in, Levin ve Kitty'nin yanına kalmaya geldiği ve Varenka'ya kur yaptığı zamanda da bu tür bir durumun bir örneği vardır. Ona evlenme teklifi etmek istediği ve Varenka'nın da bunu istediği çok açıktır. Yalnızlar, mantar top-

luyorlar. O an gelir ama bunu yapamaz. Bir şey onu geri tutar: Basit bir reddetme.

Cassius'u bir bebek ve Miriam'ı üretken bir anne ya da belki daha doğrusu can veren olarak düşünün. Cassius, Miriam'a hayrandır. Bebek, annesinin yaratıcı yeteneğine, kendi içinden üretme kapasitesine hayrandır ama bu hayranlığın altında acı bir kıskançlık yatar. Cassius yanıltıcı bir Miriam-Marian yaratır ama Marian bir yanılsamadır. Marian, Cassius'un bir parçasıdır. Cassius, kasıtlı benliğini yanıltıcı yapıya batırır ve böylece kasıtlı benliğini sabote eder. Kendini öldürür, bu psikolojik bir intihardır. Düşlemde hayranlık duyulan bir figür haline gelir. Narsisizmin kaynağı budur. Vronksy'nin kopyalamasında kendini öldürme vardır, ötekinin tonalitesine karışma...

Vronsky'nin bu öyküsünde tipik şekilde bir hayli sık görülen bir yöntem, kişinin gizliden gizliye kıskandığı şeyin inkar edilmesidir. İşler tersine döner ve kişide kıskançlık oluşur. Bu tür bir durumda, narsist akımların egemen olduğu kişi, etrafındakilerde kıskançlık yaratır ve daha sonra, içeride devam eden benliğin nefret dolu yıkımını deneyimlemekten kaçınarak, bu dış kıskançlıkla özdeşleşebilir. Bir zamanlar üniversitede çok başarılı dersler veren bir tarih hocası tanıyordum. Meslektaşları ona, "Tanrım, bu dersi vermek için çok çalışmış olmalısın" dediğinde, kayıtsız bir tavırla, "Ah hayır, dün gece banyo yaparken biraz düşündüm" derdi. Elbette bu doğru değildi ama kendi içinde korkunç derecede yıkıcı olan şeyden uzaklaşmasını sağlayan bir tür geçici kıskançlığı teşvik ediyordu. Bu yön Vronsky'de çok açık bir şekilde görülmektedir.

Anna'nın intihar etmeden önceki o trajik anlarda tüm çabası, sonuç olarak sevgiyi ortaya çıkarabilecek yaratıcı faaliyetlerden ziyade, Vronsky'nin onu sevip sevmediğini belirlemeye çalışmaktır.

Cassius mitinde, ortaya çıkarmaya çalıştığım kısa yol budur. İstenen sonucun fiilen gerçekleşmesi için gerekli olanı yapmamanın kestirme yolu. En temel narsisistik şikayetlerden biri "Kimse beni sevmiyor"dur. İnsanlar birini sevebilir

veya sevmeyebilir fakat birini seviyorlarsa ya da birinden nefret ediyorlarsa, bu bir eylemin sonucudur.

O zaman bebeklik döneminde çok erken bir aşamada, can verenin reddi mevcuttur, "ben" arkasını döner ve bir aşk nesnesi olarak kendi benliğini alır ama dediğim gibi bu tamamen doğru değildir. İyi ya da kötü, bebek benliği ölüm tehdidi karşısında can vereni seçmek zorunda kalır, bu nedenle bir yandan benlikte bir bölünme meydana gelir ve başka bir parça, bu seçeneği reddeder. Bunun sonucu, benliğin yalnızca bir kısmının kendi içinde eylemin ve tutarlılığın kaynağına sahip olmasıdır. İçeride bir eylem kaynağı olarak can verenin ne kadarının gerçekten mevcut olduğu, bu bölünmenin meydana gelme derecesine, yani benliğin ne kadarının can vereni reddettiğine bağlı olacaktır.

Kişilikten kaynaklanan iki tür eylem olduğunu tüm bu süreç boyunca ima ettim. Bu da mitte ortaya çıkıyor. Bunlardan biri, Cassius periyi çağırdığında, diğeri ise Miriam gerçekten bir şeyler yaptığında meydana gelir; bir kanal kazar, bahçeyi sular, vb. Birinde, bir şeyi başarmak için dışsal bir fail çağrılır, diğerinde ise benlik fiilen eylemin failidir. Bir eylem manipülatif, diğeri gerçekten yaratıcıdır. Cassius periyi çağırmada manipülatiftir ve yaratıcı eylemin en uç türü, Graham Greene tarafından Herbert Read hakkında yazılandır. Her iki eylem modu da herkeste mevcuttur ancak bunların dereceleri büyük ölçüde değişir.

Bir psikanaliz enstitüsü, analist olduğumu ilan ettiği için analist olduğuma ya da nüfus dairesindeki kayıt memuru beni evli ilan ettiği için evlendiğime inanabilirim fakat bu gerçekten sihirdir. Burada gerçekleşmesi gereken kişisel yaratıcı eylemin atlanması söz konusudur. Bu narsist adımı atıp kendimi bir başkasının suretine gömdüysem, ruhtaki o temel hareket kaynağını içime almadıysam ve içimdeki çocuktan uzaklaştıysam, o zaman kendimi bir büyüklenmeci kendiliğe yerleştirmişim demektir.

Büyüklenmeci kendilik benlik, son derece savunmasızdır ve en belirgin özelliklerinden biri, hakarete uğrarsa veya bir şeyler yolunda gitmezse, büyük bir yaygara

koparmasıdır. Çünkü hüsrana uğramış bir kral kimliğine bürünür.

Bu reddetme eylemi gerçekleştiyse ve tıpkı Vronsky gibi içten gelen bir ilham yoksa, hayatın krizleriyle nasıl başa çıkacağım? Hayatı nasıl sürdüreceğim? Benliğin erotik bir nesne olarak alınması, eylem üretmenin yerine konmuş bir yoludur.

Benliğin Erotikleştirilmesi

Psişe, eylemin kaynağıdır ve bu eylemi, hayatta kalmaya yönelik motor aktivite diyebileceğimiz şeye ve başkalarıyla ilişki kurmamızı sağlayan duygusal aktiviteye ayırmak işi kolaylaştırır. Bu ayrım, iki iç içe geçmiş unsur söz konusu olduğu için pek tatmin edici değildir. Örneğin, hayatta kalmamızın, yiyecek ve barınak elde edebilmemiz için çevremizdeki insanlarla tatmin edici bir temas içinde olmamız gibi duygusal olarak hareket etme kapasitemize bağlı olduğu durumlar vardır.

Korkunun üstesinden gelmek duygusal aktivitenin alanıdır

Duygusal aktivite her zaman zorludur. İnsanların doğal olarak birbirlerinden korkmaya eğilimi vardır. Bir partiye gittiğinizde ve kendinizi tanımadığınız birinin yanında bulduğunuzda, kaygı duygularının üstesinden gelme çabası içinde "Nerede yaşıyorsunuz?" gibi epey anlamsız sorular sorma eğiliminde oluruz. Zamanla biri gelip eline bir içki verir ve sakinleşirsin. Freud'u ve ailesini Viyana'dayken tanıyan Eva Rosenfeld adlı bir analistin programını dinlediğimi hatırlıyorum. Onların bir geleneğinin, misafirlere içki ikram etmek yerine, onları rahatlatmak için bir fıkra anlatmak olduğunu söylemişti.

Herkesten korkarım. Ebeveynimden korkarım. Patronumdan ve altımda çalışanlardan korkarım. Karımdan, çocuklarımdan, hastalarımdan korkarım. Birbirimize karşı bu korku, hem diğerinde hem de kendimizde bilinmeyene karşı bir korkudur. Bion bir keresinde, muayenehanenize gelecek hastadan korkmuyorsanız, ortada yanlış bir şey vardır çünkü bu neyin ortaya çıkacağını bildiğiniz anlamına gelir demişti. Bunu biliyorsanız, o zaman karşılaşmanın ne anlamı vardır? Bu durumun üstesinden gelmek, bu korkunun üstesinden gelmek, duygusal görevdir.

Başkalarını eylemin kaynağı olmaya ikna etmek

Daha önce narsisistik akımların hakim olduğu kişinin can verenden uzaklaştığını söyledim; eylem kaynağı boğulmuştur. Ötekiyle ilişki kurmaz ancak ötekiyle ilişki kurmadan hayatta kalamaz. İnsan topluluğunda hayatta kalabilmek için en azından insani yakınlığı yönetebilecek bir görünüm oluşturması gerekir ve bunun için açık olan yol benliği erotize etmekten geçer. Esasen bu, dışarıdan gelen figürlerin, bireyin eylem kaynağı olması için ayartılması gerektiği anlamına gelir.

Narsist akımların hakim olduğu bir kişi, eylem (yargılama, düşünme, algılama) başlatma kapasitesine sahip değildir ve bu kapasiteyi bir başkasının pelerini giyerek elde eder. Diğerinin duygusal tonunu hissederek hayatta kalan belirli bir insan türü vardır. Bir analist veya terapiste gelen böyle bir kişi, terapistin olaylara duygusal açıdan bakma biçimine (terapistin anlayış ve tutumlarına) kendini uydurmaya çalışacaktır, böylece bir süre sonra hasta çok iyi ilerliyor gibi görünecek ve terapist memnun olacaktır. Burada asıl olan durumda, hasta, kişiliğinin yüzeydeki kısmını terapistin olayları görme şekline uydurmuştur ancak içsel duygusal benlik aslında çok düşmanca olarak kalır. Bunun tedaviden bir süre sonra her şeyin birden patlak vermesinin ana nedenlerinden biri olduğuna eminim.

Unutmayın ki can verene evet diyen kişi, bir eylem kaynağını da bünyesine katmıştır. Dahil etme eylemi, bireyin içinde

zihinsel bir ilkeye ve dolayısıyla sosyal çevrenin koşullandırmasının üzerine çıkma kapasitesine sahip olduğu anlamına gelir. Başka bir deyişle, kişi tamamen duyu izlenimleri veya içindeki ruh halleri tarafından yönetilmez. Bu durumdaki "ben", dışarı çıkıp duyusal izlenimlerle yüzleşmek ve onlarla müzakere edilmiş bir ilişki diyebileceğimiz bir ilişki kurmak için içsel kaynaklara sahiptir.

Birey, can vereni reddederek, içsel tutarlılık ilkesini reddeder. Bu nedenle eylem üretme, kendini bir birliğe bağlama ve dış dünyayla mücadele etme gibi üçlü bir soruna sahiptir.

İnsanları manipüle etme suçluluğu

Bu bizi başka bir önemli noktaya getiriyor: Kendini erotik bir nesne olarak almak, arkasından suçluluk getirir. İnsanları manipüle etmenin getirdiği bir suçluluk hissi vardır. Kişi, bilinç seviyesinin altında bir yerde kendini kötü hisseder.

Bunu, manipüle edildiğimi fark ettiğim durumlarda klinik olarak yaşadım. Bazen manipülasyon, yatıştırıcı yorumlar yapmaya yöneltmek gibi epey hafif bir şekilde gerçekleşir. Manipüle edildiğimin farkına vardığımda yaptığım şeyi durdurdum ve hastanın zorlanması çok hızlı bir şekilde azaldı. Örneğin, her zaman kocasının kendisine zulmettiğinden bahseden bir hasta, böyle bir durumda kocasının, ona o kadar da zulmetmiyor gibi olduğunu bildirecektir. Başka bir deyişle, artık onu eski gördüğü şekliyle görmek zorunda kalmaz.

Şimdi bileşik benlik hakkındaki bazı düşüncelere döneceğim. Bu reddedişi, benliğin bir parçası başlatmıştır; bebek olan parçası. Bu bebek benliğin özüdür, kişilik içindeki niyet ve eylemin kaynağıdır. Bu kısım, kişiliğin diğer kısımlarını da kendisiyle sürükleme gücüne sahiptir. Dış dünyadaki figürler de onunla işbirliği yapmak için masaya konur.

Örneğin, terapötik durumda, analist kurnazca bir şekilde kontrol edildiğini fark ederse bu, her zaman hastanın benliğinin duygusal özüne aslen ne yapıldığını deneyimlediği anlamına gelir.

İçten içe korkunç hissederek yaşamak tahammül edilemez bir durumdur. Kötü duyguları hafifletmeye çalışmanın en önemli yollarından biri, insanlara işlerin yolunda gittiğini söylemeye devam ettirmektir. Freud, *Bir Yanılsamanın Geleceği'nde* (1927) nevrozlarla ilgili trajedilerden birinin, onların yaratıcı kullanımda kullanılabilecek kadar çok enerji tüketmeleri olduğunu söyler. Aynı prensip burada da çalışır. Kötü duyguları hafifletmeye ve neler olduğunu gizlemeye çalışmak için çok miktarda enerji harcarım. Bana destek olmaları için sürekli yakınımdaki insanları yanıma alırım. Onlar hakkında büyük bir endişe gösterebilirim ama duygusal düzeyde tamamen duygusuzumdur, hiç umurumda değillerdir. Bu utanç vericidir. Toplum da buna kızar. Toplum, başkaları için endişe duymamızı emreder. Ben burada, kendi evrenimin merkezindeyimdir, bu yüzden bunu saklamam gerekir. (Narsisizmin fenomenolojisinden bahsederken bu içsel durumun gizlenmesini daha çok değineceğim.) Sağlığa giden yolu kapatmış olurum: Kendi eylemimin kaynağı olamam. Bir şekilde, yaşamı oluşturan insan ilişkileri ağında kendimi yönlendirmek için enerji mühendisliği yapmam gerekir. Hastalarım, çeşitli şekillerde başarılı olmalarına rağmen, sık sık bana kendilerini kandırdıklarını, dolandırıcı olduklarını düşündüklerini söylerler. Davranışlarını yönlendiren ilkelerin gerçek olmadığını düşünürler.

Okşama ve stimülasyon

Sağlıklı insanda hareketin kaynağı içeridendir. Narsist kişide eylemin kaynağı yüzeydedir. Yüzey, hareket etmek ve harekete geçirmek için, içine ve dışına figürler alarak hareket üretmelidir.

Hayran olunan bir figür olduğumu ama bu figürle aslında ilgim olmadığını hatırlayın. Onunla birleşerek, ona dönüşerek ilişkiyi bitirmiş oldum. Böylece figürün kıskançlığı yaşanmaz. Bununla birlikte, kıskanılan figüre yönelik düşmanlık daha sonra bir başkasına kaydırılır. Sahte bir temelde, imrenilen kişi haline geldim.

Merkezde bir boşluk olması sorunu, eski ağızda "güçlü karakter" olarak adlandırılan şeyin, içeride doyurucu besleyici bir şeyin olmamasıdır. Bu yüzden okşanmak zorundayım ama okşama sadece yüzeyi ovalar. Uyarılmak zorundayım fakat bu da sadece yüzeyi heyecanlandırır. Her iki durumda da etki uzun sürmez. Birinin beni okşamasının zevki, beni bir süreliğine rahatlatabilir ancak daha sonra daha fazlası için geri dönmek zorundayım. Bu kısa süreli hafıza gibidir; bana telefon numaranı veriyorsun ve o numara hâlâ kulaklarımdayken ben numarayı çeviriyorum ama yanlış çevirirsem geri dönüp senden tekrar numarayı istemek zorunda kalırım. Uzun süreli hafıza ile sayıyı hafızaya alırım. O içeride olur ve ben onu unutmam.

Okşama ve stimülasyon, her ikisi de şehvetli görüntülerdir. Muhtemelen hepimiz Freud'un erotojenik bölgelerine (ağız, anüs ve cinsel organlar) aşinayız. Freud ayrıca bu bölgeler arasında bir bağlantı formüle etti. Bu daha sonra Ferenczi tarafından geliştirilmiştir. Ferenczi, birleşik bir zevk merkezi fikrinin önünü açan bu ara bağlantıya amphimixis adını verdi. Narsist kişi, eylem için itici gücü bu haz merkezi aracılığıyla üretir.

Benlik, kişinin kendisinin erotojenik bölgelerini uyararak ya da bunu bir başkasına yaptırarak erotikleştirilebilir ama özne bunu kendisi yapsa bile, kendisi için performans sergileyen bir başkasının fantezisini canlandırmak zorundadır. Bu, içinde zihinsel bir nesnenin bulunduğu sağlıklı durumdan farklıdır. Bu duyusal bir nesnedir, zihinsel bir nesne değildir. Zevk merkezi (benlik) sürekli uyarılmalıdır ki kişi eylem problemini çözebilsin. Sürekli yenilenmesi gereken bir mastürbasyon aktivitesi gibidir.

Erotik, cinsel olanın fanteziyle bağıntısıdır ve mutlaka fiziksel teması içermez. Erotik olan benliğe, cinsel olan ise bedensel bölgelere atıfta bulunur. Boşluğa sahip bir benliğe sahip olduğumuz durumda duygusal karşılaşmaları müzakere etmek için enerji üretme yolu, benliği erotize etmekten geçer. Bu hayati bir ilkesi olmayan benliktir. Jöle benzeri bir özdür. Frances Tustin (1972) otistik çocuklardan bahsederken,

dış iskeleti olan iç yapısı ve içinde hayati bir ilke olmayan biri analojisini kullanır.

Okşama örnekleri

Benliğimi erotikleştirmenin yolları nelerdir? Uzun bir yoldayım ve bu yolu başarmam için okşanmaya ihtiyacım var: Yol arkadaşımın bana ne kadar yol aldığımı söylemesi gerekiyor. Bir aktörüm ve bir oyunda oynuyorum: Ne kadar iyi performans gösterdiğimin bana söylenmesi gerekiyor. Bir performanstan sonra kimse beni övmüyor, moralim bozuk ve buruk hissediyorum, bu yüzden bazı arkadaşlarıma gidiyorum ve biraz esrar içiyorum, fazla içiyorum ve arkadaşlarıma kimsenin bana iltifat etmediğini söylüyorum. Hepsi bana ne kadar iyi olduğumu, yapımcının ve oyuncu arkadaşlarımın ne kadar sefil durumda olduğunu anlatıyor. (Bu tür durumlarda her zaman bir tür paranoya oluşur.) Bu beni birkaç gün idare eder ama sonra arkadaşlarımdan başka bir doz almam gerekir. Bu sürekli dozlar olmadan idare edemiyorum, bu yüzden kendimi her zaman bunu alabileceğim bir gruba sokuyorum. Beni desteklemeyen insanlardan kaçınıyorum. Arkadaşlarım olmadan bu çabayı sürdüremem.

Elbette, devam edebilmem için doz alabileceğim başka şeyler de var: Uyuşturucu, cinsel ilişkiler. Bunlar bana yeni bir hayat enerjisi veriyor fakat uzun sürmüyor. Kısa bir süre önce P. G. Wodehouse'un *The Inimitable Jeeves'ini (Eşsiz Jeeves)* (1985) okudum. İçinde Bingo adında bir karakter var, yaklaşık her üç sayfada bir, hayatını kurtaracak ve şimdiye kadar sahip olduğu tüm kadınlardan daha iyi olan harika yeni bir kadınla tanışıyor. Elbette daha sonra bu da fos çıkıyor.

Narsist akımların egemen olduğu insanlar arasında sıklıkla bir sözleşme vardır: "Seni okşayacağım ve devam etmeni sağlayacağım, sen de beni okşayacaksın." Bazen bir kişi kendi narsisizminden kaçmak için adımlar attığında ilişki bozulur. Böyle bir değişiklik yakın çevredeki insanlar için sorun teşkil eder. Ya eşin değişime tepki vermesi ve duygusal olarak gelişmesi gerekir ya da bir tür kırılma meydana gelir.

Hoş olmayan herhangi bir şeyi yönetememe

İyi bir iş yaptığı için birini övmek iyidir. Övgüye, onu almak için bir şey bile yapamayacak derecede ihtiyacım olduğunda ise bir sorun vardır. Daha önce Anna Karenina'nın intihar etmeden hemen önceki davranışına değinmiştim. Karenina, Vronsky'nin kendisini sevip sevmediği konusunda tamamen takıntılıydı ama onun sevgisini kazanmak için herhangi bir şey yaptı mı?

Başkalarını okşamaya teşvik etmekten bahsetmiştim fakat elbette kendim de pek çok şey yapabilirim. Kendimi hoş sesler, kokular, görüntülerle okşayabilirim. Bunların hepsi bütünlüklü, estetik duyunun temelidir. Yine, ihmal ilkesine geri dönmemiz gerekiyor. Hoş olmayan, acı veren herhangi bir şeyle yüzleşemediğimde (unutmayın, tüm enerji zevk merkezine yönlendirilir) ama bunlara uçtuğumda bir sorun var demektir. Üretilen enerji, girişimin kendisine aktarılmadığından, gerçek duygusal benlik tatminsiz kalır. Bir zamanlar, kocası iyi durumda ve işinde başarılı olduğu zaman neşeli olan bir kadın tanıyordum ama hayatında bir şeyler ters gittiğinde, depresyona girdi ve kendini doğrultamadı. Acıyı ya da krizleri yönetemiyordu.

Napolyon'un bir biyografisinde, seyirci olarak odada biri olmadığı sürece bir astını disipline edemediğini okumuştum. Napolyon'un birisini zorlanmadan azarlayacağını düşünürüz. Aslında, tarihte pek çok sözde büyük insan bu şekildedir.

Öldürmenin heyecanı

Okşama ihtiyacını vurguladım. Benliği erotize etmenin diğer yolu da uyarılmadır. Gerçekten heyecan verici bir şey bir süre daha devam etmemi sağlayabilir.

Heyecanla ilgili özel bir şey söylemek istiyorum. Öldürmek çok heyecan vericidir. Bir keresinde ergen bir çocukla görüşme yapmıştım. Bana bir parça jelatinli dinamit alıp bahçede bir ağaç kütüğünü nasıl havaya uçurduğunu anlatmıştı. Bunu anlatırken, gözlerinde apaçık bir parıltı belirmişti. Avcı yüksekten uçan bir ördeğe ateş edip onun havada patladığını;

her yöne saçılan tüyleri ve sonra onun suya düştüğünü görünce büyük bir heyecan yaşar. Öğle yemeğinde bunu onu onaylayan ve destekleyen arkadaşlarına anlatır. Şempanzeler çoğunlukla vejetaryendir ancak bazen bir geyiği öldürürler. Bazen bir grup halinde dışarı çıkıp bir kolobus maymunu öldürürler, onun uzuvlarını ayırırlar. Maymunu yakaladıkları anda sevinçle çığlık atarlar, bu tüm gruba yayılan bir çığlıktır.

İkinci Dünya Savaşı'nda Amerikalılar, birincisi Hiroşima, ikincisi Nagazaki'ye olmak üzere Japonya'ya iki atom bombası attıklarında, ilk bombadan altı gün sonra ikinci bombayı atmakla görevlendirilen mürettebat üyeleri, bu bombayı atmadan önce Japonya teslim olmasın diye çılgına dönmüşlerdi. O bombayı atmanın heyecanı had safhadaydı. Bir trafik kazası olduğu zaman, özellikle kan varsa hepimiz durup bakarız. Fransız Devrimi'nde XVI. Louis idam edilirken bu olayı mümkün olan en büyük kalabalığın izleyebilmesi için, giyotini Seine Nehri'nde özel bir dönemece yerleştirdiler. Bir keresinde, bir barda bir adamın bir grup insana, polisken nasıl bir Batı Kızılderili'sinin kafatasını kırdığını büyük bir zevkle anlattığını duymuştum. Burada, Idi Amin, Hitler ve Madagaskar Kraliçesi Ranavalona gibi insanların aşırı sapkınlığından değil, sakatlama ve öldürme yoluyla üretilen yaygın heyecandan bahsediyorum.

Aynı heyecan kendini öldürme, kendine zulmetme ile de üretilir. Bu heyecan, farkındalık eşiğinin altında oluşsa da klinik deneyimim beni bunun böyle olduğuna ikna ediyor. O düzeyde bir sadizm olduğunda, bundan vazgeçmek zordur. İlaç gibidir. Bence bu tür gaddarlık her zaman narsisistik duruma eşlik eder. Başta söylediğime dönecek olursak, kendinden nefret etmeyen olumlu narsisizm elde edemeyiz. Bu nokta Christopher Lasch tarafından *Narsisizm Kültürü* (1991) adlı kitapta vurgulanmıştır. Kişinin temel sorunu, zihinsel nesne boğulduğunda içinden çıkabileceği psişik enerjinin nasıl üretileceğidir.

Anna Karenina'da bir başkasına ve kendine zulüm çok iyi tasvir edilmiştir. Bazı durumlarda Anna ve Karenin kesinlikle birbirlerine zulmeder. Anna ya da Karenin'i tedavi etme seçe-

neğim olsaydı, Anna'yı seçerdim. Karenin her şeyi reddeder; tüm sorunlar Anna'dadır. Yanlış bir şey olduğuna dair hiçbir kabulü olmayacağı için onun tedavisi bir zulüm olurdu. Anna bir şeylerin ters gittiğini bilmektedir. Kendini beğenmişlikle, duygusal olarak yıkıcı ve sadist eylemlerden her zaman zevk alınır: Kendini beğenmişlik bir ayrışma biçimidir.

Yıkıcılık ve ayrışma

İnsanlar kendilerine karşı çok yıkıcı olduklarında, ayrışma genellikle aşırıdır ve bu, çevredeki insanları etkiler. Bir zamanlar biri, son derece zor bir adamı tedavi eden bir grup klinisyene süpervizörlük yapıyordu. Bir aşamada terapist, seansları sırasında hastanın tabancasını çıkardığını anlattı. Onunla oynuyor, kafasına dayıyor ve neredeyse tetiği çekiyordu. Bu, terapist ve grup üzerinde bir uyuşma etkisi yarattı. Bu uyuşma, ayrışmanın aktarım etkisidir.

Narkissos efsanesinde, yaşlı kör kahin Teiresias, Narkissos'un kendini bilmediği sürece uzun yaşayacağını söyler. Bu heyecan vericidir, yıkıcı eylemler bilinmemelidir; bunlar kişinin psikolojik yapısının taşıyamayacağı kadar suçluluk üretirler.

Altıncı Bölüm

Narsisizm Fenomenolojisi

Buraya kadar narsisizme yol açan süreçleri tanımladım ama narsisizmin kendisini tam olarak tanımlamadım. Bir tanım ile başlamak daha mantıklı görünebilir fakat önce bazı bileşenlerini anlarsak, doğasını kavrama şansımızın daha yüksek olacağını düşündüm.

Narsisizmin iç akımları tarafından yönetilen bir kişinin her zaman bunu gizlemeye çalıştığını vurgulamıştım. Narsisizm asla açıkta çırılçıplak durmaz. Bu, bencillik ve benmerkezlilik arasındaki başka bir farktır. İnsanlar genellikle açıkça, utanmadan bencildir ancak benmerkezcilik her zaman gizlidir. Narsisizm her zaman dışarı atılmalıdır. Paradoksal olarak, dışarı atıldığında yapısı eylemde değişir. İnsanlar kendi içlerindeki narsist unsurları kavramaya başladıklarında, bu unsurlar zaten etkisini kaybedecektir. Bunu, narsisistik akımların, örneğin, aşırı kıskançlığın bir sonucu olarak ortaya çıktığı klinik durumda açıkça görebiliriz. Hasta kıskançlığının farkına vardığında (bununla ilgili bir rüya görmüş olabilir) zaten onunla bir ilişkiye girer, bu yüzden gücü azalacaktır.

Narsisizm bir zihniyettir

Narsisizm dışarı atıldığında ne görüyoruz? Ne arıyoruz? Onu nerede bulmayı bekliyoruz? Bir zihniyet arıyoruz. Bunu kavramak son derece önemlidir. Zihniyet, kişinin hem iç hem de

dış olaylara karşı zihinsel tutumudur. Bir olaya karşı kişinin zihinsel tutumu, olayın kendisinin temel bir yönünü oluşturur. İnsanlar, "Geçmişinizin gerçeklerini değiştiremezsiniz" diyebilir. Bu doğru değil, yapabilirsiniz. İnsanların geçmişe dair gerçekleri, değişen zihniyetin bir sonucu olarak değişir. Bu, bir kimyagerin bir bileşen ekleyerek veya bir bileşeni çıkararak bir bileşiği değiştirmesine benzer.

Zihniyet gizli olduğu için bulmak zordur. Saklandığı yer, bireyin hem içindeki hem de dışındaki ilişkilerinin ağıdır. İç ve dış arasındaki karışıklık, narsisistik yönün kendini gizleme yollarından biridir. Örneğin, kendime acıyorumdur ama bunu kendimle ilgili olarak algılamak yerine, onu bir başkasında veya başkalarında konumlandırırım, böylece sorun dışarıdaymış gibi görünür. Hayatımın büyük bir bölümünü acıdığım kişilere adayabilirim. Narsisizm kendini bu şekilde fedakarlık ve bağlılık olarak gösterebilir. (Motivasyonun doğasının eylemin kendisini etkileyip etkilemediğini sormak ilginçtir. Pragmatist kişi bir iş yapıldığı sürece, yapanı neyin motive ettiğinin hiçbir fark yaratmadığını öne sürecektir.)

Narsisizmin gizlenme şekilleri

Bir adam, karısının bir ilişkisi olduğunu keşfeder ve o da bir ilişki yaşamaya karar verir. Görünüşte, bu makul gelebilir. Sonuçta, karısı ondan başka ne bekleyebilir ki? Ancak soru şu: Buna yol açan zihinsel süreç nedir? Şöyle bir şey olur: "Karım bir ilişki yaşadı, ben neden yaşamayayım?" Bunun yerine ne yapabilirdi? Karısının neden bir ilişkiye ihtiyaç duyduğunu anlamaya çalışabilirdi. Ancak narsisizmin en önemli özelliklerinden biri, kendini bilmekten ne pahasına olursa olsun kaçınılması gerektiğidir. İçeri bakmanın yarattığı temel bir korku vardır ve bu yüzden "Neden bu ilişkiyi yaşadı?" diye sormanın dehşet verici bir tarafı vardır. Bu soruyu kendisine ciddi bir şekilde sorarsa, olasılık yolları açılır. Bununla ilgili bir tartışma hararetli ve öfkeli olabilir ve birçok sert şey söylenebilir ancak bu karı koca arasında daha verimli bir şey geliştirebilir veya bunun sonucunda evliliğin sona erdiğinin farkına vara-

bilir ve her bir partner daha verimli bir şeye ilerleyebilir. Tüm bu olasılıklara koca, kesin bir "hayır" ile cevap verir. Burada düşünce, "Ne anlamı var?"dır. Üzücü bir şey olur, "Pekala, öyleyse ben de aynısını yapacağım", "Bununla uğraşamam", "Neden uğraşayım?"

Bir evlilik danışmanının bu adama "Karınızla konuşmayı denemeyi düşündünüz mü?" diye sorduğunu hayal edebilirsiniz. Karşılığında adam, "Hayır bir anlamı yok ki. Ne söyleyeceğini biliyorum." Elbette, birine yaklaşıp belirli bir tonda konuştuğunuzda, muhtemelen tahmin ettiğiniz tepkiyi görebilirsiniz. "Gördünüz mü? Size bunun umutsuz bir çaba olduğunu söylemiştim." Her zaman çatışmadan bir kaçış mevcuttur. Yüzleşme acı vericidir ve değişime neden olabilir.

Anna Karenina'daki bir bölümde Vronsky yarışta atından düştükten sonra Anna ile arabadayken Karenin bunun bir özetini sergiler. Yarışta atın uyutulması gerekmiştir. Anna gönülsüzce Karenin'le arabaya binerek malikaneye geri döner:

> Sessizce kocasının arabasındaki yerine oturdu ve sessizce araç kalabalığından uzaklaştılar. Tüm gördüklerine rağmen, Karenin yine de karısının gerçek durumunu düşünmüyordu. O sadece dış işaretleri görmüştü. Onun uygunsuz davrandığını görmüştü ve bunu ona söylemeyi bir görev saydı. Ama bunu söylemek onun için çok zordu. Kadının uygunsuz bir şekilde davrandığını söylemek için ağzını açtı ama iradesi dışında epey farklı bir şey söyledi. (s. 230)

Daha sonra, Anna sonunda bazı şeyleri kendisi söylemeden hemen önce:

> Kocasının söylediklerinin yarısını duymadı, onun karşısında korkuyordu ve Vronsky'nin ölmediğinin doğru olup olmadığını merak ediyordu. Binicinin yaralanmadığını ama atın sırtının kırıldığını söylerken ondan mı bahsediyorlardı? Kocası lafını bitirdiğinde alaycı bir şekilde gü-

> lümsedi ve ne dediğini dinlemediği için cevap vermedi. Karenin cesurca konuşmaya başlamıştı ama neden bahsettiğini açıkça anladığında, Anna'nın hissettiği dehşet ona da yansıdı. Gülümsediğini gördü ve garip bir kuruntu onu ele geçirdi.
>
> "Şüphelerime gülüyor. Birazdan bana geçen sefer söylediklerini tekrarlayacak: Şüphelerimin hiçbir temeli yok, bu çok saçma."
>
> Artık her şeyin açığa çıkması an meselesiydi ve istediği tek şey Anna'nın, daha önce yaptığı gibi alaycı bir şekilde, şüphelerinin gülünç ve temelsiz olduğuna dair alaycı bir şekilde cevap vermesiydi. Bildiği şey o kadar korkunçtu ki artık her şeye inanmaya hazırdı. Ama Anna'nın korkmuş, kasvetli yüzündeki ifade artık bir kandırma umudu bile taşımıyordu. (s. 231)

Karenin yaklaşmakta olan yüzleşme düşüncesine katlanamaz. Bildikleriyle yüzleşmeye dayanamaz çünkü bunu yaparsa kendine, "Bu neden oluyor ve ben ne yapmalıyım?" diye sormak zorunda kalacaktır. Masum, haksızlığa uğramış adam rolünü üstlenir ve kendini üstün gören bir şekilde neredeyse sevinir. Daha sonra arkadaşları, onun bu kendisini üstün ve haklı tutan yaralı halini destekleyeceklerdir. Evlilik terapistleri, bir kişinin diğeri için bir şeyler taşıdığından bahseder. Anna'nın bunu Karenin için taşıdığı epey açık. Bu onun sorununun bir parçasıdır. Bunu neden onun için taşır?

Karenin ve Anna'yı, Stiva ve Dolly ile karşılaştırın. Kitap, Dolly'nin Oblonsky'nin Fransız mürebbiye ile bir ilişkisi olduğunu keşfetmesiyle başlıyor. Dolly, kocasını onu suçüstü yakalayan bir notla yüzleştirir. Karenin böyle bir not bulsaydı, bir şekilde bunun başka biri tarafından yazıldığını ya da onunla ve Anna'yla hiçbir ilgisi olmadığını düşünerek kendini kandırırdı. Oblonsky büyük ölçüde kendine acıyan şekilde tepki verir ancak karısıyla ilişkilerini yeniden kurmak ister ve Dolly bu durumda biraz inisiyatif alır.

Kişi kendini tanımadaki gelişmenin her zaman psişik eylemin ürünü olduğunu kabul ederse, o zaman bu tür bir hareket geçirici eylem yoksunluğunda durduğu yerde takılı kalacağını kabul eder. Böyle bir durumda reddetme, karakterlerine hükmedecektir. *Bozkırkurdu* isimli romanında Hermann Hesse (1972), gerçek intiharın mutlaka kişinin kendini öldürmesi değil, zihinsel ve duygusal süreçlerinin körelmesi olduğunu yazar. (s. 58-60)

Diğerine karşı hassasiyet

Başlatma eyleminin ilk hareketlerinden biri, diğerine karşı hassasiyettir. Narsist akımların egemen olduğu kişi, diğerlerinden uzak, onlara kapalıdır. Psikoterapist olan bizler için bu önemli bir teknik soruyu gündeme getiriyor. Çoğumuza yaptığımızın, esasen hastanın ne söylediğini dinlemek olduğu öğretildi. Oysa dinleme var ve dinleme var. Söylenen her şeyi zorunlu olarak dinlemek yerine, bazılarının gerçek iletişimin arkasında yatan müzik dediği şeyi dinlemek vardır.

Birinin söylediği, başlatma eyleminden değil, diğerlerini harekete geçirmeye yönelik pasif bir durumdan geliyorsa veya iletişimi engellemek için konuşuyorlarsa, o zaman terapistin sessiz kalmasının hiçbir değeri yoktur.

Hasta sessiz kaldığında analistin vereceği en iyi yanıtın da sessiz kalmak olduğuna dair bir görüş var. Hastanın sessizliği, başlama korkusundan kaynaklanıyorsa (kişiyi terapistten veya analistten korkutan içsel tehdit edici bir figür varsa) o zaman analistin de aynısını yapması iyi değildir. "E iyi tamam, sen susacaksan ben de susarım." Tıpkı karısı onu aldattığı için bir ilişki yaşayan adam gibi. Bütün bunlar elbette farkındalık eşiğinin altında gerçekleşir ama inanıyorum ki bu durumlarda terapistlerin kendi düşünceleriyle temasa geçmeleri, hayal güçlerini olabildiğince özgür bırakmaları ve bu düşüncelerden bahsetmeleri gerekir. İki kişi bir odada epey samimi bir karşılaşma içindeyse, o zaman düşünceler ve hayal gücü devam eden süreçlerde neredeyse her zaman diğerinden etkilenir ve bu nedenle terapistin bu düşünceleri söylemesi gerekir.

Basit bir örnek vermek gerekirse, bir terapist o anda çok fazla şeyi anlatan, ortaya döken bir hastayla oturuyor olabilir ve terapistin bu esnada ana düşüncesi "Bunların hiçbirini anlamıyorum. Kafam çok karışık" olabilir. Bu düşüncenin, tercihen bir anlam ifade edecek şekilde iletilmesi gerekir. Süpervizorlük yaparken birçok kez terapiste "Aslında ne düşündün?" diye sordum. Terapist bana ne düşündüğünü anlatır ama sonra hastaya bunları söylemediğini söyler. Bu neden böyle olur? Bence bunun fazla samimi, fazla üzücü, belki de fazla sert olduğunu düşündüğünden. Bir hastanın beni dışlayan şekilde davrandığı bir duruma sokmasına izin verirsem (ve elbette burada ötekini temsil ediyorumdur) o zaman narsisizmin etkilenmeden kalacağına inanıyorum. "Bunların hiçbirini anlamıyorum. Bana anlamsız bir gevezelik gibi geliyor" düşüncesine sahipseniz ve hastaya ne düşündüğünüzü söylerseniz, bunun narsisistik akımda bir tür kırılma yapması muhtemeldir.

Son zamanlarda Amerika Birleşik Devletleri'nde aşırı narsisistik hastaların konuşmalarını dinlemeye yönelik bazı çalışmaların yapıldığını duydum. Çalışmalarda ortaya çıkan şey şu: Narsist kişinin konuşma kalıplarının, diğerinin düşünce ve doğal iletişim süreçlerine müdahale eder halde oldukları. Analist kendi düşünceleriyle, bu düşünceleri taşıyan bir müdahalede bulunduğunda, narsisistik bir varoluş biçimine yönelik bazı ilerlemeler kaydedilebilir.

İşte, böyle bir müdahalenin etkililiğine dair basit bir örnek. Bir ara ona söylediğim hiçbir şeye aldırış etmeyen bir adam bana geliyordu. Bunu defalarca yaptığı gerçeğine dikkatini çektim. En başta, karısının onu nasıl ihmal ettiğini anlatıyordu. Her müdahale edişimde karısının davranışlarıyla ilgili açıklamaları değişti; karısı ona daha fazla ilgi gösteriyordu, vb. Ben en başta "Neden karınla konuşmuyorsun ve sana daha iyi davranması için onu teşvik etmiyorsun?" diye sorsaydım bir sonuç alamazdık çünkü hastanın duygusal olarak izlediği yolla bağlantı kurmaktansa bir şeye tepki veriyor olurdum. Sadece pasif bir alıcı olacağı çizgisini benimseyen analist, kişiyi narsisistik durumunda bırakır.

Düşüncelerini konuşmak

Ne düşündüğünü söylemek cesaret gerektirebilir. Bazen bana delice görünen düşüncelerim oldu. Bunları söylersem hastanın da beni deli sanacağını düşündüm ama yine de devam ettim ve bu genellikle etkili oldu. Üstesinden gelinmesi gereken, kişinin düşüncelerini konuşmasına karşı olan ketlenmedir.

Uzun süredir analist olarak kalifiye olmadığım bir zamanda, psikotik bir çöküntü sonrası bana gelen bir hastam vardı. Eğitimim beni böyle bir hastaya hazırlamamıştı. Halüsinasyon gördüğünü ve konuşmaları sırasında duvarda gördüğü halüsinasyon görüntülerini anlattığını anlamam zaman aldı. İçgüdülerim onunla iletişim kurmaya devam etmemi söylüyordu ve bu nedenle dışarı attığı bu görüntülere yaratıcı bir yanıt vermeye çalıştım. Biri bizi tek yönlü bir ekrandan görseydi ve olağanüstü diyaloğumuzu duysaydı, ikimiz de akıl hastanesine götürülürdük, diye düşündüğümü hatırlıyorum. Bu tür düşünceler, konuşulması gerekenleri konuşmamızı engeller.

Çılgın diyaloğumuz yaklaşık üç ay sürdü ve bir gün kendi kendime "Bıktım bundan" diye düşündüm. İçinde bulunduğumuz bu garip kalıplamada, onun için bilinçli olduğumu düşünmekten başka bir yorum yapacak hiçbir ipucum yoktu. Bana ayrı ayrı küçük telgraf iletişimleri veriyordu ve ben onlarla tutarlı bir hikayeye dokuyordum. Bunu bir daha başlattığında, her zaman yaptığımı yapmak yerine, "Bunu anlamlı bir yapı haline getirmemi istiyorsunuz çünkü bunu kendi başınıza yapamayacağınızı düşünüyorsunuz. O noktaya kadar diyaloğumuz empatik ve sıcaktı ama sonra olağanüstü öfkelendi. Bir şeye uyum sağlıyordum ve o noktada artık bunu yapmıyordum. Yorumum, etkili bir şekilde şöyle diyordu: Kendin? Beni bu yorumu yapmaya iten durumla ilgili hayal kırıklığımdı. Öteki olduğumu ve artık tercih edilmeyeceğimi beyan ettim.

Kapatma tavrı

İşte narsisizmin bir başka örneği. Bir çocuk okuldan eve geliyor ve babasından model bir uçak yapmasına yardım etmesini istiyor. Babası sadece bir telefon görüşmesi yapması gerektiğini söylüyor. Yirmi dakika sonra gelip onunla uçağa binecek. Çocuk, "Ah hayır. Önemli değil. Zahmet etme." Oğlan dileğinin tatminini hemen alamıyor, bu yüzden kendini sabote ediyor. "İstediğimi yapmadıkça yardım etmeni istemiyorum." Bu küçük bir "istek." Çocuk gerçekten uçağıyla ilgili yardım isteseydi, beklemeye hazır olurdu. Memnuniyet, "Şimdi, ne zaman istersem" ona sahip olmaktır. Çocuğa, babasına kendisinin bir uzantısı olarak sahip olduğu konusunda tatmin edici bir his verir. Anlamayınca bir öfke, sonra öfkeye sırt çevirme ve umursamama bahanesi olur. Temel tutum, uzak durmaktır. "Babamla o uçağı yapma zevkini kendime yaşatmayacağım."

Kapatma, Anna Karenina'nın aşağıdaki pasajında da grafiksel olarak gösterilmiştir. Yine Karenin ile ilgilidir.

> Prenses Tverskoy'un partisinin gecesindeki konuşmalarından beri, Anna'ya şüphelerinden ve saldırganlığından bir daha hiç bahsetmemişti ve sanki birisiyle alay ediyormuş gibi alışılagelmiş üslubu, karısına karşı şu anki tavrına daha uygun olamazdı. Ona biraz daha soğuk davrandı. Kadının karşı çıktığı o ilk gece yarısı sohbeti için kızdan biraz hoşnutsuz görünüyordu. Tavrında bir sıkıntı gölgesi vardı ama daha fazlası değil. "Bana karşı açık olmayacaksın" der gibiydi, ona zihinsel olarak hitap ederek, "senin için çok daha kötü. Sana karşı açık olmam için bana yalvaracağın zaman gelecek ve ben de dinlemeyeceğim. Senin için daha kötü" dedi. Bir yangını boş yere söndürmeye çalışan bir adam gibi, boş çabalarına kızabilir ve ona şöyle diyebilir:
>
> "Git yan o zaman; bu senin hatan!" (s. 219)

Karenin, Anna'dan nefret eder ama onunla her türlü duygusal bağı geri tutar. Tüm kinci düşüncelerini içinde tutar, nefretini soğuk bir şekilde ifade eder. Temel duygusal tutumu, ondan uzaklaşmaktır. Büyük "ben" gücendi. Nefretini dile getirmiş olsaydı, narsisizmden bir adım atmış olacaktı. Oblonsky'nin sadakatsizliğiyle karşı karşıya kaldığında Karenin'in davranışını Dolly'ninkiyle karşılaştırın. Parçalandı, ondan nefret ediyor ve bunu ifade ediyor.

İntikam almak

Narsist kişi, gücendiğinin bilinçli olarak farkında olmadığı için intikamın en ayrıntılı biçimleri gerçekleşebilir. Mesela, İngiltere'deki bir üniversitede bir adam umduğu profesörlük işini alamamıştı, onun yerine rakibi atandı. Bir süre sonra mağlup adam bu disiplini iki bölüme ayırma önerisinde bulundu. Gerekçe çalışma grupları tarafından oluşturulan çok sayıda belge ile detaylandırılmıştı. Bununla birlikte, burada itici gücün rakibini bir miktar güçten mahrum etmek ve daha büyük bir güç elde etmek olduğu sonucuna varmamak zordu ve aslında olan buydu: İki departman oluşturuldu. Yine narsisizm tarafından motive edilen eylemlerin daha sağlıklı güdüler tarafından yönlendirilenler kadar başarılı ve verimli olup olmadığına dair o ilginç soruya geri döndük.

Konuşmasına izin verilmeyen çocuk

Narsisizmdeki olumsuzluk, kısmen benliğin çözülmemiş çocuk parçasına, kişilik içindeki spontane, duygusal kaynağa söz hakkı verilmemesinden kaynaklanmaktadır; bu kıskanç bir çocuk, kırgın bir çocuk olabilir. Kişinin içsel duygularının kökü, bu bebekte olacaktır ancak dışa vurulmaz. Narsist insanlar genellikle onları kimsenin anlamadığından şikayet ederler ve beklenti, terapistin hiçbir şey söylenmeden onu anlaması gerektiğidir. Bu en açıklayıcı işaretlerden biridir. Psikotik hastam, iletişim kurmak için hiçbir çaba göstermeden onu anlamam gerektiğini düşünüyordu. Bu hastayla ilgili Bion

bana, "Ona, işini düzgün yapabilmen için onun seni bilgilendirmesi gerektiğini söylemelisin" demişti.

Bir terapist olarak bir miktar teorik anlayışa sahip olabilirsiniz ancak diğerinden bazı bilgiler gelmedikçe, asla ilişkide canlı olan bir anlayışa sahip olamazsınız. Bazen bir hasta iletişim kurmak için çaba gösterebilir ve siz onu anlamayabilirsiniz. Bu tür bir durum ile iletişim kurmakla ilgilenmeyen narsistin durumu arasında ayrım yapabilmek son derece önemlidir. Narsist kişi, terapisti "bilen" büyüklenmeci bir kişi olarak görür. Terapistin buna direnmesi gerekir. Bir keresinde bir hastaya bıkkınlıkla, "Benim psikoloji üzerine hiçbir kitabın kapağını açmamış bir sürücü olduğumu hayal edin. Benimle bu varsayım ışığında konuşun" demiştim.

Londra'da bir hasta beni görmeye geldi. Büyük bir sosyal yardım kuruluşundan sorumluydu ve psikanalitik kavramları daha iyi kavramak istediği için geldiğini söyledi: Bunun, personelini daha iyi yönetmesine yardımcı olacağını düşünüyordu. Haftada sadece bir kez geleceğini çünkü ihtiyacı olan tek şeyin bu olduğunu ve zaten iş taahhütleri nedeniyle bundan fazlasını yapamayacağını söyledi. (Bu tür bir durum, bir terapisti veya analisti zor bir duruma sokabilir. Burada tedavi isteyen ama bundan çok korkan bir adam var, bu yüzden analisti psikanalizin neredeyse işe yaramamaya mahkum olduğu bir konuma koyuyor.) Onu kabul ettim, çıkacağım izinlerden bahsettim: Noel'de on gün, Paskalya'da bir hafta ve ağustosta beş hafta. Ona söylediğim anda "Daha bu tarihlere çok var. Endişelenmeme gerek yok" dedi. Yine de gözlerinde panik dolu bir bakış belirmişti. İzin zamanlarının büyük bir sorun olacağını tahmin ettim ve kendi kendime, "Bu konuda endişelenmene gerek yok. Üzülmene gerek yok" diyen büyüklenmeci bir yetişkinin egemen olduğu, olağanüstü derecede bağımlı bir bebek olduğunu formüle ettim.

İlerleyen zamanda, Noel tatili sırasında sarhoşken karısıyla hiddetli bir kavga etti ve Paskalya tatilinde evlilik dışı bir ilişki yaşadı. Dehşet içinde ağustostaki uzun iznim esnasında ne yapacağını düşündüm. Hiçbir yorumun onun üzerinde herhangi bir etkisi olmuyordu. Bu bebeği haftada bir kez tut-

manın yeterli olmadığını anladım. Sarhoş kavganın ve yasak ilişkinin, ondan ayrıldığımda, içindeki çocuğun hiddetlenmesinden kaynaklandığını kendisine anlatmaya çalıştım ama sonuç alamadım.

Ağustos iznim geldiğinde, son seansından birkaç gün sonra bir araba kazası geçirdi ve birkaç gün hastanede yatmak zorunda kaldı. Neyse ki sadece hafif yaralanmıştı. Bunu, döndüğümde öğrendim. Bana bir aylığına uzak kalacağını söyledi. Bir aydır uzak kaldığım ve onu hastanede çürümeye bıraktığım için bana kızdığını ve bu yüzden uzaklaştığını söyledim. Kırgın görünüyordu. Bir sonraki seansta, bana söylediğim şeyin hadsiz olduğunu ve tedaviyi bitirmeye karar verdiğini söyledi. Bununla birlikte, son seansımızın ardından daha önce hiç hissetmediği kadar toparlanmış ve iyi hissettiğini de söyledi. Ama bunun tamamen kendisinden kaynaklandığını söyledi, söylediğim hiçbir şeyle ilgisi yoktu. Daha sonra ona ne kadar yardımcı olduğumu, psikanaliz hakkında ne çok şey öğrendiğini ve ekibini yönetmede bunların ne kadar yararlı olacağını söyleyerek devam etti.

Burada çalışan iki seviye vardı. Bir düzeyde ona çok faydalı olmuştum ama diğer düzeyde (gerçek bir yardımın olduğu, inkar eden yetişkinin bir an için bebek lehine geri itildiği bir yerde) benim bir şey yaptığımı kabul etmeye hazır değildi. Yararlı olan tek şeyin ona ait olması gerekiyordu.

Bu skeç narsisistik içsel durumu gösterir: Benliğin bebeği boğan büyüklenmeci tarafı. Bebek, uzun izin süresini yönetemez. Büyüklenmeci taraf devreye girer, bebeğin adım atmasına tahammül edemez. Büyüklenmeci taraf, benliği sabit tutmaya yatırılır ve bize sahte bir olgunluk kalır.

Negatiflik ve intihar

Şimdi narsisizmdeki aşırı olumsuzluğun intiharla ilişkisi hakkında bir şeyler söylemek istiyorum. Anna Karenina'da Anna intihar eder, Vronsky intihara teşebbüs eder ve Levin intihar dürtüleriyle boğuşur. Bahsettiğim iki mitte hem Narkissos hem de Cassius intihar eder. Yardıma doğru atılan adım her

zaman bilgiyi de beraberinde getirir, bu yüzden ondan kaçınılır. Can verene doğru atılan her adım bilgi getirir. Çocuksu spontane duygusal benliğe dokunulursa, bir temas kurulursa, bu, o benliği boğan ve yaşamı iyileştiren herhangi bir şeyle temas etmesine izin vermeyen korkunç tiran hakkında bir fikir verir ve bu genellikle umutsuzluk yaratır.

Benliğin büyüklenmeci tarafı her zaman böyle bir anda devreye girer ve "Gördün mü? Yaptıkların kesinlikle işe yaramaz" diyerek gerçeği abartır. Tam da kişinin adım attığı anda onu içeriden kınar. O anda birinin olağanüstü bir olumsuzluğa kapılması ve intihar etmesi çok kolaydır.

Analist böyle bir durumun ortaya çıktığını gördüğünde, bu olumsuzluğun ne kadar kötü olabileceğinin farkında olması çok önemlidir. Bu zihniyeti görmek ve hastaya onun da bunu görebileceği şekilde yansıtmaya çalışmak son derece önemlidir. Daha önce de söylediğim gibi hastayı daha umutlu hissettirmeye çalışmak hatadır. Bunun ona hiçbir faydası olmayacaktır. Yapılması gereken olumsuz, kendine acıyan, intikamcı zihniyeti açıkça görmek, herhangi bir kınama hissinden kaçınmaktır. Hasta, sahip olduğu zihniyeti tüm ölümcül renkleriyle görebiliyorsa bu kişiliğinde bir cesaret ruhunu harekete geçirebilir ve ona karşı durmasını sağlayabilir.

Yedinci Bölüm

Travma ve Narsist Seçenek Arasındaki İlişki

Narsisizm neredeyse her zaman bir travmanın ürünüdür. Bütün narsisistik işleyiş biçimi (büyüklenmecilik ve benliğin parçalarının yadsınması) bir savunma prosedürüdür. Böyle bir kişinin her zaman diğer insanları harekete geçirmesi, onları uzaklaştırmak istemesi, ne olursa olsun onları endişelendirmesi veya sinirlendirmesi göz önüne alındığında bunu kavramak zor olabilir.

Narsist birini tedavi etmeye çalışırken karşılaşılan zorluklardan biri, bu savunma barajının bir kısmını atlatana kadar travmanın ne olduğunu gerçekten çözememenizdir. Birinin vaka geçmişinde, çocukluğunda korkunç bir felaket yaşadığını görebilirsiniz ancak bu olayların duygusal gerçekliği ile temas kurmadıkça, hiçbir konuşmanın terapötik değeri olmayacaktır. Sıklıkla, kişinin yaşadığı bir travma hakkında konuştuğunu duyabilirsiniz, hatta bu konuda ağlayabilir ama belli bir mesafeden konuşur. Bu anlaşılabilir. Şiddetli bir travma olduğunda bir kişinin yapmak isteyeceği son şey, duygusal olarak o travmanın olduğu yere geri dönmektir.

Travmanın doğası

Travma, "şok" anlamına gelen medikopsikolojik bir kelimedir. İnsanlar şok olduklarında sersemlerler, kendilerine neyin

çarptığını algılayamazlar. Ani bir durum değişikliği olur ve panik halini hissedebilirler. Uyum sağlayamazlar, psikolojik özleri derinden sarsılmıştır. İç ve dış ilişkilerinin yapısı kökten değişmiştir. Bu, muhtemelen yeni bir şeyin meydana gelmesinden değil, psikolojik varlığın olaya hazırlıksız olmasındandır. Elli yaşındaki bir adam annesinin ölümüne hazırlıklı olabilir, bir yaşındaki bir çocuk ise hazır değildir. Yaşam boyunca belirli kayıplar, ayrılıklar, ölümler vb. için bir hazırlık vardır. Travmanın özü, sabit beklentiye dayalı bu istikrarın parçalanmasıdır.

Winnicott'un vurguladığı gibi, psikolojik gelişmede istikrarlı bir ayrılma süreci vardır: Bir çocuk, babanın yardımıyla anneyle olan yakın bağlarından aşama aşama ayrılır ve yeni bağlar kurar, okula gider, vb. İç tetikleyiciler tarafından önceden belirlenmiş ve duygusal beslenmenin yardımcı olduğu bir ayrılma temposu vardır. Şok, bu süreç aniden bozulduğunda ortaya çıkar.

Kendini travmatize eden fail haline getirmek

Burada sunduğum fikir, travmayı yönetmenin yollarından birinin, narsisistik seçenek olduğudur. Kendini olanlardan uzaklaştırmak için kişi, narsisistik varoluş biçimine girer. Büyüklenmeci durumunda, acı veren şeyleri uzaklaştırabilir. Kendi parçalarını başkalarına dağıtabilir ve acı veren şey ne olursa olsun anestezi altında yaşar.

Bir travma meydana geldiğinde, kişi kendini (büyüklenmeci bir kimlik benimsediğinde bunu yapabilir) travmatize edici failin modeline doğru iter. Bir kişiye bir ebeveyn tarafından zalimce davranılmışsa, travmayla yaşamanın yollarından biri, bu şekilde muamele gören bebek benliğini uzaklaştırmak ve başkalarına zalimce davranmaktır. Zalim otoriter ebeveyn tarafından yetiştirilen insanlar, genellikle kendi çocuklarına da aynı şekilde ebeveynlik yapacaklardır. Bazen tam tersini yaparlar ve çocuğu aşırı şımartırlar ancak bu aynı temel sorundur: Travmatize olmuş kişinin, kendisini travmatize edici fail haline getirmesi.

Bir keresinde hastam, ilk değerlendirmesinde son derece sadist olan babasından bahsetmişti. Ne zaman yaramazlık yapsa (epey küçük şeyler) babası onu evinin garajında üç saat boyunca elleri havada bir şekilde durmaya zorluyordu. Bir eli hafifçe düşerse babası onu kırbaçlıyordu. Bu adamın bir erkek ve bir kız olmak üzere iki çocuğu vardı ve terapist, zaman zaman adamın kızına ve karısına atıfta bulunurken oğlandan nadiren bahsettiğini fark etti. Daha sonra ortaya çıktı ki bu adam, tıpkı babasının ona yaptığı gibi, oğluna acımasız ritüeller uygulamaya başlamıştı. Adam, kendi travmasının sorununu, adeta psikolojik olarak bunun içinde bulunarak çözmüştü. Onu terapiye iten kaygıyı yaratan da buydu. O adamın terapiye gitmesi ve travmanın fark edilmemesi mümkün olabilirdi ancak terapist, oğlundan hiç bahsetmediğini fark etti. Çok suçlu hissettiği için çocuktan bahsetmiyordu.

Bu tür şeyleri sahiplenilmesi mümkün olacak şekilde açıklamak, çok fazla terapötik incelik ve beceri gerektirir. Daha önce de vurguladığım gibi, bir kez sahiplenilmeye başlandığında bu konuda bir şeyler yapılabilir. Bazen kaygı o kadar büyüktür ki kişi, bir terapiste veya analiste asla yaklaşamayacak kadar dışarı itilir. Çoğu narsist insan, muhtemelen hiçbir zaman bir analiste veya terapiste gitmeyecek, sadece içinde yaşadığı topluluğa zulmedecektir.

İşte, travmatize edici failin karakter ritmine kendini iten bir kişinin başka bir örneği: Ciddi bir fiziksel engele sahip bir erkek kardeşi olan kırklı yaşlarının sonlarındaki bir kadını tedavi ediyordum. Kardeşinin engeli nedeniyle annesi, tüm dikkatini erkek kardeşine vermiş gibi görünüyordu. Bu, onun şikayetiydi. Tedavinin başlarında onun hakkında fark ettiğim bir şey, dikkatinin büyük bir kısmının benim üzerimde olmasıydı. Üşütmüşsem, bunu sorun ederdi. Dizim kötü, bu da bazen topallamama neden oluyor ve topalladığımı fark ederse çok endişelenirdi: "İyi miydim? Merak etmeme gerek yoktu, zor olacaksa randevumuzu iptal edebilirdik."

Bana davranışı, annesinin erkek kardeşine karşı davranışına benziyordu. Neden kendini annesinin kimliğine sokmuştu? Kişinin kendi duyguları, neler olup bittiğine dair bir işaret

verebilir. Beklenenin aksine, onun benim için endişelendiğini hissetmedim. Sürekli aşırı korumacı olması beni rahatsız etmişti. Onu tedavi edeceğim konusunda haklı bir beklentiyle bana geliyordu ama tüm bu telaşlar onun yardımımı istemesini engelliyordu.

Annesi ve ağabeyi arasında geçen dramı benimle tekrar etme şekli hakkında birkaç kez yorum yapmıştım fakat bunlar pek etkili olmadı. Bir gün, "Buraya benim fiziksel sağlığımı korumak için gelmediğini biliyorsun, o yüzden bunu neden yaptığını merak ediyorum" dedim. Bu onun için bir şoktu. Bundan etkilendi ve ağabeyine, çeşitli sorunları olduğu için tedavi gördüğünü söyledi. Ağabeyi, büyük ölçüde rahatlamıştı çünkü daha önceden ailedeki tek sorunlu kişinin kendisi olduğunu düşünüyor ve yük gibi hissediyordu. Kardeşinin, durumun böyle olmadığını kabul ettiğini hissetti ve annesiyle bu konuda konuşması için ona yalvardı. O da biraz isteksizlikten sonra istenileni yaptı. Annesi daha sonra, kızının ona annelik yapmasına asla izin vermediği için her zaman hayal kırıklığına uğradığını söyledi, ki bu tam olarak benim karşılaştığım sorundu; onu tedavi etmeme izin vermiyordu. Annesinin tüm dikkatini kardeşine vermesi onu incitmiş, bu yüzden susmuş ve "Tamam, o zaman hiç istemiyorum" demişti. Bu şekilde annesini reddediyor, kardeşine ve kendisine acı çektiriyordu. Büyüklenmeci taraf, "Anneye ihtiyacım yok. Diğer tüm hastalar bu adamı görmeye geliyorlar ve onların bu adama ihtiyaçları var ama benim ona ihtiyacım yok. Ona ben bakacağım" diyordu.

Narsisistik seçeneği benimseyen insanlar, ona meydan okumaktan ziyade kendilerini zulmedici kalıba iterler. Fairbairn kötü içsel nesnelere atıfta bulunur ve bence bununla kastettiği, insanların ne yaptıklarının farkında olmadan kendilerini kötü kimliklere itmeleridir. Örneğin, hayırseverlik gibi görünen bir davranışının aslında annesine, kardeşine karşı kaba bir reddetme davranışı olduğunu fark etmesi kadın için bir şoktu. Tedavi sürecinde bana yaptığı da buydu. Bu ilişkiyi reddederek kendine daha fazla zarar vermekten pişman oldu.

Narsist zarf

İnsanlar korkunç bir travma geçirdiklerinde ve kendilerini fail haline getirerek bununla başa çıktıklarında, koza içinde yaşamalarının bir yolu oluşur; çok ayrışmışlardır. Bazen bu kozayı narsist bir zarf olarak adlandırıyorum. Tecrübelerime göre, bir hasta tedaviye geldiğinde, sanki böyle bir zarfın içindeymiş ve daha yeni yeni çıkmaya başlıyormuş gibi oluyor. Babasının sadistçe davrandığı adamın durumuna dönecek olursak, uzun süredir narsist zarfının içindeydi ve bu durumdan hiç çıkmamıştı ancak oğlu kendisinin acımasızca muamele gördüğü yaşa geldiğinde davranış, oğluyla ilgili olarak ortaya çıkmaya başladı. Belli ki o kadar dayanılmaz bir düzeye ulaştı ki tedavi istedi.

Genellikle analist ve hasta arasında bir tür savaş gelişir, analist hastayı kozadan çıkarmaya çalışır ve hasta olduğu yerde kalma çabasıyla tüm değerini diğer yöne çeker. Bu durumlarda meydana gelen bir başka şey de hastanın analisti veya terapisti kendi yaşamsal gücü, kendi olumlu yaşam hamlesi için depo yapması ve terapiste onu adeta o zarfın dışına çekme rolünü vermesidir. Bu tür durumlarda, muhtemelen farkındalık içinde olmasalar da hayatlarında boğucu bir şeyin pençesinde olduklarına dair bir miktar bilgileri vardır.

Anna Karenina'dan kısa bir alıntı bunu gösteriyor. Anna'nın ölümün eşiğine geldiği ve Karenin'in yanında olduğu anda. Karenin gitmek üzereyken Anna ona şunları söyler:

> "Dur biraz, bilemezsin... Biraz kal, kal!"
>
> Düşüncelerini toplamaya çalışıyormuş gibi durur. "Evet" diye başlar, "evet evet. evet. Söylemek istediğim buydu. Halime şaşırma. Hâlâ aynı kişiyim ama içimde başka bir kadın var, ondan korkuyorum: O adama aşık olan oydu ve ben de senden nefret etmeye çalıştım. Bir zamanlar olduğum benliği unutamıyordum. Ben o kadın değilim. Şimdi gerçek benliğim, tamamen kendimim. Şimdi ölüyorum, biliyorum; ona sorabilirsin. Hissediyorum zaten. Ellerim ve ayaklarım

kurşun kadar ağır ve parmaklarım, onlara bak: Ne kadar büyük olduklarını gör! Ama yakında her şey sona erecek. Tek bir şey istiyorum, beni affetmeni, beni tamamen affetmeni!" (s. 438)

Bu, kişinin sağlıklı tarafını terapiste teslim etmesine ve şöyle demesine neden olacak, içinde başka bir kişinin olduğunun farkına varma gücüdür: "Tanrı aşkına. Ona iyi bak. İçimdeki bu öteki insan çok hain ve boğucu!"

Bazen kozadan çıkmayı başaran ve önceden nasıl olduğunu hatırlayan biri, kozayı bir şekilde biraz kıran duygusal açıklamalar yapan ve içeride devam eden duygusal yaşamla temasa geçen bir akrabadan veya arkadaştan bahseder. Bununla birlikte, genellikle, böyle bir temas kişiyi dışarı çekmek için yetersizdir. Biri terapiye geldiğinde, dışarı çıkarmanın mümkün olacağı ümidi vardır. Şüphesiz, narsisistik bir durumdan terapi görmeden belirli yaşam deneyimleri ve farkındalıklarla çıkmayı başaran insanlar vardır ancak bu tür olaylar nadirdir.

Bazen insanlar kendilerini, travmatize eden failin kalıbına soktuğunda kendilerini travmanın zaman yapısına da iterler. Birkaç yıl önce tanıdığım biri analize başladı ve dört yıl dokuz ay devam ettikten sonra aniden bıraktı. Daha sonra arkadaşları, bu kişinin annesi öldüğünde onun, tam olarak dört yıl dokuz aylık olduğunu öğrendiler. Analizini bıraktıktan kısa bir süre sonra intihar etti. Zaman zaman, belirli anlarda korkunç bir mücadele verdiklerini, travmatize edici faille mi kalacakları yoksa kendilerini ondan kurtarmayı mı başaracakları sorularının cevaplanmaya çalıştığı durumlar düşünüyorum. Sanırım bu adam öyle bir ana ulaşmıştı ve kendini çekememişti.

Kümülatif travma

Bazen bir benliği belirli bir karakter ritmine sokan şey belirli bir travmatik olay değil, psikanalitik literatürde kümülatif travma olarak adlandırılan şeydir. İnsanlar anne babalarının duygusal karakterleri nedeniyle travma geçirebilirler. Örneğin, bebekliğinden beri duygusal olarak soğuk bir anne ya da

babaya sahip olan bir kişi, kendini bu karaktere sokabilir. Sevgi ve rahatlık arayan bebeği bastırarak soğuk kalpsiz, içekapanık figür kimliğini benimser. En travmatik deneyim, anne veya babanın duygusal olarak verici olmamasıdır. Bununla birlikte, ebeveyni suçlamamak önemlidir. Onlar da kendi çocukluklarında hastalık veya yas gibi ciddi zorluklar yaşamış olabilirler.

Narsisizme doğru çekim

Narsisistik seçenek ile travma arasındaki ilişki, bir savunmacı içermedir. Bunu bir seçenek olarak adlandırmak doğru mu? Bebeğe başka bir yol açılır mıydı? Bu soruyu cevaplamak zor ancak narsisizmi tersine çevirme fırsatları kesinlikle ortaya çıkar. Travmatik deneyimin narsisizme yönelik çekimi yoğunlaştırdığını ve böylece travmatik deneyimin, narsisistik seçeneğe yönelik çekiminin daha yoğun hale geldiğini anlamak önemlidir. Bu aynı zamanda bebeğin ulaştığı gelişim aşamasına da bağlıdır. Travmanın meydana geldiği yaş ne kadar küçükse, narsisizme yönelik çekim de o kadar büyük olur. T'nin travmaya, GA'nın gelişim aşamasına ve NÇ'nin narsisizm yönündeki çekime eşit olduğu bir denklem kurulursa, NÇ'nin yoğunluğu T ve GA'nın bir ürünüdür. Fairbairn (1976), bebeklikten itibaren hepimizin içinde belirli bir duygusal tolerans eşiği olduğunu ve stres bu eşiği aştığında egonun parçalandığını öne sürmüştür.

Ayrıca, bir kişinin aşırı strese maruz kaldığında narsisistik çözümü bulabileceğine inanmıştır.

Travma kişiyi narsisizmden çıkarabilir

Kesinlikle yetişkin hayatında ve muhtemelen geç çocukluk ve ergenlik döneminde de bir travma, ters etki yapabilir ve birini narsisizmden dışarı çekmeye başlayabilir. Oğluna sadistçe davranmaya başladığını fark eden adamın durumunu ele alırsak, bu travma, onun tedavi arzusunu tetiklemiştir.

Psikanalizin kendisi, hastaların kendilerini içine soktukları travmatik bir durumdur ve bazen önemli olayların ya-

şanmasına neden olabilir. Örneğin, psikanalize giren insanlar epey yaygın olarak cinsel bir ilişkiye başlarlar ve bu da kısmen psikanalizin neden olduğu uyarımın yoğunluğuna karşı bir engel oluşturmaya hizmet eder. Psikanaliz, travmatik bir durum örneğidir; tatmin edici bir şekilde yürütülürse, birini narsisistik bir durumdan çıkarmaya yöneliktir.

Acıya karşı bir koruma

Narsisizm tercih edildiğinde, bu bireyi acıya karşı koruma işlevi görür. Bunu akılda tutmak son derece önemlidir. Şiddetli zihinsel acısı olan birinin yanında olmak epey zordur ve bu nedenle bazen hem hastanın hem de analistin kendilerini acıya karşı koruduğu terapötik veya analitik durumlar vardır. Ancak kişinin iyileşmesi için zihinsel acı kaçınılmazdır.

Travma ne kadar kötüyse, narsisistik akımlar o kadar yoğun bir şekilde yerleşik olacaktır. Bu da kişinin bundan çıkabilmesi için, kişiliğin sağlıklı tarafı adına daha fazla desteğe ihtiyaç duyacağı anlamına gelir. Kişiden istenen, belirli bir kendini savunma yolundan vazgeçmesidir. Terapistin görevi, umutsuzca narsisistik sığınakta ve anestezi altında kalmak isteyen tarafa karşı mücadele eden yaşamı geliştirici tarafı desteklemektir.

Narsisizmin Tersine Çevrilmesi

Narsisistik durumu tersine çevirmek mümkün müdür? Ortaya koyduğum teori, narsisizmin travmatik durumlarda kişiliğin derin bir düzeyinde seçildiğidir. Bu bir seçim olduğu için, bu seçimin tersine çevrilmesi mümkündür. Bununla birlikte, insan ruhunu çökertecek kadar şiddetli travmaların olabileceği görüşündeyim. Anne Frank'ın hikayesini hatırlayın. Korkunç acılara katlandı ama en sonunda, toplama kampında kız kardeşinin ölümü onun da ruhunu kırdı ve ardından o da öldü. Benim görüşüm, Bowlby'nin bebeğin kayıpla ilişkisinde üç aşamayı öne süren araştırmalarıyla uyumlu. Benim düşünceme göre, ruh kırıldığında kişi, narsisistik çözümü tercih edebilir. Bu, otistik kabuğun yoğun bir umutsuzluğu kapadığını söyleyen Frances Tustin ile aynı doğrultudadır. Onun çocukluk otizmi olarak tanımladığı şeyin, çocuksu narsisizmle yakından ilişkili olduğuna inanıyorum.

Benim tezim, bireylere bu radikal narsisistik seçeneği değiştirme şansının, belki de birkaç şansın verildiğidir. Bu, narsisizmin belirli koşullarda, travma nedeniyle ortaya çıktığını savunan determinist görüşe aykırıdır. Bu şekilde travmanın nasıl tersine çevrilebileceğini görmek zor. Travmaya karşı duygusal bir tepki olan bir ara adım olduğunu düşünüyo-

rum. Bu, daha önce can veren hakkında söylediklerimin ışığında düşünülmelidir. Can veren, kişinin içinde zihinsel bir nesnedir ancak seçilme anında var olur. Dışarıdadır ama yine de tercih edildiğinde içeridedir. Bu seçim anı her zaman risklidir. İşin içinde cesaret vardır. Seçilenin daha iyi olacağını bilmeden güvenli bir sığınak terk edilmelidir. Efsanede, Cassius nehri geçmeye cesaret edemez. Anna Karenina'da, Anna'nın ölümünden önceki o korkunç yüz sayfada, Anna tamamen Vronsky'nin onu sevip sevmediğiyle meşguldür.

Bu tür bir meşguliyetin ("Bu kişi beni seviyor mu?") içinde her zaman zehirli bir zihniyet vardır. Kişi sürekli olarak bu zihniyetten kaçmak zorunda kalır. Tüm bu sayfalarda, daha önce de belirttiğim gibi, Anna'da "ileri doğru" bir hareket yok gibidir. Saygı görmek için ne yapar? Kitty, Levin ve Dolly, hepsi değerli şeyler yapar. Oblonsky bile Levin ve Kitty'yi yeniden bir araya getirir ve borçları arttığında kendisine bir komitede iş bulur. Oysa Anna'nın ne yaptığını görmek çok zor. Anna'nın trajedilerinden biri, intiharının bir hamle yaparken gelmesidir. Bir nesnenin tanınmasına yönelik bir eylemin başlangıcı olarak ve psişenin onunla ilişkili bir faaliyetinin başlangıcı olacak şekilde Vronsky'den nefret etmeye başlamıştır.

Narsisizmin tersine çevrilmesinin hikayesi

Bence Kitty ve Levin arasında yaşananlar, narsisizmin tersine çevrilmesinin hikayesidir. Tüm büyük literatürde dışsal eylem, içeride olup biteni sembolize eder. Kitty, "Korkarım ki bu olamaz" diye özlü bir ifadeyle onu reddettiğinde Levin yaralanmıştır. Ancak Anna-Karenin çifti ile Kitty ve Levin arasındaki fark burada yatmaktadır. Her iki durumda da Vronsky araya girer: O neyi simgeler? Hem Anna'nın hem de Kitty'nin en derin arzusu, Vronsky'ye karşı duyulan ani bir tutkulu bağlılıkla yıkılır. Vronsky, Levin'de ve Karenin'de olmayan neye sahipti? Özelliği neydi? Bu kadar güçlü bir cazibe kullanmayı nasıl başarmıştı? Açık bir cevap, cinsel açıdan son derece çekici olduğuydu. Yine de burada tam bir nokta koyamayız. Nasıl bu kadar ağır basan cinsel tutkuyu uyandırabilmişti? Bence o,

bireyi dehşete düşüren, cinsel tutkuya kaçışı hızlandıran bir iç suikastçıyı temsil ediyor. Vronsky, ruhun içinde herhangi bir ilham olabileceğini anlamaz. O Anna'nın kaçtığı iç katilin erotik temsilidir ama bu derin çekiciliğe rağmen Kitty ondan kaçınabilir. Anna ölümle yüz yüze geldiğinde, suçluluk ve pişmanlık hisseder ancak sonra büyük kale kapısı tekrar kapanır. Bunun içinde yarattığı suikastçının dehşetiyle yüzleşemediği için gerçekleştiğine inanıyorum. Kitty ve Levin'de suikastçı bu şekliyle asla oluşmaz. İkisi arasında, ne kadar küçük olursa olsun, asla kapanmayan bir açıklık vardır. Levin ve Kitty'nin dokunaklı buluşması Oblonsky'lerde işte şu şekilde gerçekleşmiştir:

> Levin, evlenmeyen bir kızın ailede her zaman kadınsı bir uğraş bulabileceği konusunda Dolly ile aynı fikirdeydi. Hiçbir ailenin kendilerine yardım edecek kadın olmadan geçinemeyeceğini, fakir ya da zengin her ailenin ücretli ya da aileye ait hemşirelere sahip olması gerektiğini söyleyerek bu görüşü destekledi.
>
> "Hayır" dedi Kitty kızararak ama ona dürüst gözleriyle daha da cesurca bakarak, "bir kız, aile içinde yaşamak onun için aşağılayıcı olacak kadar yerleşmiş olabilir."
>
> Levin onu anlamıştı.
>
> "Ah evet" dedi. "Evet, evet, evet. Haklısın, haklısın!"
>
> Ve Pestsov'un o akşam yemeğinde kadınların özgürlüğü hakkında atıp tutmasının nedeninin, Kitty'nin kalbinde, evde kalmış bir kız olarak kalmanın aşağılanmasının dehşetini görmüş olması olduğunu anladı. Onu sevdiği için, o dehşeti ve aşağılanmayı kendi de hissetti ve hemen iddiasından vazgeçti.
>
> Bunu bir sessizlik izledi. Kitty tebeşirle masanın üzerine karalamaya devam etti. Gözleri yumuşak bir ışıkla parladı. Onun ruh haline teslim

olarak, Levin tüm varlığı boyunca sürekli artan bir mutluluk gerilimi hissetti.

"Ah, masanın her yerini karaladım" diye haykırdı ve tebeşiri bırakarak ayağa kalkmak için bir hareket yaptı.

Levin "Ne! O olmadan yalnız mı kalacağım?" diye düşündü korkuyla ve tebeşir parçasını aldı. "Gitme" dedi, masaya oturdu. "Sana uzun zamandır bir soru sormak istiyordum." Korkmuş olsa da yumuşak gözlere direkt baktı.

"Nedir?"

"İşte" dedi ilk harfleri b, o, d, a, o, m, k, o, z, o, m. Bu harfler, "Bana olamaz dediğinde asla olmayacağını mı kastettin, o zaman olmayacağını mı?" sorusunu temsil ediyordu. Bu karmaşık diziyi deşifre edebilme ihtimali yok gibiydi ama sanki hayatı kelimeleri anlamasına bağlıymış gibi harflere baktı.

Harflere ciddi bir şekilde baktı, sonra büzülmüş alnını eline dayadı ve okumaya başladı. Bir ya da iki kez, bir soru sorarcasına Levin'e baktı. "Bu düşündüğüm şey mi?"

"Ne olduğunu biliyorum" dedi biraz kızararak.

Levin "Bu kelime nedir?" diye sordu, asla anlamına gelen a'yı işaret ederek.

Bu *asla* demek" diye bağırdı. "Ama bu doğru değil!"

Yazdıklarını çabucak sildi, ona tebeşiri verdi ve ayağa kalktı. Kitty o, z, f, b, c, v yazdı.

Dolly, ikisinin halini görünce Karenin'le olan konuşmasının neden olduğu kederden bir teselli buldu: Kitty elinde tebeşir, utangaç ve mutlu bir gülümsemeyle Levin'e bakıyordu. Levin'in güzel silüeti masa üzerine eğilmiş, parlayan gözleri bir masaya bir Kitty'ye çevriliyordu. Aniden ne-

şelendi: Anlamıştı. Harfler şu anlama geliyordu: "O zaman farklı bir cevap veremezdim."

Levin utangaç, soran gözlerle ona baktı. "Sadece o zaman mı?"

Evet, diye yanıtladı gülümseyerek.

"Ve ş... şimdi?" diye sordu Levin.

"Tamam, bunu oku. Sana neyi çok istediğimi söyleyeceğim. Neyi gerçekten çok istediğimi!" Baş harfleri yazdı: O, u, b, a. Anlamı: Olanları unutup beni affedebilmeni."

Levin tebeşiri tutup gergin, titreyen parmaklarıyla kırarak şu cümlenin ilk harflerini yazdı: "Unutacak ve bağışlayacak hiçbir şeyim yok. Seni sevmekten hiç vazgeçmedim."

Kız sarsılmayan bir gülümsemeyle ona baktı.

Anlıyorum, dedi fısıldayarak.

Levin oturup uzun bir cümle yazdı. Kitty her şeyi anladı ve haklı olup olmadığını sormadan tebeşiri aldı ve hemen cevabı yazdı.

Levin uzun bir süre ne olduğunu anlayamadı ve kızın gözlerinin içine bakmaya devam etti. Mutluluktan sarhoş olmuştu. Onun harflerini yazdığı kelimeleri hiçbir şekilde bulamadı ama onun mutlulukla dolu güzel gözlerinde bilmesi gereken her şeyi gördü ve üç harf yazdı. Ama o yazmayı bitirmeden önce Kitty onları omzunun üzerinden okudu ve kendisi tamamlayıp cevabı yazdı. "Evet." (s. 422-423)

İçerideki bir bileşen olarak can veren, karanlığa bir sıçrama ile ortaya çıkar. Bu öz, korkunç bir risk hissi yaşatır. Bunu kimsenin, Tolstoy'un burada yaptığından daha iyi anlatabileceğini sanmıyorum. Bu büyük duygusal adımlardan birini atarken insanın kalbindeki korku muazzamdır. Bir keresinde psikoterapi için gittiğim bir adamın, "Atmaya cüret ettiğim bu adım, Everest Dağı'na tırmanmak kadar büyük" dediğini hatırlıyo-

rum ve ben de buna katılıyorum. Ama sağlıklı benliğin özü, bu dışa doğru adımdır.

Diğerinin benliği üzerindeki baskı

Bana psikanaliz ve duygusal iletişimin dinamikleri hakkında çok şey öğreten bir hasta, tedavinin çok önemli bir noktasında benden nefret etmeye başladı. Bu üç buçuk yıl boyunca devam eden acı, amansız bir nefretti ve beni epey üzdü. Sıklıkla tekrarladığı unsurlardan biri, bir erkek olarak muhtemelen anlayamayacağım bazı şeylerin varlığıydı. Haklı olabileceğini düşündüm ve bir noktada bir kadın meslektaşımdan durumu değerlendirmek için onu birkaç kez görmesini istedim. Meslektaşım, hastanın benimle devam etmesinin daha iyi olduğu sonucuna vardı. Sonra bir kırılma yaşadı ve çok güçlü bir aşk patlak verdi, bunu, beni incittiğine dair muazzam bir endişe izledi.

Sanırım onda narsisizmin tersine çevrilmesine tanık oluyordum ama bu, nefretle başlamıştı. Nefret, can verene karşı alıcılığa izin vermeye karşı dehşet ve bir kendini kapatma şeklidir. Ötekinin varlığından nefret etmektir ama aynı zamanda ötekinin, öteki olarak kabul edilmesidir ve eylemdir. Sonunda tersine dönüşün gerçekleşmesine izin verildiğinde nefret dağılır ve onun yerini sevgi alır.

Bu nefretin gerekçesi nedir? Basitçe, bir ötekinin varlığı. Narsisistik yanılsamada başkası yoktur; sadece ben varımdır. Bana çocuklukta var olan tek kişinin kendileri olduklarına dair bir düşlemleri olduğunu söyleyen iki hastam oldu. Narsisistik durumda bu kuruntuya umutsuzca tutunma vardır ancak kişi kendini her şey olduğuna inanılan bir figüre yansıttığı için bu genellikle gizlenir. Anna bunu Vronsky ile yapmıştır.

Ötekinin var olmadığı yanılgısını sürdürmenin yollarından biri de bu ötekini kontrol etmektir. Onun bir başkası haline gelemeyeceği şekilde davranıyorum. Nefret, ötekinin benliğine yapılan baskıdır.

Ötekinden kopmuş hastalarda, öteki, onların boğulmuş benliklerini temsil eder. Analitik bir durumda, kendinizi ta-

mamen dışlanmış hissettiğiniz ve bir insan olarak muamele görmediğinizi hissettiğiniz bir karşı aktarım deneyiminiz varsa, bunun hastanın içsel kişiliğini simgelediğini bilirsiniz. Nefret ilk adımdır çünkü ötekini tanımanın başlangıcıdır ve elbette bu kendi benliklerinden, doğmaya çalışan benliklerden de nefret edilmesi anlamına gelir. Tolstoy'un Kitty ile Levin arasındaki aşkın yavaş yavaş doğması ve gelişmesinde bunu simgelemek istediğine eminim.

Direncin gücü

Şimdi bu dışa doğru harekete, narsisizmi tersine çevirebilecek bu harekete neden bu kadar şiddetle karşı çıkıldığını anlamaya çalışmalıyız. Emin olduğum bir şey var, bu analitik bir tedavide karşılaşabileceğiniz diğer tüm engellerden çok daha güçlü, hatta şiddetli bir çaresizlik içeren bir dirençtir. Bütün bir hayatın yönelimi tehlikededir ve böyle bir yapının çöküşü dünyanın sonu gibi görünür. MS 410'da Roma İmparatorluğu çöktüğünde, imparatorluk içindeki uygar insanlar dünyanın sonunun geldiğini düşündüler. Hippolu Aziz Augustine, imparatorluğun çöküşünden sonra dünyanın hâlâ var olacağını göstermek amacıyla *The City of God (Tanrı'nın Şehri)* adlı uzun bir kitap yazmıştır.

Hastaya kesinkes görünen her şey, bir ömür boyunca (belki de uzun bir ömür) inşa edilen her şey onun tarafından çöküş olarak deneyimlenir. Anna'nın kendini öldürmeden kısa bir süre önce dürtüsel olarak Dolly'yi görmeye gitmesi, bu çöküşün farkındalığının bir göstergesi sayılabilir. Çoğu zaman yeniden yapılandırma işi o kadar büyük görünür ki narsist ses: "Zahmet etme" der. Umut ortaya çıkmaya başladığında, içerideki narsisistik akımlar, bu yeni bulunan şeyi aşağı çekmek için ellerinden geleni yaparlar.

Yeniden başlamak zorunda olmanın, ilk basamağa inmiş olmanın getirdiği bir utanç duygusu vardır. Narsisistik durumun bir özelliği, kişinin yetişkinliğe fırlatılmış olması ve nefret ettiği çocuk statüsünü şiddetle reddetmesidir. Narsisizm beni çocuk hissetmekten hatta çocuk olmaktan korur

ama geçmişimin hiçbir parçası silinmez. Hepsi benim içimdedir; cenin evrem, bebekliğim, çocukluğum, ergenliğim, ilk yetişkinliğim, yetişkinliğim vb. Narsisizm hızlı çözümdür. Bir yetişkin olduğuma inanıyorum; olgun evli bir adam olduğuma inanıyorum. Narsisistik durumda, kendi imajımda nahoş hissettiğim her şeyi dışarı atabilirim. Hemcinslerimin çocuksu davranışlarına küçümseyerek bakabilirim ve onu bir yere, bedenime, zihnimin başka bir bölümüne ya da başka bir yere iterek çocuksu benliğimden kurtulabilirim. Bu süreçte yaptıklarım ile tutarlı olacak bir dünya görüşü oluştururum. Yaptıklarımın şekline uygun bir felsefe geliştiririm. Dünya görüşüm her zaman yaptığım şeye uyar. Narsisizmin tersine çevrilmesinde tüm bunlar tehdit altındadır. Altında bir paranoya yatar. Narsisizm bir örtüdür. Daha depresif konuma gelmedim ama bilmiyorum.

Bu etkenler bizi narsisistik yönelimden vazgeçmemeye ikna etmede büyük rol oynasalar da meselenin özü bunlar değildir; bunlar, tehdidin kendisi değil, yön değişikliğinin ikincil sonuçlarıdır.

Kendi gerçekliğini şekillendirme adımı

Narsist durumda, yönelimsel merkezimin işleyiş durumu bastırılır. Başkalarının fikirlerini çalarım, başkalarının duygusal yönlülüğüne girerim ve çeşitli araçlar kullanırım fakat aslında bir şeyler yapan onlardır, ben pasif kalırım. Bilinmeyene o adımı atmam. Cassius, nehri geçmeye cesaret edemez. Akademik ağacın en tepesinde yer alan, konuları hakkında detaylı bilgiye sahip zeki insanlar tanıdım ama nihayetinde başkalarının pelerinini giyiyorlardı. Benim olan ve dolayısıyla benzersiz bir şeyi şekillendirme adımına güçlü bir şekilde direnilir. Bu, bireyin can verene sahip olacağı adımdır. Bu adım atılır atılmaz, pasif olarak edinilen bilgiden epey farklı bir bilgiyi de beraberinde getirir.

Bir keresinde, bir düzine deveyle Orta Kenya'dan Rudolph Gölü'ne yürüyüş yapmış ve bu konuda bir kitap yazmış bir adamla tanışmıştım. Kitabı okumuş olmama rağmen böyle

bir yolculuğun nasıl bir şey olduğunu yazarın bildiği şekilde asla bilemeyeceğim. O, bunu kendisi yapmış olduğu için kalıcı bir şekilde biliyor. Ben deveye hiç binmedim ve Afrika'nın o bölgesinde hiç bulunmadım. Bathurst'tan, Kalgoorlie'ye develerle gitmiş olsaydım, o zaman bir fikrim olabilirdi ama bunun kaynağı bazı eşdeğer deneyimlerim olacaktı.

Bunu kendim yapmak; bu yeni bilgi getiren yeni bir gerçekliği oluşturmak, bence direnişin anahtarı. Yeni bilgi, ardından rahatsız edici görüntüler getirir. Bir keresinde bir arkadaşım, bana babasının işe yaramaz biri olduğunu düşündüğünü söyledi. Babasının, annesinin hayatını sefil hale getirdiği onun zihnindeki unsurlardan biriydi. Babası öldükten sonra bir gün aile avukatı ziyareti sırasında ona "Biliyor musun, baban çok şefkatli bir adamdı. Onunla ilgili düşüncende yanılıyorsun" dedi. Bu arkadaşım için büyük bir şok oldu. Belli ki avukat bunu tam zamanında söylemişti, arkadaşımın olayları görme şekli çökmeye başladı. Belki de narsisistik kılıfından çıkarıldığı söylenebilir. Annesinin babasıyla ilgili ifadelerini gözden geçirmesi, annesinin sözlerini neden bu kadar isteyerek kabul ettiğini kendi kendine sorması gerekti. Ardından babasına davranış şekli konusunda dehşete kapılmaya başladı. Temelde ötekiyle temas halinde değildi; babasının gerçek yüzüyle.

Burada başka bir şey de düşünülmeli: Değişmemek kötüdür. Vicdan, kapımıza tıklar. Terapistler ve analistler için bir hastanın değişmesine yardım etmemek son derece kötüdür. Narsisizmin özü, duruma "uyum sağlamak"tır ve kendi narsisizmimiz bizi bunu yapmaya teşvik edecektir. Karşı çıkmak, deliliğe, şiddete ve ölüme yakın olmak ürkütücüdür.

Hayatımızın duygusal gerçeklerini değiştirmek

Ana noktaya dönecek olursak, bir şeyler yapmaya, yaratmaya başladığımız anda narsisistik durum tersine döner. Melanie Klein'dan etkilenen analistler, ölüm içgüdüsü kavramını kullanırlar. Bu kavramsal yapının yanlış olduğunu ancak kişisel bir yaratılışın kurulmasına karşı kişilik içinde güçlü bir unsur

olduğunu ve bunun klinik uygulamada güçlü bir şekilde doğrulandığını düşünüyorum.

Mucize, hayatımızın duygusal gerçeklerini değiştirmenin mümkün olmasıdır. Hayatlarımız betona yazılmış değildir ama narsisistik ses bize her zaman öyle olduğumuzu söyleyecektir. Zihnimiz değişebilir ve değişen bir zihinle kişisel dünyamız değişir. Kökten değişebilir. Değişen bir zihniyet, hayatımızın duygusal olaylarını (geçmiş, şimdi ve gelecek) değiştirir. Geçmişimizi kavramak özel zihniyetimiz aracılığıyla olur. Özünde durağan ama hayran olunan figürlerin görüşlerini içeren, hayran olunan figürlerin ya da düşünce sistemlerinin duygusal tutumlarına kendini sokan bir zihin, kendi içsel kaynaklarından şekillenen bir zihinden çok farklı bir zihindir. Bernard Berenson, Amerikalı Litvanyalı sanat eleştirmeni, Yunan Roma dünyasında antik resmin gerilemesinden Rönesans'a kadar bütün ressamların illüstratör, kopyacı olduklarını söyledi. Çağlar boyunca, ressamlar birbiri ardına kölece itaat etmişlerdi, ta ki Giotto önünde bin yıldır atalarının da önünde duran dini temalara kendi ruhunu katarak yeni bir gerçeklik yaratana kadar. Yani, der Berenson, Rubicon illüstrasyondan sanata geçmiştir. Bu hikayeyi aktarmaya çalıştığım şeyin bir sembolü olarak kullanıyorum.

Bilinçsiz bir karar

Şimdi temkinli bir şekilde birkaç söz söylemek istiyorum. Söylediklerimi alıp romantikleştirmek kolay olur. Kişisel olarak şekillenmemizin can alıcı anı, derinlerde, farkında olmadığımız bir düzeyde gerçekleşen bir şeydir, biz bunun ürününü görürüz. Romantikleştirdiğiniz anda bunun gerçekliğini kaybedersiniz.

Ne demek istediğimi açıklamam gerekirse, bir zamanlar uyuşturucu bağımlılığından, alkolizmden ve mükerrer bir mahkum olmaktan kurtulmuş bir adam tanıdım. Kesinlikle dipteydi. Bildiğimiz gibi, böyle bir durumdaki çoğu insan iyileşemez ancak iyileşen birkaç kişi vardır. O zamanlar, o iyile-

şen birkaç insana ilgi duyuyordum. Bu adam evli, iki çocuk babasıydı; Londra'nın bir banliyösünde yaşıyor ve gazeteci olarak çalışıyordu. Ona bu değişikliği yapmasını sağlayan olayların neler olduğunu sordum. İki önemli olay anlattı. Birinden bahsetmek istiyorum. O sırada, Londra'nın kuzeyinde büyük bir arazi üzerinde yer alan eski moda büyük bir akıl hastanesinde yatıyordu. Alkolikler koğuşundaydı ve bu koğuşta, kurallardan biri dışarı çıkıp içen birinin geri alınmayacağıydı. O da dışarı çıktı ve içti. Bir şişe şarapla geri döndü ve hastane arazisindeki bir banka oturdu. Karısı onu dışarı attığı için eve gidemiyordu. Kurallar, koğuşa dönmesini yasaklıyordu ve yağmur yağıyordu. Kendi kendine şöyle dedi: "Yapabileceğim iki şey var: Ya gidip bu şişeyi koğuşun pencerelerinden atarım ya da kendimi öldürürüm." Sonra hava bir anlığına açıldı. Beklenmedik bir şekilde şu düşünce ortaya çıktı: "Ya da iyileşmeye karar verebilirim." O anın psişik sağlığa dönüşünün başlangıcı olduğunu hissetmişti.

Bu olay, bir psikoterapistin akılda tutması gereken bir dizi özelliği vurgulamaktadır ancak şu an için sadece bir faktöre odaklanmak istiyorum. Aklına gelen düşünce ("Ya da daha iyi olmaya karar verebilirim) birden ortaya çıkmış gibi görünse de orada mevcut olan bir şeyin ürünüydü. Bir geçmişi vardı; güçlü bir iyileşme arzusu olan bir unsur vardı. Bu, her şeyin yolunda gitmediğinin kabul edildiği anlamına geliyordu. Dışarıdan bakan kişiler olarak bunun açık olduğunu söyleyebiliriz ancak biri için açık olan şey genellikle başkası için açık değildir.

"Daha iyi olmaya karar verebilirim" düşüncesi bir kararın sonucuydu ancak kararın kendisi bilinçdışında gerçekleşti. Karar verme, kişilikteki narsisistik akımların talep ettiği bilinçdışı tarafından gölgelenir. Kişilikte narsisizm yaygın olduğunda sorunlardan biri, kötünün olduğu kadar iyinin de boğulmasıdır. Bunların yanında gerçek karar süreci bilinmez, sadece bilişsel sonucu görülür.

Bu olayın öncesinde, içki içmemek için kendi kendine "İçmeyeceğim, içmeyeceğim" deyip duruyordu ama belli ki bu etkili olmuyordu. Bunlar gerçek kararlar değildi. Yağmurda

bankta otururken başına gelen şey bir kararın ürünüydü, gerçek bir karar. Bu, can vereni seçmenin gerçekleştiği noktaydı.

Duygular yanlış bir sayaç olabilir

Aynı derecede önemli olan başka bir nokta daha var. Bu kişi kendi kendine "Daha iyi olmaya karar verebilirim" dediğinde bu, sadece hissettiği bir şey değildi. Bu bir düşünceydi; başka bir seçeneği olduğunu biliyordu. Eylem bilinçdışında olmasına rağmen, bilgi bir eylemden doğdu. Develeri Rudolph Gölü'ne götüren arkadaşımın kitabını okuduktan sonra, "Yolculuğu kendim yapmışım gibi hissediyorum" diyebilirim ama orada bulunmadım, dolayısıyla bilgim onun sahip olduğu bir nitelikten yoksun. İyileşen arkadaşımın yeni yolculuğu bilgiye, yaptığı bir şeye, içsel bir psişik eyleme dayanıyordu; farklı bir eylem ama her zerresi develi adamın yaptığı yolculuk kadar gerçekti, tıpkı atmak üzere olduğu duygusal adımın, Everest Dağı'na tırmanmaya eşdeğer olduğunu söyleyen adam gibi. Bilgiye götüren psişik eylem ile kendimi bir başkasının kalıplı imagosuna soktuğum bir eylem arasında çok önemli bir fark vardır. İkinci durumda, Rudolph Gölü'ne gittiğimi hissedebiliyorum fakat gitmedim. Bir sıçrama yaptığımı hissedebiliyorum ama yapmadım. Duygular yanlış bir sayaç olabilir.

Yanıltıcı görüntülerin ve çözümlerin umutsuzluğu

Şimdi narsisizmin tersine çevrilmesinin bazı mantıksal sonuçlarına dikkat çekmek gerekiyor. Psişik değişime yol açan şey içsel psişik eylemdir. Yorumlama, değişimi getirmez. Yorum, bireyi psişik eylem anına doğru teşvik edebilir ya da daha önce gerçekleşmiş olan psişik eylemin ürünü olabilir. Bunun farkına varmak son derece önemlidir. İç psişik eylem, yalnızca kişi tarafından, kendi özgürlüğü içinde yapılır.

Ne tür koşullar içsel psişik eylemi destekler? İyileşen alkolik örneğinde, onun dibe vurmuş olması çok önemliydi. Evinden ve hastane koğuşundan atılmıştı ve yağmur altında bir

bankta oturuyordu. Bu umutsuzluk durumunda, reddedilen ama hiçbir zaman tamamen öldürülmeyen can veren, boğulmuş halinden çıkabildi. O sırada bir hayırsever gelip ona yardım etmeye çalışsaydı, an mahvolurdu.

Bir arkadaşım bana bir keresinde, analizdeki dönüm noktasının, bir gün analistine, her şey o kadar kötü ki bundan sonra ancak iyiye gidebilir demesinden sonra gerçekleştiğini söyledi.

Analist, "Ya da daha da kötüleşebilir" diye yanıtlamıştı. Umutsuzlukla ilgili önemli olan nokta, bunun narsisistik durumun ürettiği yanıltıcı imgelerin ve çözümlerin umutsuzluğu olmasıdır.

Bir zamanlar şiddetli bir takıntı nevrozu nedeniyle hayatı çok etkilenen bir kızı tedavi ediyordum: Hem iç hem de dış kısıtlamalardan kaynaklanan mutlak bir sefalet haliydi. Bir gün geçmişiyle ilgili, hastalıklı olaylarla dolu bir hayal gördü ve ben ona "Belki de bu senin hayatındır" dedim. Daha genç olduğu için bunu söylemek beni çok üzdü ama bence bu onun için bir dönüm noktasıydı. Bunu söylememenin bir hata olacağını hissettim, onu narsisistik bir çözümün, o umutsuzluk-umutsuzluğundan korumanın bir hata olacağını düşündüm.

Deneyimlerim bana, analistin narsist bir kişinin etrafını saran sahte tesellileri, onları bir yandan özen ve endişeyle sıkıca tutarken, amansız bir şekilde ortadan kaldırması gerektiğini söylüyor. Tüm bu duyusal erotizasyonlarla ilgili bir anlık umutsuzluk bile olsa, o zaman kişi içsel bir zihinsel nesneyle ilişki kurmaya zorlanır. Çaresizlik içinde tüm bu sahte imgeler ve çözümler bir kenara itilir. Gerçek iyiye, insanın içindeki kendiliğinden harekete ulaşmak ve buna tam desteğimizi vermek esastır. Biz terapistlerin sahte iyiliğe ne kadar kapıldığına şaşırmışımdır. İyi, duygusal eylemden ziyade kelimeler düzeyinde olduğunda sahtedir. Farkı tespit etmek epey zordur.

Ayrıca hastanın umutsuzluğa düşmesi için terapistin geçici bir rahatlık sunmaması gerekir. Ekstra seanslardan, bağımlılık yapan telefon görüşmelerinden, tavsiye vermekten, kitap ödünç vermekten ve daha sayısız küçük "rahatlıktan" kaçı-

nılmalıdır. Ayrıca neyin önemli olduğunu bulmak da önemlidir. Çoğu zaman bir hastaya bir şey söylediğimde, sonrasında kendime "Bu gerçekten bizi ilerletti mi?" diye sorarım.

Teknik hakkında bazı yorumlar

Terapötik teknik hakkında kasıtlı olarak fazla bir şey söylemedim. Genelde fikirlerimi ortaya koymayı ve uygun olduğunu düşündükleri herhangi bir şekilde uygulamayı terapistlerin kendilerine bırakmayı tercih ederim. Bununla birlikte, epey fazla meydana gelen bir yansıtma tepkisi hakkında bir şeyler söylemek istiyorum. Bir hasta gelir ve "Bugün buraya geldim ve kendimi kötü hissettim. Gerçekten gelmek istemedim" der ve terapist "Depresyonda olduğunuzu anlıyorum" diye cevap verir. Bu hiçbir şey yapmaz. Yansıtmak yerine terapistin yapması gereken bir iş vardır. Terapist gevezelik etmek yerine hastanın neden depresyonda olduğunu düşünmelidir. Analist olmak için eğitim alırken ikinci vakamda bu şekilde bir yansıtma yapma şansım oldu ve hasta bana "Ama ben demin bunu söyledim zaten" dedi. Bunu yapması iyiydi ama nadiren bu kadar samimi biri karşınıza gelir.

Bu tür yansıtma tepkileri o kadar fazla oluyor ki herhalde bunu öğreten özel bir okul var diye düşünüyorum. Biri gelip "Bugün gelmek istemedim" dediğinde, terapist onun neden gelmek istemediğini bilmeyebilir ama gevezelik etmek yerine bunu düşünebilir. Psikoterapide iyileşme süreci bir zihinden diğerine geçer ve kelimeler zihinsel tutumu ileri geri taşıyan araçlardır. Konuşurken bunu düşünün, kendinize "Bu ne tür bir araçtı?" diye sorun.

Kaçınmamız gereken başka bir yaygın hata daha var. Hasta terapiste "Bunu söylemekten korkuyorum çünkü onaylamayacağınızı düşünüyorum" der. Deneyimlerime göre, terapistin "Onaylamayacağımı düşünmene neden olan şeyin ne olduğunu merak ediyorum" yanıtı vermesi çok yaygındır. Bu, "Endişelenme, onaylamayacağım" demekten farksızdır. Birisinin onu onaylamadığı durumda hasta fikrini söylerken zorlanır ve bu, onun için kısıtlayıcıdır. Terapist sadece "En-

dişelenme, onaylamayacağım bir şey değil" derse, hastanın sorununu çözmek için hiçbir şey yapılmamış olur. Sanırım, "Onaylamamam neden konuşmanı engelliyor?" diye sormak daha yararlı olur. "Onaylamıyor değilim" diyebilirsiniz ve bunun bir yansıtma olduğunun farkında olabilirsiniz. Oysa o hasta için onaylanmama engeli, aşması gereken Rubicon'dur. Terapist, "Neden onaylamayacağımı düşündüğünüzü merak ediyorum" derse ve hasta daha sonra "Ne iyi bir insan. Şimdi o nahoş şeyleri ona söyleyeceğim" diye düşünür. Bu hasta ile terapist arasında bir boğuşma yaratır ve diğer onaylamayan insanlarla ilgili olarak hastanın sorununu çözmeye katkı sağlamaz. Her iki durumda da özellikle ikincisinde, terapist, kişinin yaratıcı adımı atmasına ve cesaret etmesine yardımcı olan bir ortam sağlamak yerine narsisistik akımlarla oynuyor olur.

Daha önce değindiğim bir noktayla bitirmek gerekirse, yaratıcı adımı daha mümkün kılacak koşullar yaratabilirsiniz ancak o adımı diğer kişi için atamazsınız. Bu psişik eylem içeriden gerçekleşmelidir. Bana kalırsa iyileşen alkolik belli bir kahramanlık sergiledi. Bir insanı kahraman olmadığı için suçlayamayız ancak yapılması gereken zor yolu seçtiğinde cesaretlenebiliriz.

Bu Kuramın Diğer Psikanalitik Kuramlarla İlişkisi

Şimdi önerdiğim kuramı, narsisizmin çeşitli diğer psikanalitik kuramlarıyla karşılaştırma niyetindeyim. Özellikle İngiliz Nesne İlişkileri Okulu'ndan ortaya çıkanlarla; Fairbairn, Melanie Klein, Winnicott, Frances Tustin ve Heinz Kohut'un kuramlarıyla. Bunun nedeni, narsisizmi ele almaları değil, insanların narsisizme yaklaşımlarının genellikle bu kuramlardan biriyle ilişkili olmasıdır.

Fairbairn'in narsisizm kuramı

Fairbairn nadiren "narsisizm" terimini kullanmıştır çünkü klinik dikkatini şizoid durumlar olarak adlandırdığı durumlara odaklamıştır. Bununla egonun dış nesneyle temas halinde olmadığı ve kendi içine çekildiği durumları kastediyordu. Tüm kuramının temel taşı, libidonun nesne arayışı olduğuydu. Freud, libidonun enerji, bir dürtü, erotojenik bölgelerden birinden boşalma arayışı olduğunu söylemiştir. Ancak Fairbairn, erotojenik bölgenin sadece libidonun nesneye ulaşmak için içinden geçtiği bir geçit olduğunu söyledi. Böylece libido onun elinde farklı bir anlam kazandı ve bence libido onun tanımladığı şey için yanlış bir terimdi.

Öznel olarak bakıldığında Fairbairn, herkesin bir başkasıyla duygusal temas arayışında olduğunu ve bunun, insan kalbinin en derin özlemi olduğunu söyledi. Bir başkasıyla duygusal temas kurmak, hayata anlam veren şeydir. Bu, Freud'un modelinden farklıdır çünkü Freud için cinsel dürtü olan şey, Fairbairn için duygusal arzu haline gelir. Freud, dürtünün amacı ile nesnesi arasındaki ayrımı yaptı ve Fairbairn bunu sürdürdü ancak ona göre nesne dürtünün amacı ve erotojenik bölge onun başarısının aracıydı. Freud'da durum tam tersidir: Nesne, gerilimin boşalmasını sağlamanın yalnızca bir yoludur. Freud'un teorisinde mastürbasyon, eşcinsel temas, bir erkek ve bir kadın arasındaki cinsel aşk, gündelik türden cinsel aşk veya daha derin, daha kalıcı türden bir cinsel aşk arasında ayrım yapmanın bir yolu yoktur. Freud elbette ayrımlar yapmıştır ama teoride bu yoktur. Teorisi klinik bulgularını desteklemiyordu. George Klein, *Psychoanalytic Theory (Psikanalatik Teori)* (1979) adlı kitabında, Freud'un metapsikolojik teorisi ile klinik teorisi arasında bir ayrım yapar. Burada Freud'un metapsikolojik teorisine atıfta bulunuyorum.

Fairbain, nesne mevcut olmadığında bebeğin içe döndüğünü ve kendi nesnesini sağladığını söyledi. Bebek bu iç nesneye yönelir ve buna her zaman bedensel doyum eşlik eder. Bu içsel yön, onun şizoid birey dediği şeyin konumunu simgeler. Bu dışsal nesneden uzaklaşma ve benliği kendi doyum nesnesi haline getirme, benim narsisizm olarak tanımladığım şeydir; benliği duyusal bir nesne olarak almak. Bununla birlikte, Fairbairn'in teorisinde can veren (seçilmemiş olan) hakkında hiçbir şey yoktur çünkü libidoda seçim nosyonu yoktur.

Fairbairn, Freud'un yapısal modelini reddeden tek Freud takipçisidir: Ego, süperego ve id. Teorisinde id yoktur; sadece ego, nesne ve egonun bölünmüş parçaları vardır. Klinisyenler, id'in Freudyen yapısal teorisine bağlı kalsalar bile, aslında bu temelde çalışmadıklarını söyleyebilirim. Birinde bir çıkmaz ortaya çıkarsa, bunun egonun bölünmüş kısmından geldiği temelinde çalışırlar. Fairbairn'in takipçileri bile onun Freud'un teorisini terk ettiği gerçeğini pek dikkate almadılar.

Fairbairn'in şizoid durumu olarak adlandırdığı şey, annenin içine kapanması ve bebeği için duygusal olarak müsait olmaması nedeniyle ortaya çıkar. Bu açıklama belirleyicidir: Eğer A ise B'dir. Duygusal olarak içekapanık bir anneniz varsa, o zaman sonuç budur. Bağ yoktur.

İngiliz Nesne İlişkileri Okulu, ister Fairbairn'in ister Melanie Klein'ın takipçisi olsunlar her zaman doğuştan bir ego olduğunu ve egonun olaylarla kasıtlı bir ilişki anlamına geldiğini savunmuştur (Anna Freud ve ego psikologlarının aksine). Anna Freud, Heinz Hartmann ve Amerika Birleşik Devletleri'ndeki pek çok psikanalist gibi bu görüşe karşı çıktı çünkü onlar Freud'un dürtü teorisine ve onun sabitlik teorisine inatla bağlı kalmışlardır: Organizmanın temel motive edici ilkesinin bir denge durumuna ulaşmak olduğu teorisi.

Fairbairn, Freud ve Abraham'ın gelişim teorisini radikal bir şekilde yeniden şekillendirdi ve yine de esasen sabitlik teorisiyle ya da daha sonra homeostatik teori olarak bilinen şeyle bağlantılı olan libido kavramını olduğu gibi bıraktı. Yine de libido ile daha yakın bir arzuyu ya da muhtemelen özlemi kastetmişti. "Arzu" gibi bir terimi, karşıtını "reddetme"yi düşünmeden düşünmek zordur. Fairbairn, "antilibidinal ego"-dan bahsederken buna çok yaklaşmıştır.

Fairbairn'in neden "libido" terimini kullandığı sorusu, bence sormaya değer bir soru. Tek makul cevap, ilerleme kaydeden her büyük düşünürün, bunu belli bir çerçeve içinde yaptığı ve bu çerçevenin bazı payandalarından vazgeçemediği olabilir. Attığı her adımın sonuçlarını gerçekten düşünmüş olduğu için Fairbairn'i, Freud'dan sonra (belki Bion hariç), en büyük psikanalitik düşünür olarak görüyorum. Freud yeni klinik bilgilerle karşılaştığında, teorisinin tüm yönlerini yeniden düzenlerdi: Çoğu klinisyen hatta önemli ölçüde içgörüye sahip olanları bile bunu yapmaz. Klinik bir kavrayışa sahip olduklarında, bunu basitçe mevcut teoriye yerleştirirler. Melanie Klein, örneğin, paranoid-şizoid ve depresif konumları eski teoriye yerleştirmiştir. Winnicott aynısını gerçek ve sahte benlik için yapmıştır: Teorinin ego ve id ile nasıl uyuştuğunu kendine sormamıştır.

"Libido" terimi, Freud'un Fairbairn'in vazgeçtiği fizikalist metapsikolojisinin ayrılmaz bir parçasıdır ve Fairbairn'in teorisinin ondan tamamen vazgeçmesi daha mantıklıdır. Niyetliliğin bir nesne ilişkileri kuramından ayrılamayacağını düşünüyorum. Mekanistik "libido" terimini çıkarıp onun yerine "arzu"yu koyarsak, o zaman bir özneye ve bir nesneye bağlanmalıdır. Aslında Fairbairn, Freud'un psikoseksüel evrelerini (oral evre, anal evre, genital evre) ele aldığında, gerçekten de oral evreye meme evresi denilmesi gerektiğini söyledi ancak son adımı atmadı. "Memeyi arzuluyorum" ifadesi bu şekilde sabitlenirse, bunun kasıtlı bir ifade olduğu ortaya çıkar ve bunun tam tersi bir ifadenin ortaya çıkması mümkün olur: "Ben memeyi arzulamıyorum."

Fairbairn, egonun duygusal olarak erişilemeyen bir annenin yarattığı boşluktan çekildiğini, bir iç nesneye döndüğünü ve bu nesnenin ikili bir yönü olduğunu söyledi. Ego, içsel kötü bir nesneye bağlanır ve aynı zamanda erotik nesne olarak bedensel bir parça alarak kendini rahatlatır. Bu sonuncusu mastürbasyon nesnesidir. Emilen başparmak, ovuşturulan penis veya klitoris olabilir. Bu faaliyetlerden herhangi biri tek başına yapılabilir ya da bir başkası, bunu birey için yapmaya ikna edilebilir. İkinci durumda, harici ajan, mastürbasyon ajanı haline getirilir. Bu mastürbasyonel etkinlikler, iç nesnelere bağlanmanın temel eşlikleridir: Kötü iç nesne bunu talep eder, kötü içekapanık anne içe atılır. İçindeki bu kötü duygu o kadar dayanılmazdır ki kişiyi daha iyi hissettirecek telafi edici faaliyetlerin aranması gerekir. Bu eşliğin doğasının şimdi daha fazla araştırılması gerekli.

Fairbairn'inkinden daha ileri giden teorime göre, mastürbasyon faaliyetinin sadece erotojenik bölgelerin doğrudan uyarılması olması gerekmez; erotik bir aktiviteyle sembolik bir bağı olan erotojenik olarak türetilmiş bir aktivite olabilir. Böylece dışkıyı boşaltmanın verdiği zevk, evdeki çöplerin boşaltılmasıyla sembolik olarak yeniden yaşanabilir. Benzer şekilde, zihinden belirli içeriklerin boşaltılmasıyla da haz alınabilir ve bu içerikler bir kişiyi veya kişileri kapsayabilir. Dıştaki insanlar bu mastürbasyon faaliyetlerine uyum sağlayabi-

lir, diğer kişiye bu mastürbasyon hareketleri doğrultusunda davranmaktan zevk alınabilir. Dışkıyı tutma zevki, sembolik olarak bir başkasından bilgi saklayarak yeniden canlandırılır ve anüsten ishali boşaltmanın zevki, başkalarının üzerine kelimeler dökülerek sembolik olarak yeniden canlandırılır. Bu ikincisi aynı zamanda sözlü zevklerle de bağlantılıdır. Bağlantı, birleşik zevk merkezi olan amphimixis aracılığıyla gerçekleşir. Fairbairn'in teorisini, benliğin erotize edilmesinin, büyük ölçüde narsisistik bir seçeneğin baskıları tarafından yönetilen birey için motivasyonu sağlamanın gerekli yolu olduğunu öne sürerek daha da ileri götürdüm.

Fairbairn önemli bir noktaya daha değinmiştir. Duygusal olarak erişilemeyen annenin, aynı zamanda erotik olarak da heyecan verici olduğunu söylemiştir. Duygusal olarak beslenme eksikliği, nesneyi kendinden geçirir. Ensest vakalarını bu temelde açıklar; ensest genellikle duygusal tatmin eksikliğinin olduğu bir boşluğu doldurmak için ortaya çıkar.

Fairbairn'in şizoid bireyle ilgili fenomenolojik tanımı, benim önerdiğim modelle örtüşüyor. Birey dış dünyadan uzaklaşır ve kendi benliğini nesne olarak alır. Fairbairn'e göre psikoterapistin görevi, bu iç kaleyi yıkmak ve hastayı bu içe dönüşten kurtarmak ve dış dünyadaki nesnelerle ilişki kurmaya getirmektir.

Melanie Klein'da narsisizm

Fairbairn gibi Melanie Klein da bireyin doğuştan nesneyle ilişkili olduğunu savundu ancak Fairbairn'den farklı olarak Freud'un ve Abraham'ın libido teorisini yeniden şekillendirmedi. Freud'un içgüdü teorisini sürdürdü ancak kendi klinik teorisi, doğumda mevcut bir ego olduğuna dair kesin bir inanca dayanıyordu. (Daha önce bahsettiğim gibi, Fairbairn dışında, bu psikanalistlerin klinik teorileri, meta teorileriyle nadiren tam olarak örtüşür.)

Melanie Klein, bebeğin temel sorununun bir yok olma korkusundan kaynaklandığını ve bu korkunun bebekteki "ölüm içgüdüsü" dediği şeyin varlığından geldiğini öne sürdü. Fa-

irbairn, duygusal olarak erişilebilir olmayan bir anneye sahip olan bir bebekteki kaygıların, bebeğin bu kötü şeyi içselleştirmesinden kaynaklandığını söyledi: Melanie Klein ise kaygıların, genetik bir yeti olarak bebekte bir ölüm içgüdüsünün varlığından kaynaklandığını ileri sürmüştür.

Melanie Klein'ın teorisinin üçüncü yapıtaşı, ilkel organizmanın iki etkinlik tarafından yönetilmesidir: İç içeriğin dışarı boşaltılması ("yansıtma" olarak ifade edilen şey) ve dışsal şeylerin içeri alınması ("içe yansıtma"). Organizma, bu iki aktivitenin itilmesi ve çekilmesi ile tanımlanabilir. Bu içsel kaygıyla tamamen meşgul olan bir birey narsist konumdadır; benlikle ya da dışarıyla doğru bir şekilde ilişki kurmak için uygun enerji yoktur.

Narsist konumu betimlerken, temel tutumun can verenin reddi olduğunu söylüyorum. Fairbairn, dikkatini egonun yöneldiği iç nesne üzerinde yoğunlaştırırken, Melanie Klein, bireyin korkulan dürtüleri dışa yansıtmasıyla ve böylece dış nesneyi ürkütücü hale getirmesiyle sonuçlanan, içeride süren yıkıcı aktivite üzerinde yoğunlaştı, diğer bir deyişle fobik bir dürtü. Freud önce kişinin bir iç nesneyi dış dünyaya yansıttığı, böylece dış nesneden korkmasına neden olan fobik bir dürtüden söz etti. En tipik durumda, dış figürün kişiye karşı kötü bir amacı olduğu hissedilir ve bu büyük korkuların tahliye edildiği bir nesne haline gelir. Fairbairn, bireyin bu dış figürlerden sadece yüz çevirdiğini söylerken, Melanie Klein onlara ne yapıldığına odaklandı. Bu dış figürlerin göz ardı edilmek veya alay edilmek şöyle dursun vahşice istila edildiğini, saldırıya uğradığını, soyulduğunu vb. söyledi.

Hem Fairbairn hem de Melanie Klein, dış figürlerin psişik bir şekilde şişirildiğine inanıyordu. Fairbairn, bu küçümseyerek reddedişin, dış figürlerin kötü olmasından (örneğin, duygusal olarak geri çekilmiş anne) kaynaklandığını söylerken Melanie Klein, bebeğin onları kötüleştirdiğini vurguladı.

Narsisizm üzerine olan psikanalitik literatürde, narsist insanlarda ortaya çıkabilecek gaddarlık iyi tanımlanmıştır. Melanie Klein'ın bireyin büyük bir güçle, benliğin nefret edilen yönlerini başkalarına yansıtma biçimlerine ilişkin tanımı, teo-

risinde özel olarak narsisizmle bağlantılı değildir ancak yine de bu faaliyetler, bu narsisistik konumdaki kişinin ayrılmaz bir parçasıdır. Açık ve net olmayan şey, diğerinin varlığına dair temel bir reddediş olduğunda, bu tür süreçlerin neden her zaman mevcut olduğudur. Buna cevap vermek için birkaç konuyu ele almamız gerekiyor.

Fairbairn, bireyin dış dünyadaki figürleri tamamen reddetmek isteyebileceğini fakat bunu yapamayacağını söylemiştir. Bebek hayatta kalmak için dışsal figürlerle bağlantılı olmalıdır (bu, Bion'un vurguladığı bir noktadır) ve memeden ya da anneden tamamen vazgeçemez fakat onlardan nefret edebilir. Bu, buna bakmanın bir yoludur. Fairbairn'i takip eden bir başka görüş de narsist konumdaki bireyin içe, kötü ve gerçekdışı olan içsel figürlere döndüğüdür. Daha sonra dış figürleri bu iç imagolara uydurmak için her türlü çaba gösterilir ve bunu yapmaya yönlendirilirler. Bir dış figür, bu güçlü yansıtmalı baskıya direndiğinde, birey öfkelenir.

Yine de bu, soruyu tam olarak yanıtlamıyor veya gerçeklerin hakkını vermiyor. İnsanların Melanie Klein'ın tarif ettiği şekilde istila, soygun ve yağma yaptıkları bir gerçektir. Küçük çocukların düşlem dünyalarında buna ilişkin çok sayıda kanıt vardır ve insanlık tarihi boyunca meydana gelen vahşetlerde buna tanıklık edilmektedir. Ancak bu, şimdiye kadar söylenenlerle tam olarak açıklanamayan bir şiddettir. Daha kapsamlı bir anlayışa ulaşmak için temel önermeye geri dönmemiz gerekiyor.

Melanie Klein'ın, dış nesnelerin içe yansıtılarak çarpıtıldığını ve iç nesnelerin, dış nesnelerin içlerine gömülerek çarpıtıldığını vurgulamakta haklı olduğuna eminim. Bölme, yansıtma vb. gibi ego aktivitelerine dikkat çekmekte de haklı olduğunu düşünüyorum. Ona göre ego, faaliyetin kaynağıdır ancak yine de Freud'un içgüdü teorisine ve dolayısıyla ölüm içgüdüsü fikrine sarıldı: Ölüm içgüdüsünü (yok oluşun kaynağı) kaygının temeli olarak gördü. Aktif bir ego varsaymasına rağmen, bu egonun ana faaliyeti kendini içindeki bu yıkıcı içgüdüye karşı savunmaktı. Ayrıca, onun için bu ego onarımda etkindi fakat bu, yeni bir yaratıcı biçimde değildi.

Melanie Klein'a yönelik eleştirim, Fairbairn'in ona yönelttiği eleştiriyle aynı. Doğuştan bir ego olduğu ve doğumdan itibaren nesne ilişkisi olduğu görüşüne göre sabitlik teorisini, dürtü teorisini ve genellikle anlaşıldığı gibi id kavramını sürdürmek mantıksızdır. Melanie Klein'ın görüşü, farkındalık eşiğinin altındaki derin suçluluk nedeniyle egonun bölündüğü, birleştiği, yansıttığı ve içe yansıttığıdır. Bu, can verenin reddi ve inkarı hakkında önerdiğim teoriyle epey uyumludur. Ancak gereksiz olduğunu düşündüğüm ölüm içgüdüsünün varlığından gelen içsel yok olma tehdidi fikrini ortaya atar. Kendimizde, hastalarımızda ve toplumda büyük bir yıkıcılıkla karşılaştığımız, kanıt gerektirmeyecek derecede açık bir gerçektir. Ortaya koyduğu duygusal şiddet, bence tatmin edici bir şekilde yalnızca suçluluk temelinde açıklanır. Ölüm içgüdüsü kavramını Freud'un içgüdü kuramına sadık kalabilmek için sürdürdüğüne inanıyorum fakat bu, onun aksi halde açık olan formülasyonlarını yalnızca karmaşıklaştırmaktadır.

Burada kısa bir yorum yapmak istiyorum. Birbiriyle bağdaşmayan iki konumdan hareket etmem (bana belirli bir teori sunmuş olan figürle özdeşleşip onunla çelişen bir şey yapmam) bölünmüş olduğum anlamına gelir ve böyle bir bölünme mevcutken gerçek kişisel kanaat imkansızdır. Herhangi bir psikoterapi veya psikanaliz biçiminde, terapistin veya analistin yürekten konuşması son derece önemlidir. Kişisel kanaatten bahsetmek, öğretmenlerden, denetçilerden veya Freud'dan gelen yorumları basit bir şekilde ortaya koymaktan çok farklıdır ve bu fark tedavide belirginleşir.

Winnicott düşüncesinde narsisizm

Winnicott, bir bakıma Fairbairn'inkine benzer bir narsisizm formülasyonu geliştirdi. Winnicott'a göre gerçek benlik, sahte bir cephenin arkasına sığınır. Bu, Fairbairn'in gerçek benliğin dış dünyadaki figürlerle temas halinde olmadığı kavramsallaştırmasına benzer. Benlik, genellikle depresyonun bir sonucu olarak bebeğine tam olarak uyum sağlayamayan bir anne nedeniyle içine çekilmiştir. Fairbairn, bu geri çekilmenin, be-

beğin annedeki duygusal bir boşlukla karşılaşması nedeniyle gerçekleştiğini söyler. Fairbairn'inki gibi Winnicott'un teorisi, bebekten kasıtlı bir tepkiyi içeren alan bırakmaz.

Sahte benliğin kökenlerini kavramsallaştırmanın başka bir yolu daha vardır. Diğerinden hem içeride hem de dışarıda bir dönüş olduğu ve bunun suçlu bir edim olduğu tezime dönersek, o zaman sunulan benliğin bir hile olması gerekir. Ön yüz, annenin bebeğine karşı öznel olarak deneyimlenen davranışının malzemesiyle yaratılır. Örneğin, Mary'nin mesleki ve sosyal hayatında karşılaştığı herkese karşı son derece kibar ve nazik olduğunu söyleyelim ancak bu bir cephedir. Bir partide, kendinden memnun, orta yaşlı bir adama karşı son derece kibar davranıp fakat içten içe onun bir aptal olduğunu düşünüp ondan uzaklaşmak istiyor olabilir fakat buna dair hiçbir belirti göstermez. Aslında içten içe insanları son derece hor görmektedir. Dolayısıyla onun ruh hali ile dışsal davranışı arasında bir ayrılık vardır; sahte bir benlik sergiliyordur. İçten, diğerinin varlığını reddetmektedir ama dıştan, aşırı kibar numarası yapar. Bu kadar özenle giydiği bu nezaket giysisini nereden edinmiştir? Mary, her zaman çok kibar olan ama dört yaşında bir çocukken, yeni bir iş için onu terk etmiş olan annesinden düzenli olarak bahseder. Bu onu terk edilmiş hissettirmiştir. Mary'nin tepkisi, ötekini reddetmek ve rahatlığı için, halüsinasyonlu arzuların yerine getirilmesinde yarattığı duyusal bir benliğe dönmek olur. Oysa sonra annesinin kibar maskesini takmıştır. Neden?

Sahte bir ön yüz için bir model aradı ve annenin modelini seçti ancak babayı ya da her ikisinin bir kombinasyonunu da seçebilirdi. Bir model seçmesi gerekiyordu ve o an en yakın olanı seçti. Birisi narsisistik seçeneği tercih ettiğinde, en kolay çözümü seçmesi yaygındır; mücadele içeren seçenek asla seçilmez.

Annenin kibar maskesini takmak aynı zamanda zevk verir. "İçimden onu reddedeceğim ama şikayet edemesin diye tıpkı onun gibi gibi davranacağım. Kusursuz bir nezaketle onu her zaman hayal kırıklığına uğratacağım. Bu bana içsel bir zafer duygusu veriyor." Bu bir nevi anneden intikam al-

maktır. Bununla birlikte, aldatma arzusunu tatmin ederken, içsel duygusal çocuk ciddi şekilde hüsrana uğrar.

Winnicott'un, bebeğin depresif bir anneye sahip olduğu için çekildiği açıklaması, kasıtlılık noktasını dışarıda bırakır. Yine, teorinin arkasında yatan sorun, Freud'un determinist modelidir; içgüdüler tarafından yönlendirildiğimiz fikri. Winnicott'un teorisi, içgüdüde bir dönüşüm olduğunu doğru dürüst açıklamaz. İnsanların nasıl yavaş yavaş evrimleşip sonunda maymun benzeri yaratıklar olarak ortaya çıktığını düşünün. Dört yüz bin yıl geriye giderseniz, herhangi bir cenaze törenine dair hiçbir iz göremezsiniz. İnsanlar tıpkı hayvanlar gibi ölmüşlerdi. Ancak yaklaşık yüz bin yıl önce insanlar ölülerini gömmeye başladılar. Bu keşifler hakkında belirli bir miktarda yazı ve kaynak vardır fakat özellikle psikanalitik teoriler açısından önemlerinin kavrandığından emin değilim. Bu bana göre, insanların sadece içgüdüyle hareket etmediğini, aynı zamanda kişinin bir eylem kaynağı olduğunu, içgüdüde bir dönüşüm olduğunu gösteriyor.

Yönelimselliğin tam doğası konusuna girmek istemiyorum, sahte benliğin giyilmesini sağlayan kasıtlı bir özdeşleşme olduğunu vurgulamak istiyorum. Winnicott, kökenlerini betimlerken bu kasıtlı yönü dışarıda bırakır.

Frances Tustin'de narsisizm

Frances Tustin, ilgisini çocuklarda otistik durumlara yoğunlaştırdı ve otizmin psikoterapötik tedavisinde epey başarılı oldu. Şimdi onun görüşlerini özetleyeceğim.

Çocuk psikoterapisti olarak çalışırken, ileri derecede otistik olan, yani aile üyeleriyle duygusal temasları kesilen ve bu nedenle bu insanlar için büyük sıkıntı kaynağı haline gelen bazı çocuk hastalarla karşılaştı. Tustin, bu çocuklar tarafından inşa edilen iç kale duvarlarının arkasında psikotik depresyon olduğu sonucuna vardı. İlk hastalarından biri olan John'un "kara delik" dediği depresyon, çocuğun annesinden travmatik olarak ayrılmasıyla ortaya çıkmıştı. Bu, psikolojik olarak henüz hazır olmadan önce meydana gelen bir ayrılmaydı. Ge-

lişimin bu aşamasında anne, çocuk tarafından ayrı bir varlık olarak deneyimlenmediği için anneden ayrılma, benliğin parçalanması olarak deneyimlenmiştir. Bunu başka bir şekilde söylemek gerekirse, psikotik depresyondan önce yası tutulmayan korkunç bir kayıp yaşanmıştır.

Bu çocuklar, bu kara deliğin etrafına onları herhangi bir duygusal temastan neredeyse tamamen kesen bir kale inşa etmişlerdir. Tustin, bu temel anlayışa dayalı yorumlar yoluyla, bu çocuklarla iletişim kurabildiğini keşfetmiştir. Bu yorumlara ek olarak, düzenli ve sabit bir zaman çizelgesinde çalışmaya ve çocuğu şımartmamaya dikkat etmiştir. Çocuğun, ondan bunu vazgeçirmeye çalışmasına rağmen bu kalıpta devam etmiştir. Duygusal sıkılığın korunmasının çocuklarda, içlerinde zihinsel bir kas diyebileceğimiz bir şey meydana getirdiğini, bunun da onların kale duvarlarını düşürmeye başlamalarını sağladığını, başka bir deyişle, yeterli iç kasla, bir dış iskelet tutmaya ihtiyaç duymadıklarını buldu. Daha sonra dış iskeleti bir iç iskeletle değiştirmeye başladılar.

Bence Tustin'in, otizmi, narsisizmin aşırı bir biçimini tanımlamanın başka bir yolu. Şimdi bunu ve Tustin'in tekniğinin, narsisistik durumun ortaya çıkışını nasıl ters sırayla ortaya koyduğunu ele alacağım.

Gelişimsel olarak, otoerotizm narsisizmden önce gelir. Freud bunu bu şekilde kavramsallaştırdı. Ancak bu formülasyon, gelişimin erken evrelerinde ego olmadığı ve narsisizm, egonun erotojenik nesne olarak alındığı bir durum olduğu için, ego yokken var olamayacağı temelinde yapılmıştır. Bu yüzden, organizma ile sınırlı olan erotik aktiviteyi tanımlayan bir terim bulunmalıydı ve bu "otoerotizm" oldu. Ancak Nesne İlişkileri Okulu'nun düşüncesi, yalnızca bir organizmanın var olamayacağıdır: Yalnızca dürtü var olamaz. Doğuştan bir "ben" vardır. (Sanırım bu görüş, çocuklarla ilgili daha yakın tarihli bazı araştırmalar tarafından doğrulanmıştır.) Bu nedenle "narsisizm" terimini kullanmak mantıklıdır.

Tustin'in formülasyonu, otizmin anne ve çocuk arasındaki simbiyotik bağın erken ihlalinin bir sonucu olarak ortaya çıktığı yönündedir. Bu eyleme herhangi bir niyetin girip girme-

diği sorusuna değinmez. Otizmli bir tarafı olan hastalar fark edilir bir şekilde kolay yolu seçerler: Kavga veya mücadele etmezler. Annenin yolundan giderler. Ancak Tustin bir terapist rolünde sağlam, kaslı bir anne sunduğundan hastalar bu durumu tersine çevirebildiler.

Tustin, otistik durumun ortaya çıkmasına neden olanın, anneye bağdan bu ilkel bir kopuş olduğuna inanıyor. Önerdiğim teori açısından, sırt çevirme tepkisini ortaya çıkaran işte bu anahtar, ilkel travmadır. Otizmin narsisizm olduğu benim için açıktır.

Heinz Kohut'un yaklaşımı

Tavistock Kliniği'ndeyken, sırf insanları düşünmeye zorlamak için Melanie Klein'ı diğer psikanalistlerden daha şiddetli bir şekilde eleştirirdim. Burada da aynı nedenle Heinz Kohut'u eleştirmek istiyorum çünkü bazı çevrelerde onun teorilerini sorgulamadan kabul etme eğilimi mevcut.

Kohut'un teorisinin son derece kısaltılmış bir versiyonunu sunmak gerekirse:

Kendilik nesnelerinin desteğiyle benliğin bütünlüğünü, canlılığını ve gücünü koruduğumuzu söyler. Kendilik nesneleri, bizimle uyumlu, empatik bir ilişki içinde var olan figürlerdir. Bu tür ilişkilerin çocuklukta başarısız oluşu, tüm psikopatolojinin kökenindedir. Terapistin görevi, hastayla empatik bir ilişki yaratmaktır ve hasta bu kendilik nesnesi ilişkisini içselleştirir. Kohut bu nedenle terapinin düzeltici, duygusal bir deneyim olduğuna inanır. *Psikanaliz Nasıl Sağaltır?* (Kohut, 1984) isimli kitabında aşağıdaki olgun kendilik nesnesi ilişkileri örneklerini verir: Bir şey söylemeden kolunu omzuna koyan bir arkadaş tarafından güvence altına alınma kapasitesinin artması; müzik dinlerken güçlenmiş ve yükselmiş hissedebilme; duyarlı bir kendilik nesnesi izleyicisinin onayını almak için kişinin yaratıcılığının ürünlerini keyifle sergileyebilmesi.

Psikolojik olgunluk

Kohut'un olgun bağımlılık tanımı, bu nedenle, bir başkasının cesaretlendirmesinden, bir izleyicinin onayından zevk alma kapasitesidir. Bir kişi, başka birinin cesaretlendirmesini alamadığında ortada ne tür bir sorun vardır? Bir arkadaşının övgüsünü veya bir izleyicinin onayını hemen küçümseyen, olumsuzluk içine batmış çok kişi tanırız. Bunun üstesinden gelmek ve övgü ya da onay alabilmek, açıkça psikolojik ve duygusal bir ilerlemedir. Yine de ben olgunluğu bu tür bir cesaretlendirme kapasitesiyle değil, bu kapasiteyi ortaya çıkaran içsel eylemlerle tanımlarım. Bu Kohut'un yazılarında açık ve ima edilmiş olabilir ancak bunu ayrıca belirtmez. Bu bana önemli bir ayrım gibi geliyor.

Kohut'un vurgusu, bu tür sosyal ödülleri alma yeteneğimiz üzerinedir ancak yalnızca bunları elde etmeyi amaçlayan bir eylem ile övgüyle sonuçlanmayabilecek sevme, paylaşma ya da verme eylemi arasında ayrım yapmaz. Bu nedenle narsisizm ile nesne aşkı arasında ayrım yapmaz. Bu, psikanalizin amacının dönüştürülmüş bir narsisizm olduğu görüşüyle tutarlıdır ve bunu şu şekilde tanımlamaktadır: "Hastanın narsisistik libidosunun ve ilkel psikolojik yapıların olgun kişiliğe entegrasyonunun yeniden dağılımı." Ama yeniden dağılım bir dönüşüm değildir.

Kohut'ta epey bir kafa karışıklığı olduğuna inanıyorum. Teorisini Heinz Hartmann'ın ego psikolojisine karşı çıkarsa da psikolojiyi Hartrnann'ın libido teorisi üzerine inşa etmiştir. Örneğin, narsisistik libido ile gerçekte ne kastedilmektedir? Kohut'un kurgusunda öznel bir kaynağı yoktur. Böylece yeniden dağıtılacak bir şey haline gelir. Bu hâlâ Hartmann'ın dürtü teorisine dayanır. Tüm bunların derinine inmeye başlarsanız, sizi bir kargaşa içine çekeceğini garanti ederim.

Başka bir nokta: Olgunluğu bu şekilde tanımlamak, bir kişinin övgü ve rahatlıktan mahrum kalabileceği aşırı yaşam durumlarına izin vermez. Tanımı yetersizdir ve kahramanca eyleme yer bırakmaz.

İçselleştirme mekaniği

Kohut, ruh sağlığının empatik kendilik nesnelerinin içselleştirilmesiyle ortaya çıktığını söyler. Bu nasıl gerçekleşir ve ne tür bir eylemle ortaya çıkar? Kohut, uyumlu kendilik nesnelerinin yokluğunda içselleştirmenin gerçekleşmediğini söyler. Neden içselleştirme olmuyor ve bunun olmadığına kim karar veriyor? Bu içgüdüsel ise onu belirleyen içgüdü nedir? İyiyi alıp kötüyü otomatik olarak reddeden bir içgüdü mü? Bu içselleştirmeyi açıklamak için yeterli bir teorisi yoktur. İç belirleyicilere yer bırakmaz. Buradaki dayanak, bir kişinin psikopatolojisinin uyumsuz kendilik nesnelerinden kaynaklanmasıdır, yani tüm kötü şeyler dışarıdadır ve bu teoriyi paranoyak bir temele dayandırır.

Kendilik nesnesi içselleştirme düzeyi

Kohut, bu içselleştirmenin başarısızlığının bir içsel boşlukla sonuçlandığını söyler. Daha sonraki yaşamda empatik kendilik nesnelerinin içselleştirilmesi (örneğin terapide) kişilik için güvenli bir temel oluşturur. Bununla birlikte Kohut'un teorisi, uyumlu bir benlik duygusunu sürdürmek için kendilik nesnelerini yansıtma ve idealleştirme ile çevrili yaşamamızı gerektirir. Yazıları, bununla yalnızca iyi nesnelere içsel olarak sahip olmayı değil, benliğin bu dış aynalara ve idealleştirici bağlantılara ihtiyacı olduğunu da kastettiği konusunda açık. Bunlara ihtiyaç duymak, içsel sahipliğin derin olmadığı anlamına gelir.

Klinik deneyimim bana, bir insan bu tür dış aynalara, idealleştirmelere ve cesaretlendirmeye ihtiyaç duyduğunda, bunun kötü bir deneyim veya deneyimlerden yahut Fairbairn'in terimleriyle içerideki kötü nesnelerden kaynaklandığını söylüyor. Narsisizmi bu içsel olumsuz eleştirmen olmadan tanımladığı için isteksizce Kohut'un bunun farkında olmadığı sonucuna varıyorum. Bence bu, yeni literatürde bazen negatif narsisizm ile pozitif narsisizm arasında bir ayrım yapılmasının nedenlerinden biri. Daha önce de söylediğim gibi bunların birbirlerinden ayrıldıklarını hiç sanmıyorum.

Narsisizmin anlamı

Kohut, narsisizmi nesnenin sevildiği, onunla kaynaştığı ve idealize edildiği bir durum olarak tanımlar. Libidonun yeniden dağıtılmasıyla, kendi arkaik benliklerimiz yerine ideallere ve değerlere bağlı hale geliriz. O bu teorinin, kötü içsel olumsuzluktan kaçarak dışarıdaki idealize edilmiş nesnelere yönelen bireye uyduğunu düşünmez. Anna'nın Vronsky'yi ideal nesnesi haline getirme şeklini ve bu idealleştirme bozulduğunda nefret ve intikam arzusu içinde olmasını ele aldım. Vronsky onun için kötü olmaya başlayınca, yeniden iç suikastçısı olan kendine yönelir.

Peki Kohut'un kendisinin idealize edilmiş bir dış nesneye ihtiyaç duyduğuna dair herhangi bir kanıt var mı? Psikanalist William Gillespie (1990) *Reminiscences (Anılar)* başlıklı bir makalede şöyle anlatır:

> Heinz Kohut ile merkezi toplantılarda sık sık dostça sohbet ettik; Almanca muhabbet etmekten hoşlanırdı. Büyük bir ilgiyle okuduğum *Kendiliğin Çözümlenmesi* adlı kitabının ilk kopyalarından birini bana göndermişti, sanırım bu Kuhn'un yeni paradigma diyeceği şeydi. İki yıl sonra, 1973 Paris Kongresi'nde bunun üzerine bir "çalışma partisi" düzenledi. Buradaki tutumu, kendisinden ve en büyük destekçisi Ornstein'dan başka kimseye söz hakkı bırakmıyordu. Bu tavrı, daha sonra bana etkinlikle ilgili yorum yapmamı istediğinde tarafımdan eleştiriye sebep oldu. Bu, kuşkusuz hiç beklemediği bir şeydi ve arkadaşlığımızın sona ermesine yol açtı. Görünüşe göre onun narsisizmini ölümcül şekilde yaralamıştım. (s. 18-19)

Bu tür kanıtlara çok dayanmak haksızlık olur ancak böyle bir olay, reddedilmesi gereken, bu durumda Gillespie tarafından temsil edilen, kabul edilemez derecede kötü bir eleştirel iç nesne olduğunu düşündürür. Bunu, narsisizmin fenomenolojik tanımının çok önemli bir unsuru, ona her zaman eşlik

eden şiddetli eleştirel iç nesneyi dışarıda bıraktığını önermek için söylüyorum.

Düzeltici duygusal deneyim

Kohut, terapistin çocukluktaki eksik kendilik nesnesi uyumunu telafi edebilecek veya düzeltebilecek duygusal deneyimi sağladığını düşünüyor. Benim görüşüme göre deneyimi düzelten, hastanın içsel eylemidir. Terapistin görevi, iç dünyanın akımlarını anlamak ve aydınlatmaktır. Hasta bu deneyimin ışığında içsel zihinsel aktivite yoluyla deneyimi düzeltir. Freud, analistin analiz ettiğini ancak sentetik işlevin, parçaların bütünleştiği işlevin hasta tarafından sağlandığını söyledi. "Lines of Advance in Psycho-Analytic Therapy"de (Psikanalitik Terapide İlerleme Çizgileri) (1919a [1918]) şöyle der:

> Nevrotik hasta bize dirençlerle bölünmüş bir zihin sunar. Biz onu analiz edip dirençleri ortadan kaldırdıkça birlikte büyürler; onun egosu dediğimiz büyük birlik, daha önce ayrılmış ve ondan ayrı tutulan tüm içgüdüsel dürtüleri kendi içine alır. Böylece psikosentez, analitik tedavi sırasında bizim müdahalemiz olmadan, otomatik ve kaçınılmaz şekilde gerçekleştirilir. (s. 16)

Yukarıda bahsedilen teorilerin gözden geçirilmesi

Bahsettiğim teoriler kabaca travma teorileri ve fobi teorileri olarak ikiye ayrılabilir. Fairbairn, Winnicott, Tustin ve Kohut'un tümü, travma teorileri geliştirmiştir. Melanie Klein ve takipçileri fobi teorileri geliştirdiler. Travma teorilerinde bazı gerçek dışsal olaylar narsisistik bir duruma neden olur. Fobi teorilerinde bebek, kaygı durumunu dışsal bir nesneye yansıtarak ve sonra ondan kaçarak içindeki dayanılmaz kaygıdan kaçar. Bu iki teori grubunun savunucuları arasında, sanki bu bölünme yoğun kaygıyı temsil ediyormuş gibi yoğun bir duygu vardır.

Fobi teorileri olarak adlandırdığım şeylerin neredeyse tamamı Kleincı klinisyenler tarafından benimsenmektedir. Kleincıların odak noktası, kişilik içinde var olan yoğun kaygıdır. Kaygı, yok olma korkusudur ve kaynağı içteki ölüm içgüdüsüdür. Özne, kaygıyı uzaklaştırma ve onu dış nesnelere yerleştirme yetisine sahiptir. Genellikle dış nesneler çevredeki insanlardır fakat daha aşırı zihinsel rahatsızlık durumlarında kaygı, fiziksel nesnelerde de yer alabilir. Tedavi ettiğim yaşlı bir kadın, konuşmalarının ayakkabısının tabanına yerleştirilen bir böcek tarafından dinlendiğine inanıyordu ve bir adam, telefonu aracılığıyla izlendiğini düşünüyordu. Böyle bir durumda kişi, çevredeki figürler tarafından zulme uğradığını ve işkence gördüğünü hisseder. Kleincı yorumlar benliğin farklı bölümlerine odaklanır ve iletişim dilinde analist, dış çevrenin figürlerini, benliğin bu farklı bölümlerinin eylemlerinin simgesi olarak algılar. Bu nedenle, bir hasta annesinin kendisine zalimce davranmasından şikayet ettiğinde, muhtemelen kişiliğinin egosuna işkence eden bir parçasına ve ayrıca yakın çevresinin figürlerine bilinçsizce davranma biçimine atıfta bulunduğu anlaşılır. Travma teorisine dayanan bir klinisyen, adamın annesinin kendisine davranışını gerçekliğiyle ilettiğini varsayacak ve onunla empati kuracaktır. Empati yoluyla hasta anneye karşı bir dayanışma hisseder ve bu sayede güçlenir. Bir travma teorisine dayanan klinisyen, hastanın annesi hakkındaki ifadelerini sembolik değil gerçek olarak kabul eder. Hasta bu nedenle teselli etme görevi gören bir figür bulur.

Bence her iki teoride de bir boşluk vardır. Travma teorileriyle ilgili duruşum, hayatımızın travmalarına, bebeklik döneminde bile kasıtlı bir tepki olduğu ve narsisistik tepkinin, o seçeneğin reddedilmesi ve şekillendirilmesi olduğu yönündedir. Fobi teorilerinde yanlış olan nedir? Benim formülasyonuma göre, bu derin seviyede bir seçim vardır ve can veren, bir iç ve dış nesnedir. Fobinin nedeni Melanie Klein'ın tanımladığı gibi değildir. Kötü içsel nesneler, içindeki bir ölüm içgüdüsünün mevcudiyeti yoluyla değil, bu temel reddetme yoluyla şekillendirilmiştir.

Onuncu Bölüm

Narsisizmin Karakter Üzerindeki Etkileri

Narsisizmi olumlu ve olumsuz olarak ayırmanın yanlış olduğunu düşündüğümü birkaç kez söyledim: Deneyimlerime göre onlar tek bir bütün oluştururlar. Kit Bollas, *Forces of Destiny (Kaderin Güçleri)* (1989) isimli kitabında, narsisizmi bu iki kategoriye ayırır ancak onun antinarsisizm olarak nitelendirdiği şey, benim görüşüme göre, narsisizmin gizli kısmıdır:

> Antinarsist kaderine karşı çıkar. Gerçek benliğini gizlediği, kendini ifade etmek için nesneleri kullanmayı reddettiği için, benim için özel bir ilgi alanıdır. Kaderini yadsıdığı için, bu detaylandırma karşıtı kişi "ne hali varsa görür" ve inatla kendini beslemeyi reddeder. Tam olarak analizin amaçlarını yenmek için analize gidebilir. (s. 159)

Yüzeyde, kişinin kendisine karşı sağlıklı bir sevgisi varmış gibi görünür fakat Bollas içeride bir düşman olduğunu keşfeder; uyumlu söylemi yok eden ekstra bir kişi gibi. Bollas şöyle der:

> Giovanni'nin bende uyandırdığı, karşılıklı nesne kullanımını içeren ortak bir kader duygusu, tam olarak onun yok etmek istediği etkendi. (s. 160)

Giovanni, annesi hakkında Bollas'a, "Ben onun bir tanesiydim, o benim hata yapamayacağımı düşündü" der. Annesinin ona olan bu sevgisinden bahsederken aslında bu, onun kendisine duyduğu sevgiyi sembolize ediyordu. Ancak Bollas, Giovanni'nin bu aşkı bir reddedilme olarak deneyimlediğini çünkü onun, "karşılıklı kader duygusuna" saldıran kısmını reddeden bir aşk olduğunu söyler. Onun karşılıklılık, uyum ve ilişkiye saldıran kısmı reddedilmiştir. Ebeveynin bir araya gelmesini bozmaya çalışan öfkeli, kıskanç küçük Oedipus reddedilen kişidir. O zaman annenin sevgisi bir tuzaktır. Bu tür bir aşk ölüm demektir çünkü bu yıkıcı küçük çocuğu kabul etmemektedir.

Benim deneyimime göre, bu karşılıklığa saldıran içteki "kişi" her zaman idealize edilmiş benlik sevgisine eşlik eder. Benim yorumuma göre bu can verenin reddedilişinin ikincil sonucudur. Ebeveyn; karşılıklılığın, bir araya gelmenin, cinsel ilişkinin, potansiyelin kaynağıdır ve reddedilen de budur. Analist veya terapistin karşılaştığı şey bu rettir. İçsel saldırgan genellikle epey dayanılmaz olduğu için dışarı yansıtılır ve dış formunda "fobik bir nesne" şeklinde deneyimlenir. Bu her zaman açık değildir çünkü kişi dünyaya karşı epey iyi huylu olabilir. Ancak nefret edilen bir kişi, nefret edilen bir grup insan, nefret edilen bir ideoloji her zaman olacaktır. Kişinin yeteneğine zarar veren bu iç yok edicidir. Bollas şöyle der:

> Antinarsist garip bir şekilde kendi yeteneklerini kıskanır. Onu anneye gerçek bağımlılıktan yoksun bırakan bu faktör olduğu için yeteneğinden nefret eder. (s. 167)

Bollas, keşif yolculuğunu çok net bir şekilde çizer ve kişiliğin, kişinin en iyi özelliklerine saldıran bu kısmı hakkında söylediği her şeye katılıyorum. Bunun onun için nasıl bir sürpriz

olduğunu da iyi biliyorum. Bununla birlikte, buna antinarsisizm demenin bir hata olduğuna inanıyorum (narsisizmde idealize edilen ve aşağılanan vardır ve ikisi bir arada tutulur) can verenin reddi, aynı eylemde abartılı şekilde kendini seçmeyi kapsar.

Faaliyet alanları

Kitap boyunca, motor aktivite ile duygusal aktivite ya da epey sık olarak düşlemde eylem olarak adlandırılan şey arasında bir ayrım yaptım. "Düşlem" terimi kullanıldığında, insanların neredeyse her zaman gerçek olmayan bir şeyden söz edildiğini düşünmeleri talihsiz bir durumdur. Oysa düşlemdeki eylem gerçek psişik etkinliktir. Kişinin içindeki zihinsel ve duygusal süreçleri etkileyen eylemdir ve aynı zamanda kişiyle yakın temasa girenlerin zihinlerinde de aynı süreçleri etkiler.

Bununla birlikte, motor aktivite ile psişik aktivite arasındaki bu ayrım tam olarak doğru değildir. Bizi ilgilendiren, kendi içinde motor aktivite değil, bu tür aktivitenin kaynaklarıdır. Başka bir deyişle, aktiviteyi motive eden şeydir. Çizilen ayrım iki kutup arasındadır: Kutuplardan birinin kendi eylemlerimin kaynağı oluşum, diğerinin ise kendime karşıt bir içsel figürün eylemlerimin kaynağı olduğu kutuptur.

Bir kısaltma kullanarak, bu eylem kaynaklarına "özerk kaynak" ve "uyumsuz kaynak" diyeceğim. Özerk kaynak, can verenin bir seçim olması ve uyumsuz kaynak, can verenin reddedildiği zamandır.

Bu nedenle, kaynak ne tamamen özerk ne de tamamen uyumsuz olsa da eylemin özerk bir kaynağı veya uyumsuz bir kaynağı olabilir. Özerk bir kaynaktan gelen eylem, Graham Greene'in Herbert Read'i yaratıcı olarak tanımladığı şekliyle yaratıcıdır. Yaratıcılığın açık ara en önemli alanı sosyal çevrededir: Belirli sanatsal yaratım onun soluk bir yansımasıdır. Uyumsuz bir kaynaktan akan eylem, yaratıcılığı boğar. Özünde olumsuzdur. Bu tür bir eylem, zihnin işleyişini (algılama, biliş, hafıza, yargı, hayal gücü) ve aynı zamanda kişiye

yakın olanların zihinsel ve duygusal işlemlerini kontrol eder. Böyle iki insan birbiriyle evlendiğinde, birbirlerinin akli kapasitelerini boğdukları için birbirlerinin hayatlarını cehenneme çevirirler.

Motor aktiviteden bahsettiğimizde, kendi içinde düşünülen, kaynağından ayrılmış bir eylemi kastediyoruz, bu mantıkta uygun ama gerçek bir olasılık değil. Bir eylemin etkisi, kaynağına bağlı olacaktır. Bazen epey küçük bir eylem, hatırı sayılır bir öfke yaratabilir. Sık sık uyumsuz bir kaynaktan gelen faaliyet reddedilir. Şemsiyesiyle kadının gözüne çarpan adam, "Sadece şemsiyemi açtım" der. "Sadece" harika bir belli etme kelimesidir. Bunu ne sıklıkla duyduğunuza dikkat edin. "Sadece" kelimesi, eylemin kaynağı olmadığı anlamına gelir. Her zaman bir kaynak vardır. Muayenehaneden çıkan hasta kapıyı çarpar ve bir sonraki seansta "Sadece kapının kapandığından emin olmak istemiştim" der. "Somutluk", kaynaktan ayrılan bu tür bir eylemi ifade etmek için kullanılan psikiyatrik terimdir. Kaynaktan ayrıldığında, kaynağı bilemezsin. Unutmayın narsist bilmemelidir; kendini tanımadığı sürece uzun süre yaşayacaktır. Bağlantıyı kesmek esastır.

Eylemlerin psişede farkındalık eşiğinin altında gerçekleştiğini göstermeye çalıştım. Uyumsuz kaynak, motor aktiviteyi kaynağından ayırır. Uyumsuz bir kaynaktan hareket edenler, bu kaynağı bilmeden yola devam edebilmekten yararlanırlar. İçlerinde barındırdıkları hainin doğasını bilmek zorunda değillerdir. Bir yandan uyumsuz kaynağın etkilerine maruz kalırlar. Zihin süreçlerine her zaman müdahale edilmekte ve eylemin kaynağından koparılmaktadır ve bu nedenle her zaman kurban konumundalardır.

Başka bir ilke de dikkate alınmalıdır. Eylem uyumsuz kaynaktan geldiğinde, kişiliğin geri kalanının özerk kaynakla bağlantısı kesilir. Kişilik uyumsuz kaynağın kurbanı olduğunda, özne dış baskıların kurbanı olur. Bir örnek, meseleleri netleştirmeye yardımcı olabilir.

Karnabahar adam

Tam seansın bitmesi gerektiği sırada konuşmayı sürdüren bir adamı tedavi ediyordum ve onun biraz devam etmesine izin verme eğilimindeydim. Özel bir durumda onu durdurdum ve seansın sonunun geldiğini söyledim. Bunu sorun etmemiş gözüktü ama ertesi gün on beş dakika geç geldi. Gelirken neden geciktiğini açıkladı. Karısı yolda karnabahar almasını istemiş, o da itaatkar bir şekilde manava gitmiş fakat ne yazık ki manavın hiç iyi karnabaharı kalmamış. Bu nedenle başka bir manava gidip oradan almış ancak bu dükkan yolunu uzatmış. Ardından aslında gelirken karnabahar almayı düşünmediğini çünkü bunun onun geç kalmasına yol açacağını anladığını söyledi ama manavı arabanın aynasından görmüş ve bir anda durup satın alma kararı vermişti.

Kendi kendime, önceki günkü seansta durmamız gerektiğini söylediğimde gerçekleşen ani yön değişikliğinden bahsettiğini düşündüm. Ona , "Dün seansın sonunda seni durdurduğumda, Symington'ı kapatmak için kendi içinde ani bir karar verdin ve bu Symington karşıtı kişi, seansa gelirken karının karnabahar alma isteğini yerine getirmekten çok memnun oldu. "İlk manav, sizi Symington'ı daha da fazla küçümsemeye zorlamadığı için daha da memnun oldunuz" dedim. (Karısına itaatkar olarak bilinmediğini söyleyebilirim.)

Sonra bana "Dün seansı bitirdiğinizde kendi kendime "Tanrım, ne acımasız" dedim, ardından umutsuz hissettim" dedi.

Yorumu doğrulama şekli aydınlatıcıydı. Aniden kendi kendine, "Tanrım, ne acımasız" dediğini hatırladı ve sözde bir eylem vardı; kendini imha etti. Aslında bu konuşmayı şimdi kesmeliyiz, diyerek onu ben koparmıştım. Hüsrana uğramış ve incinmiş şekilde yanıtı içten içe kendini koparmak oldu; bu çok daha ciddi bir ayrımdı. Kendini içten kopardığında, kendi içinde bir şeyi öldürdü. Benliğin erotizasyonuyla bağlantılı olarak söylediğim gibi, psişik bir öldürme heyecan yaratır ve motivasyonel enerji verir ancak özerk kaynak umutsuz hisseder.

Bana "Tanrım, ne acımasız" demediği için umutsuz hissettiğini ona belirttim. Öyle yapsaydı, nasıl hissettiğini bilirdim;

onunla birlikte olurdum. Onunla uyum içinde olurdum. Bunun yerine yapmam gereken o çıkarımı yapmak oldu, o yeniden inşayı zihnim aracılığıyla yapmam gerekti çünkü hiçbir duygu mevcut değildi; onlar koparılmıştı. Ertesi gün gelip "Sen dün seansı bu şekilde bitirdiğin için geç geldim" deseydi çok daha farklı olurdu çünkü o zaman kendisiyle ve benimle iletişim halinde olurdu. Terapötik olarak, hastanın her şeyi inşa ettiği gerçeğine ulaşmak epey sorunlu olabilir. Sadece bir kişiyi yaratmakla kalmayıp bütün bir organizasyon oluşturan hastalarım oldu. Hikayeleri kulağa somut geliyordu ancak yine de dış çevrenin belirli olayları meydana getirmek için manipüle edildiğine dair ezici bir his vardı. Kişi aslında bir mağduriyet durumundaydı.

Dış görünüşe güvenseydim ve bir arkadaşım bana, "Onu konuşmanın ortasında durdurmanı dert etti mi?" diye sormuş olsaydı, "hayır, epey memnun görünüyordu. Umursamıyor gibiydi" derdim. Yaptığı şey, kendini, kendi içindeki özerk kaynaktan koparmaktı. Ancak uyumsuz kaynağa sahip olmak mümkün değildir, o çok vahşidir. Psişedeki dayanılmaz şeyler çeşitli şekillerde ele alınır ve bu örnekte dayanılmaz şey, özerk kaynağın arzusuna uygun olmayan bir istekte bulunan eşe itilmişti. Özerk kaynağın isteği seansa zamanında gelmekti. Bana hissettiklerini söyleseydi, bu kendi özerk kaynağından geliyor olurdu ve daha sonra karısı bu istekte bulunduğunda, "Eve gelirken alırım" diyebilirdi. Onu ayrıştıran ve ona "Tanrım, ne acımasız" sözlerini söyleten uyumsuz kaynaktı. Kendini can verenle temastan kopardı ve bu kesinti anında, duyguları artık içsel durumunun bir kaydı olmamaya başladı. Gerçek duyguların yerini sahte duygular aldı. Burada hislerine ve bilgisine yabancılaşmış bir adam vardı. Bu katili karısına da yansıttığını görüyoruz. Olan şey bir patolojinin kaynağıydı.

Narsisizm tüm zihinsel rahatsızlıkların kaynağıdır

Benim cesur iddiam, acıya tepki olarak alınan bu yolun tüm patolojilerin kaynağı olduğudur. Narsisizm, tüm zihinsel

rahatsızlıkların kaynağıdır. Seansı benim yaptığım şekilde bitirdiğimde hasta incindi. "İzzeti nefsi", kendine olan sevgisi, erotize edilmiş benliği incinmişti. Böyle bir süreç başlatıldığında, uyumsuz kaynak zihinsel süreçlere saldırır: Algı, hafıza, hayal gücü, düşünme, yargılama, vicdan ve duygular. Kendi içindeki bu süreçlerden kopan hastanın neden geç kaldığına dair algısı yanlıştı.

Uyumsuz kaynak hangi eylemleri gerçekleştirebilir? Özerk kaynağı felce uğratır: Duyguları gerçek yerlerinden koparır ve onları tersine bağlar: Yargıyı tahrif eder, aklı duygudan ayırır ve uyumsuz kaynağa köleleştirir. Rasyonelleştirme adı verilen bir süreç: Psişik bir bütünü zihnin içinden çıkarıp dışsal bir şekle sokar, böylece zihni fakirleştirir; dışsal bir nesneyi iç bütünün içine sokar, hastanın karısı birden onun otoriter tanrıçası olur. O halde, "Tanrım, çok acımasız " diye hissettiği ancak bunu söylemediği bu eyleminin ne kadar kötü olduğunu görebilirsiniz.

Bu süreçlerin diğer sonuçlarını açıklamak, ayrıntılı bir psikiyatri ders kitabı yazmaktan aşağı kalmaz. Size yalnızca, hayal kırıklığı ve acıya tepki olarak ortaya çıkan uyumsuz kaynak-eylem kalıpları etrafında kümelenen faaliyetlerden kaynaklanan kapsamlı psikiyatrik durumların izlenimci bir özetini verebilirim. Bu tür eylem kalıpları, uyumsuz kaynağı, temeli büyüklenmeci benlikte olan iktidara yerleştirir. Büyüklenmeci halime geçer geçmez aynı İsa gibi, fırtınayı yatıştırabilirim. Her şeyi yapabilirim. Büyüklenmeci figür bir tanrının tüm güçlerine sahiptir.

Uyumsuz kaynak tarafından şekillendirilen zihinsel tahribat

Şimdi uyumsuz kaynağın yarattığı zihinsel tahribattan bahsedeceğim. Algı ile başlayacağım. Annemin kıskanç ve bana karşı sahiplenici olduğuna inanabilirim ve o zaman, ilk günlerimden beri bana karşı sahiplenici olduğuna inanabilirim. Gelişen ve yaratıcı bir yetişkin olmamı istemediğine inanabilirim. Bunu şu anki talihsizliğimin nedeni olarak alırım. Bu pa-

ranoyak bir görüştür. Böyle olmasının nedeni annemin aslında kıskanç ve sahiplenici olmaması değildir (belki de öyledir) veya benim gelişmemi ve yaratıcı bir birey olmamı istemesi de değildir (belki istemiyordur). Bu görüş, ben onun isteklerini kabul ettiğimde paranoyaktır. Verilen bu rıza, can verenin reddi, algımı tahrif eden içsel eylemdir. Diğer nesneyle olan içsel ilişkimin yanlış bir algısıdır. İçeride buna cevap veren bir şey yoktur.

Avustralya'ya seyahat ederken ve kendimi uçakta orta yaşlı bir İngiliz kadının yanında otururken buldum. Yedi çocuğu vardı ve bana her birini anlattı: Uzun bir yolculuktu, bu yüzden buna zamanı oldu. Sonuncuya geldiğinde (ona Johnny diyelim) "Ama Johnny'ye gelince, onu annesine bakması için evde tuttum." Bu yüzden Johnny hâlâ evde yaşıyordu. Johnny, bu olay gerçekleştiği zaman otuz üç yaşındaydı. Diğerlerinin gitmesine izin vermişti ama Johnny'ye vermemişti. Johnny'nin bakış açısından sorun buna razı olmasıydı. Bu yüzden paranoyaktı. Hastam karnabahar almaya rıza göstermek zorunda değildi ve sadece bu değil de Johnny'nin annesinin ona bakması gerektiğine dair algısına uygun olarak hareket edeceğinden epey eminim. Johnny psikolojik olarak farklı bir şekilde aktif olsaydı, bu annede farklı bir tepki yaratırdı.

Şimdi tekrar karnabahar alan adama dönmek istiyorum. Ben ona yorumu yaptığımda, gerçekten kendi kendine "Tanrım, ne acımasız" diye düşündüğünü söyleyerek beni onayladı. Sohbetin devamında bu konuşma öncesinde, böyle bir düşüncenin kendisinin bile farkında olmadığını söyledi. Bu, bunun iyileştirilmiş bir durum olduğunu vurguluyordu. Bu düşüncenin, bu eyleminin farkında olabildi ve bana bunu kabul ettirebildi. Bu ileriye doğru bir adımdı çünkü birinin diğerinden etkilendiğini kabul etmek narsisistik mizaca kökten aykırıdır.

Onun bu düşüncesi kesinlikle daha önce de vardı çünkü diğer zihinsel fenomenler açıktı. Örneğin, bir sonraki pazartesi günü, cuma seansının içeriğini tamamen unutacaktı. Alanlar arasındaki bilgilerden anlam çıkaramıyordu (psiko-

logların "eğitim transferi" dediği şey). Bazı şeyleri düşünmesi "yasaktı." Zihinsel yaşamı, özellikle bir ara verdikten sonra, sürekli olarak harap olma belirtileri gösterdi. Yıkımların benimle olan etkileşimleriyle, reddetmelerime yanıt olarak içsel eylemleriyle bağlantılı olduğu açıktı. Bir seansı bitirmek ya da tatile gitmek her zaman bir reddetmedir: Terapist başka birine (hastaya, eşe, çocuğa, arkadaşa) yönelir.

Eylemin ve eylemdeki kendi failliğinin farkında olduğunda bu gerçekten bir gelişmeydi. Bunu, yukarıdaki analizin meyvesi olarak gördüm ve bunun, inkar etme eyleminin daha az yoğun olduğunun bir işareti olduğu sonucuna vardım. Bunu sorgulamak isteyebilirsiniz. Vardığım sonucu, bir bireyin zihinsel yaşam için yıkıcı olan eylemlerin ancak eylemler daha az yoğun olduğunda farkına vardığı ilkesine dayandırdım. Üzerinde düşünülebilecek bir eylem, düşünülemeyecek olandan daha az yoğundur. Örneğin, aşırı kıskanç olduğumda bunun farkında olamam. Bu ilkeyi son derece önemli buluyorum ama bunu kanıtlamak için hatırı sayılır bir araştırma gerekir: Burada yalnızca içsel eylemlerin yoğunluk bakımından farklılık gösterdiğini belirtmek istiyorum. Bu adamda, içsel eylemin vahşeti daha az yoğun hale geldi ve bunun içsel yaratıcı eylemdeki bir artışla gerçekleştiğine inanıyorum. (Vahşetle özellikle tedavinin başlarında, aynı derecede yoğun olduğuna inandığım bir kararlılıkla yüzleştiğimi söyleyebilirim.) Kişi ancak içsel yaratıcı aktivitenin genişlemesi gerçekleşince gölgeyi, deyim yerindeyse, diğerini görebilir. Bir şey son derece baskın olduğunda, onu göremezsiniz. Başka bir ışık parladığında, gölgeleri görebilirsiniz.

Belirli bir ek yoğunluk kuantumunun kaliteyi değiştirdiğini söyleyen bir atasözü vardır. Biriniz beni incitecek bir şey söylese, ben de "Tanrım çok zalimsin" dersem, bu tepinip bağırmaktan, bütün camları kırmaktan, orayı ateşe vermekten çok farklı olur Aynı şekilde, adamın gelip "Tanrım, ne acımasız" diye düşünmesi düşünme, yargıda bulunma ve hatırlama kapasitesini mahvetmesinden niteliksel çok daha farklıdır. Aklını yerle bir etmek, camları kırıp yeri ateşe vermekten çok daha kötüdür ama o kadar belirgin olmadığı için fark edilmeyebilir.

Bütün bunlar, karnabahar adamın patolojisinin ciddi olduğunu göstermek içindi; duyguları zekasından kesilmiş, kendi eylemi hakkındaki bilgisi ortadan kaldırılmış, işleyişinin bir kısmını karısına aktarmıştı. Kendi yaratıcı özerk eyleminin gücü ciddi şekilde azaltmıştı ama zihninin durumu önceden çok daha kötüydü. Bunun gibi bir durum belirli bir dereceye yoğunlaştığında, şizofrenik bir durum ortaya çıkar. Bu adamın karısı yerine Tanrı tarafından şiddetle yönlendirilmiş olduğunu düşünün veya karısının ona karnabahar almasını söylemesi yerine Tanrının ona bir şey yapmasını söylediğini hayal edin. Sadece aklını duygularından uzaklaştırmakla kalmamış, aynı zamanda duygularını ve yargılama kapasitesini de paramparça etmiştir. Şimdi sesler duyan, konuşması düşüncesizce akıp giden, duygulanımsal durumlardan kopan ve işbirliği içinde olan parçanın zihnin ya da bedenin başka bir parçasına atılan biri var (karnabahar adam durumunda, benimle işbirliği içinde). Elimizde sadece şizofrenik bir durum değil, aynı zamanda bir dizi psikosomatik durum var.

Narsisizme yeni bir yaklaşım

Narsisizm konusundaki düşüncelerimi paylaştım ama söylediklerim hiçbir şekilde nihai bir ifade oluşturmuyor. Bir başlangıç yapıyorum, çözümleri el yordamıyla arıyorum. Her noktada yeni sorular ortaya çıkıyor. Alman ilahiyatçı Karl Rahner (1961) tarafından yapılan bir açıklamaya sempati duyuyorum: Bir soru, bir konudaki tüm kabul gören görüşleri bozuyorsa, insanları tedirgin ediyorsa ve eski pozisyonları şevkle savunmaya sevk ediyorsa, o zaman doğru soru sorulmuştur, demiştir. Bir şeyden eminim. Mevcut narsisizm teorileri doğru değil; eski bir yolu takip ediyorlar. Bazı şeyleri radikal bir şekilde yeniden düşünmemiz ve bazı önyargıları terk etmeye hazırlıklı olmamız gerektiğine inanıyorum. Üzerine biraz daha düşünmeden söylediklerimi kabul etmeyeceğinizi umuyorum fakat aynı zamanda diğer teorilerle uyuşmadığı için onu reddetmeyeceğinizi de umuyorum.

Bu narsisizm sorununun çok önemli olduğunu düşünüyorum. Bu, her birimizin içinde çözmemiz gereken kişisel bir sorundur. Bunu içimizde belirleyen bazı süreçleri anlarsak, kendi hayatımızın yaratıcı mimarları olmak, toplumumuzda daha değerli şeyleri temsil etmek ve mutluluk denen bu zor duruma ulaşmak için daha iyi bir pozisyonda olabileceğimize inanıyorum. Bu kişisel yabancılaşmanın üstesinden gelmenin ilk adımı olabilir. Birçok sosyal teorisyenin söylediği gibi modern rahatsızlığın kaynağı tüm sonuçlarıyla yabancılaşmadır. Marx, insanların kendilerine yabancılaşmasını bir siyasi tüzük aracılığıyla çözmeye çalıştı ve bence onun çözümü büyük ölçüde başarısız oldu. Darwin, bunu bizi atalarımızın köklerine yeniden kök salarak çözmeye çalıştı. Freud, bizi bilinmeyen benliklerimizle ilişkilendirerek çözmeye çalıştı.

Bu narsisizm, bizi kendi yaratıcı eylem kaynağımızdan koparıyor, buna eminim. Görevimizin kendi zihnimizi onarmak olduğuna eminim. Bu gerçek yaratıcı eylem, toplumda yeni uyumların oluşması için fırsat sağlar. Buna eminim. Öncelikli görevimiz, yaratıcı eylem potansiyelimizi kullanmaktır. Bunu yaptığımızda semptomlarımız ve patolojimiz azalacaktır. Sağlıklı eylemin yönünü öğrenmek nevroz, psikoz ve patolojik durumlara karşı en iyi silah olacaktır. Mevcut teorilerimiz ve görüşlerimiz bize pek yardımcı olmuyor. Bu kitap boyunca, yapılmayanları aramanın gerekliliğini defalarca vurguladım. Neyin reddedildiğini görmek, ruh sağlığını neyin oluşturduğunu görmemizi sağlayacaktır.

E. M. Forster'ın *Hindistan'a Bir Geçit* (1974) adlı romanında, Dr. Aziz karakterinin yaptığı bir açıklamayı aktararak bitirmek istiyorum. Konuşurlarken Hamidullah ona şunu söyler:

> "Pekala ama senin hayatın fakir bir adamınki gibi devam etmeli; Keşmir'de henüz senin için tatil yok, mesleğine bağlı kalmalı ve yüksek maaşlı bir göreve yükselmelisin, kendini bırakıp şiirler yazmamalısın. Çocukları eğit, en son bilimsel dergileri oku, Avrupalı doktorları sana

saygı duymaya zorla. Bir erkek gibi kendi davranışlarının sonuçlarını kabul et."

Aziz ona yavaşça göz kırptı ve "Mahkemede değiliz. Erkek olmanın birçok yolu vardır: Benimki, kalbimdeki en derin şeyi ifade etmektir."

Etkilenen Hamidullah, "Böyle bir söze diyecek bir şey yok" dedi. (s. 263)

Buradaki can alıcı söz şudur: "Erkek olmanın birçok yolu vardır." Bir kişinin iç hayatı önceden belirlenmiş değildir, bir kurgudur. Hayatım nihayetinde kendi eserimdir; narsisizm yaradılışı boğar, buna izin vermez, bunu mümkün kılacak enerjinin oluşmasını engeller. Burada sunulan teori, bunu açıklığa kavuşturma ve kavramsal bir temel sağlama girişimidir. Bu, bizi doğru yöne işaret edebileceğini umduğum bir taslaktır.

KAYNAKÇA

Abraham, K. (1924) A short study of the development of the libido. In: Selected Papers on Psycho-Analysis (pp. 418-501). London: Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis,1948.[Reprinted London: Karnac Books. 1979.1

Augustine. St. (1984).The City of God.Harmondsworth, Middle- sex: Penguin.

Bergson. H. (1919).Creative Euolution. London: MacMillan. Bettelheim, B. (1983). Freud and Man's Soul. London: Chatto & Windus. Hogarth Press.

Blake, W. (1789-1794).Songs of Innocence and Experience. Oxford: Oxford University Press, 1967.

Blomfleld, 0. H. D. (1985).Parasltlsm, Projective Identification and the Faustlan Bargain. International Review of Psycho-Analysis, 12:299-309.

Bollas, C. (1989). Forces of Destiny. London: Free Association Books.

Eigen, M. (1981). The Area of Faith in Winnicott, Lacan, and Bion. International Journal ofPsycho-Analysis, 62: 413-434.

Fairbairn, W.R.D. (1940).Schizoid Factors and Personality. In: Psychoanalytic Studies of the Personality (pp. 3-27). London and Boston: Routledge & Kegan Paul.

_____ (1976). Psychoanalytk Stucfies of the Personality. London and Boston: Routledge & Kegan Paul.

Ferenczl, S. (1968). Thalassa. New York: W. W. Norton. [Reprinted London: Karnac Books, 1989.1

Forster, E. M. (1974).A Passage to India. Harmondsworth, Middlesex: Penguin.

Frank, A. (1954). The Diary of Anne Frank. London and Sydney: Pan Books.

Freud, S. (1914~)O. n Narcissism: An Introduction. S.E. 14 (pp. 67-104). London: Hogarth Press and the Institute of Psycho- Analysis.

_____ (1917e [1915]). Mourning and Melancholia. S.E. 14 (pp. 237-260). London: Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.

_____ (1919a [19181). Lines of Advance in Psycho-Analytlc Therapy. S.E. 17. London: Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.

_____ (1927~) The Futureof an Illusion.S.E.21. London: Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.

Glllespie, W. (1990). Reminiscences. International Reuiew of Psycho-Analysis, 17.

Graves. R. (1960). The Greek Myths. Vol. 1. Harmondsworth. Middlesex: Penguin.

Greene, G. (1980). Ways ofEscape. London, Sydney, and Toronto: Bodley Head.

Grotstein. J. (in preparation a). Why Oedipus and Not Christ? 1. The Importance of Innocence, Original Sln, and Human Sacrl- flce for Psychoanalytic Theory and Practice.

_____ (in preparation b). Why Oedipus and Not Christ? 11. A Selectlve Rereading of the Myth of Oedipus and the Story of Christ.

Hesse, H. (1972). Steppenwolf. Harmondsworth, Middlesex: Penguin.

Husserl, E. (1973). Experience a n d Judgment. Evanston, IL: Northwestern University Press.

Jung, C. G. (1977). The Tavistock Lectures: Lecture 111. In: The Collected Works of C. G. Jung. Vol. 18: The Symbolic Life. London: Routledge & Kegan Paul.

Keneally. E. (1983). Schizlndler's Ark. Sevenoaks: Coronet Books. Hodder & Stoughton.

Kernberg, 0. (1984).Sewre Personality Disorders. New Haven and London: Yale University Press.

Klein. G. (1979). Psychoanalytic Theory. New York: International Universities Press.

Klein, M. (1940). Mourning and I t s Relation to Manic-Depressive

States. In: Contributions to Psycho-Analysts. 1921-1 945 (pp. 311-338). London: Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis, 1950. [AlsoinThe Writingsof Melanie Kleh Vol.I: Love. Guilt and Reparation and Other Works (pp. 344-370). London: Hogarth Press, 1975. Reprinted London: Karnac Books, 1992.1

_____ (1963). On the Sense of Loneliness. In: The Writings of Melank Kkin, Vol.ZII. London: Hogarth Press.

Kohut, H. (1971). The Analysis of the Self:A Systemattc Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders. New York: International Universities Press.

_____ (1984). How Does Analysis Cure? Chicago, IL: University o f Chicago Press.

Lasch, C. (1991). The Culture of Narcissism. New York: W . W. Norton.

Lewis, C. S. (1988). Surprised by Joy. Glasgow: Collins Fount Paperbacks.

Maugham, S. (1976). The Summing Up. London: Pan Books.

May, R. (1958). The Origins and Significance of the Existential Movement in Psychology. In: Existence. A New Dimension in Psychiatry and Psychology. New York: Touchstone, Simon & Schuster.

Rahner ,K. (1961). The Theology of Death London: Herder Burns & Oates.

Rosenfeld, H. (1987). Impasse and Interpretation. London: Tavistock Press and the Institute of Psycho-Analysis.

Searles, H. (1975).The Patient as Therapist to His Analyst. In: Peter Giovacchlni (Ed.), Tactics and Techniques in Psychoanalytic Therapy, Vol. XI: Counterbansference. New York: Jason Aronson.

Tausk, V. (1919). On the Origin of "Influence Machine" in Schizophrenia. Psychoanalytic Quarterly, 2: 519-556.

Tolstoy, L. (1986). Anna Karenin (translated by Rosemary Edmonds, 1954). Hannondsworth, Middlesex: Penguin,

Tustin, F. (1972). Autism and Childhood Psychosis. London: Hogarth.

_____ (1981). Autistic States in Children, London: Routledge & Kegan Paul.

Winnicott. D. W. (1956). The Antisocial Tendency. In: Collected Papers: Through Paediatrics to Psychoanalysis (pp. 306-315). London: Tavlstock. [Reprinted London: Hogarth Press, 1975. Reprinted London: Karnac Books. 1991.I

_____ (1971). Playing and Reality. London: Tavlstock Publications.

Wodehouse, P. G. (1985). The Inimitable Jeeves. Harmondsworth, Middlesex: Penguin Books.