MUTSUZLUK KILAVUZU • Paul Watzlawick

MUTSUZLUK KILAVUZU

Paul Watzlawick



Almancadan Çeviren:Veysel Atayman

AYRINTI

PAUL WATZLAWICK

1921'de Villach/Kärnten'de doğdu; felsefe ve dil öğrenimi gördü. 1949'da doktorasını verdi, ardından psikoterapi eğitimini tamamlayarak 1954'te psikanalist diploması aldı. 1957-1960 yılları arasında El Salvador'da psikoterapi alanında profesörlük yaptı. 1960'tan bu yana Kaliforniya/Palo Alto Zihinsel Araştırmalar Enstitüsü'nde araştırmacı olarak çalışmakta ve aynı zamanda 1967'den beri Stanford Üniversitesi Psikiyatri Bölümü'nde ders vermektedir. 1983'de yayımlanan *Mutsuzluk Kılavuzu* büyük bir ilgi gördü. Kısa zamanda bir milyon sattı. Başlıca yapıtları: *Menschliche Kommunikation* (İnsan İletişimi), Janet H. Beavin ve Don D. Jackson ile birlikte, 1969; *Lösungen* (Çözümler), John H. Weakland ve Richard Fisch ile birlikte, 1974; *Wie wirklich ist die Wirklichkeit?* (Gerçeklik Ne Kadar Gerçektir?), 1976; *Die Möglichkeit des Andersseins* (Başka Olmanın Olanağı), 1977; *Gebrauchsanweisung für Amerika* (Amerika için Kullanma Kılavuzu), 1978; (Der.) *Die erfundene Wirklichkeit* (Uydurma Gerçeklik), 1981; *Vom Schlechten des Guten oder Hekates Lösungen* (İyinin kötülüğü ya da Hekate Çözümleri), 1986.

Ayrıntı: 77
Dizi dışı kitaplar: 7

Mutsuzluk Kılavuzu
Paul Watzlawick

Almancadan çeviren
Veysel Atayman

Kitabın özgün adı
Anleitung zum Unglücklichsein

Serie Piper / 1983
basımından çevrilmiştir

© Akcalı - Tuna Ajans

Bu kitabın tüm yayın hakları
Ayrıntı Yayınları'na aittir

Kapak illüstrasyonu
Anita Kunz

Kapak düzeni
Arslan Kahraman

Basıma hazırlık
Renk Yapımevi (0 212) 516 94 15

Baskı ve cilt
Mart Matbaacılık Sanatları (0 212) 212 03 40

Birinci basım
Temmuz 1993

İkinci basım
Ekim 1993

Üçüncü basım
1995

ISBN 975-539-047-2

AYRINTI YAYINLARI
Piyer Loti Cad. 17/2 Çemberlitaş-İstanbul Tel: (0 212) 518 76 19 Fax: (0 212) 516 45 77

Paul Watzlawick

MUTSUZLUK KILAVUZU



İçindekiler

Giriş **9**

En önemlisi: Kendine sadık ol... **16**

Geçmişle oynanan dört oyun **20**

Ruslar ve Amerikalılar **29**

Çekiç öyküsü **33**

Avucumdaki fasulyeler **42**

Ürkütülmüş filler **45**

Kendi kendilerini gerçekleştiren kehanetler **50**

Hedefe varmamak için uyarılıyoruz **55**

Beni gerçekten sevsen sarmısak yemeye "hayır" demezdin **62**

"İçinden geldiği gibi (kendiliğinden) davran" **75**

Beni sevenin bir acayipliği olmalı **82**

İnsan soylu, yardımsever ve iyi olmalı **87**

Çılgın yabancılar **96**

Bir oyun olarak yaşam **102**

Sonsöz **107**

Kaynakça **109**

Paul Watzlawick'in kitabını ağlayan ya da gülen bir gözle okuyabiliriz. Her okur bu kitapta kendinden bir şeyler bulabilir; anlayacağınız günlük yaşamı katlanılmaz hale getirmek ve pireyi deve yaparak yaşamı kendine zehir etmek için nasıl elinden geleni ardına koymadığını görebilir.
Ayrıca bu kitabın yazarı hiçbir yerde açıkça belirtmiş olmasa da elinizdeki

metin baştan sona koskoca bir "hastalık belirtileri" tablosu sunmakta ve Palo-Alto Çalışma Grubu olarak bilinen ekibin tarzına ve anlayışına bütünüyle uygun düşen dolayısıyla da ruhsal rahatsızlıkların tedavisinde kullanılabilecek bir çalışma özelliği taşımaktadır. İşte bu yönden ele alındığında ister psikiyatrist isterse de psikolojik danışman olsun, bu iflah olmaz sayfaların satırları arasında, tedavi amaçlı karşılıklı ikili konuşmalarda doğrudan kullanabileceği önemli yanlar bulabilecektir: Eğretilemeler, süslemeler, anlamı örtük sinsi öyküler ve insanın -ruhsal bozuklukların ürünü olan- eylem ve davranışlarını ölümüne bir ciddiyetle açıklamaya çalışan [bilimsel] yorumlardan kat kat etkili, beynin sağ yarım küresiyle ilintili söyleyişler bu öbeğe girebilirler.

Piper Yayınevi

Giriş

"İnsandan zaten ne beklenebilir ki? Yeryüzünün bütün nimetlerini başından aşağıya dökün; onu gırtlağına, tepesine kadar mutluluğa batırın, öyle batırın ki, mutluluğun yüzeyine tıpkı suyun yüzeyine yükselir gibi kabarcıklar yükselsin; ona yatıp uyumaktan, kurabiyelerin dibine darı ekmekten ve insan soyunun devamını sağlamaktan başka yapacak iş bırakmayacak bir parasal gelir sağlayın; işte bu aynı insan sırf nankörlüğünden, rezilliğe olan eğiliminden size ayaküstü bir oyun oynayacaktır. Bu olumlu ve akıllı davranışı-

nızın içine sırf kendi uğursuz ve başına beladan başka bir şey getirmeyecek hayalperest yanını katıştırabilmek için kurabiyeleri bile kaybetmeyi göze alacak, hatta belki en olmayacak belanın, en berbat ekonomik durumun başına gelmesini arzu edecektir. Özellikle de hayalperest saplantılarından, kalınkafalılığından vazgeçmek istemeyecektir."

Bu sözler Nietzsche'nin bütün zamanların en büyük psikoloğu olarak gördüğü bir adama, Fedor Mihailoviç Dostoyevski'ye aittirler. Ama biraz şairce ve süslü bir dille söylenmiş de olsalar, aslında halk bilgeliğinin çok eski zamanlardan beri bildiği bir gerçeği dile getirmektedirler: Peş peşe gelen birkaç iyi gün kadar katlanılması zor hiçbir şey yoktur.

Mutluluğun, mutlu olmanın, ulaşmak için çabalamamız gereken amaçlar olduğunu anlatan binlerce yıllık o eski peri masalını kaldırıp bir yana atmanın zamanı geldi artık. Mutluluğu araya araya sonunda ona kavuşacağımıza inandırmaya çalışıp durdular bizi, biz de saflıkla ve içtenlikle inandık buna.

Oysa mutluluk kavramının bir tanımlamasını bile yapmak olanaksız görünmektedir. Örneğin Hessen Radyosu'nun Eylül 1972'deki Akşam Stüdyosu'nun 7. bölümünde dinleyiciler, "Mutluluk Nedir?" [11]* konulu oldukça tuhaf bir tartışmaya tanık olmuşlardı. Tartışma boyunca dört farklı dünya görüşünün ve bilim dalının temsilcileri, görünürde anlaşılması kolay, bildik bu kavramın anlamının ne olduğu konusunda tartışmayı yönetenin olağanüstü sabrına ve

* Köşeli parantezler içindeki numaralar için kitap sonundaki kaynakçaya bakınız. (ç.n.).

sağduyusuna karşın ortak bir görüşte birleşememişlerdi.

Aslında buna pek şaşmamak gerekir. "Mutluluğun içeriğinin ne olduğu, nelerden oluştuğu konusundaki görüş ve düşünceler her zaman farklı olagelmişlerdir" diye okuyoruz düşünür Robert Speamann'ın "Mutlu Yaşamak" üzerine bir denemesinde. [22] "Aristoteles, Terentius Varro ve onun ardından da Augustinus, mutluluk konusunda tam 289 görüş derlemişlerdir" diyen Speamann bu değinmeden sonra Bayan Katz diye biriyle evlenmek isteğini babasına açan erkek evlada ilişkin bir Yahudi fıkrasına yer veriyor: "Baba bu evliliğe karşı çıkar. Ona göre Bayan Katz'ın kuru canından başka getireceği bir şey yoktur. Oğlu ise ne olursa olsun ancak Bayan Katz ile mutlu olabileceğini söyleyip babasına direnir. Bunun üzerine babası, 'Mutlu olmak mı, ne geçecek ki bundan senin eline' diye sorar."

Aslına bakılacak olursa dünya edebiyatının ürünlerinin bizi bu konuda çoktan pirelendirmiş olması gerekirdi. Felaket, trajedi, yıkım, facia, suç, cinayet, günahkârlık, çılgınlık, delilik, tehlike... dünya edebiyatının büyük yapıtlarının konusu bunlardan ibarettir. Dante'nin *Inferno*'su, *Paradiso*'suyla karşılaştırılamayacak kadar kusursuz ve dâhiyanedir. Aynı şey Milton'un *Paradise Lost*'u için de geçerlidir. Yazarın *Paradise Regained*'i bu yapıtla karşılaştırıldığında kuru, yavan, tatsız kalır. [Hofmannsthal'ın] *Jedermann* adlı lirik oyununda kahramanın çöküşü insanı kapıp götürür, sonunda onu kurtaran melekler ise insanın üzerinde berbat bir etki bırakırlar. *Faust I*, ağlatır; *Faust II*, esnetir.

Kendimizi aldatmayalım: Mutsuzluğumuz olmasaydı halimiz nice olurdu, şimdi nerelerde olurduk? Mutsuzluğa *şiddetle* muhtacız; hem de sözcüğün gerçek anlamıyla mutsuzluğa.

Hayvanlar âlemindeki sıcakkanlı akrabalarımızın da durumu bizimkinden daha iyi sayılmaz. O canım yaratıkları açlıktan, tehlikelerden, hastalıklardan (Buna diş çürümesi de dahil) koruyup onları tıpkı insanlar arasında görülen nevrotiklere ve ruh hastalarına dönüştüren hayvanat bahçesi yaşamının olağanüstü etkilerine bakmak yeter.

Mutlu olmanın yolunu gösteren reçetelerden oluşmuş bir selin içinde boğuldu boğulacak dünyamızdan bir cankurtaran simidini daha uzun süre esirgeyemeyiz. Mutsuzluğu yaratmanın etkili mekanizma ve süreçlerinin ne olduğunu anlama girişimleri, artık psikiyatrinin ya da psikolojinin kıskançlıkla korudukları şeytani güçler alanıyla bir boğuşma olmaktan kurtarılmalıdır.

Kendi mutsuzluklarının yollarını, bile bile ve vicdan rahatlığıyla kendi elleriyle döşeyenlerin sayısı oldukça kabarık görünebilir. Ama bu alanda da yardıma ve öğüde muhtaç olanların sayısı, çok daha büyüktür. İşte aşağıdaki sayfalar yol gösterecek bir rehber olacağı umuduyla bu kimselere sunulmuştur.

Bu özverili çalışmamız, ayrıca devlet politikasına katkı düzleminde de bir anlam ve önem taşımaktadır. Hayvanat bahçesi müdür ve yöneticilerinin daha küçük ölçekte kendi önlerine koydukları görevi sosyal devletler büyük ölçekte benimsemişler, yurttaşın yaşamını beşikten mezara güven ve mutlu-

luk içinde geçirmesi için gerekli düzenlemelerin peşine düşmüşlerdir. Ancak bu görevin yerine getirilebilmesi, yurttaşın sistemli bir biçimde kendine yetemeyen bir sosyal birey olarak yetiştirilmesine bağlıdır. İşte bu yüzden bütün Batı dünyasında sağlık hizmetleri ve sosyal yükümlülükler alanında devletin sırtına binen giderler yıldan yıla tırmanmaktadır. Thayer'in [23] gösterdiği gibi söz konusu giderler, ABD'de 1968-1970 arasında % 34 artarak 11 milyar dolardan 14 milyar dolara yükselmiştir. En son Federal Almanya'nın sayısal verilerine bakılacak olursa, *bir günlük* sağlık gideri 450 milyon Mark tutmaktadır. Bu sayı, 1950'dekinin tam 30 katıdır. Federal Almanya'da birleşme öncesi 10 milyon hasta vardı; ve bir Batı Alman yurttaşı ömür boyu ortalama 36.000 hap yutmaktaydı.

Bir an için bu sosyal giderlerin tırmanma eğilimlerinin tıkandığı ya da hatta tersine bir gelişmeyle düştüğünü varsayıp sonuçları kafamızda canlandırmaya çalışalım. Bu durumda koskoca bakanlıklar, dev gibi organizasyonlar bir bir çöker, onlarca sanayi kolu havlu atar, milyonlarca insan işsiz kalırdı.

İşte bu kitap bu felaketten kaçınmayı sağlamak için küçük, ama sorumluluğunun bilincinde olan bir katkı sağlamayı amaçlamaktadır. Sosyal devlet, kendi halkının durmadan *artan* çaresizliğine ve mutsuzluğuna öylesine muhtaçtır ki yurttaşların çaresiz ve mutsuz kılınması işi, tek tek yurttaşların iyi niyetli, ama acemice girişim ve çabalarına bırakılamaz. Modern yaşamın bütün öteki alanlarında olduğu gibi bu alanda da devletin yol göstermesi

kaçınılmaz bir gerekliliktir. Mutsuz, herkes *olabilir*; ama kendini mutsuz*laştırmayı* insan ancak öğrenerek gerçekleştirebilir. Öyle birkaç deneyimle, kişisel olarak mutsuzlukla birkaç tanışmayla olacak iş değildir bu.

Gelgelelim bizim için söz konusu olacak psikiyatri ve psikoloji konusundaki başvuru literatüründe bu konuda bulabileceğimiz işe yarar bilgi, dişimizin kovuğuna bile yetmeyeceği gibi bu bilgiler bu kitaplara, bizim kovaladığımız amaca hizmet etme kaygısıyla konmamışlardır. Bildiğim kadarıyla çok az meslektaşım bu tutanın elini yakan demire el atmayı göze alabilmiştir. Adını övgüyle anabileceğimiz istisnalar, Fransız asıllı Kanadalılardan *Petit Manuel de Querilla Matrimoniale*'nın [12] yazarları Rodolphe ve Luc Morisette; *Commedie e drammi nel matrimonio*'nun yazarı [7] Guglielmo Gulottas, *Düğümler*'in [9] yazarı Ronald Laings ve büyük düzenin bir parçası olan okulun, hiç değişmek zorunda kalmadan, dön dolaş bildiğini okumayı sürdürebilmek için okul psikoloğunun başarısızlığını nasıl gereksindiğini gösterdiği ve "*Büyüsünü Yitirmiş Sihirbaz*" [20] diye çevirebileceğimiz kitabın yazarı ünlü psikiyatrist Mara Selvinis; *How to be a Jewish Mother*[5]* ve *How to Make Yourself Miserable* [6] adlı, "yüzbinlerce insana gerçekten de sefil, bomboş bir hayat sürme olanağı sunan", alabildiğince özgün bir inceleme olarak göklere çıkarılan kitapların yazarı

*: Yanlış anlamaları önlemek için yazarın önsözünden bir saptamayı buraya alıyoruz: "Yahudi bir annenin ne ille de anne ne de Yahudi olması gerekir. İrlandalı bir garson bayan ya da İtalyan bir bayan kuaför de bir Yahudi anne olabilir."

dostum Dan Greenburg'u da anmadan geçemem. Ve son olarak Britanya okulunun üç önemli temsilcisinin adını anmamız gerekiyor. "Upmanship" incelemelerinin yazarı Stephen Potter- [17] "Peter ilkesi"nin bulucusu Lawrence Peter [16] ve kendi adıyla anılan yasanın bulucusu dünyaca ünlü yazar, J. Northcote Parkinson [14,15].

Elinizdeki kitabın burada sözünü ettiğimiz enfes incelemelere yapmak istediği katkı ise mutsuzluğun en güvenilir ve en işe yarar mekanizmalarını harekete geçirebilmemizi sağlayacak, yöntemleri belli, ilkeleri sağlam ve yıllar süren klinik deneyimlerden kotarılmış bir birikimi aktararak yol göstermektir. Yine de buradaki düşünceler, bu konuyu tüketen, bu konudaki görüş ve düşüncelerin tümünü ortaya koyan bir çalışma oluşturmaktan uzaktırlar. Bunlar okurlarım arasında en yetenekli olanların kendi üsluplarını geliştirmelerine olanak sağlayacak rehber düşüncelerdir, o kadar.

En önemlisi: Kendine sadık ol...

Bu altın söz *Hamlet*'teki başmabeyinci Polonius'a ait. Çalışmamızın amaçları bakımından değer taşıyor bu sözler; çünkü Polonius, kendi kendine gerçekten de sadık kalarak* gizlendiği bir paravanın

* Polonius başmabeyincidir. Krala, Hamlet ile kraliçenin konuşmasını perdenin arkasından dinleyeceği sözünü verir...

"Kraliçenin yanına gidiyor, efendimiz.
Perdenin arkasından dinleyeceğim.
...
Bir başka kulağın dinlemesi gerek konuşmayı.
Müsaadenizle kralım, yatmanızdan önce
Gelir söylerim öğreneceklerimi."

ardında Hamlet tarafından "bir sıçan gibi" kılıçla delik deşik edilmeyi beceriyor. Besbelli ki o yıllarda Danimarka devletinin sözlüğünde duvarın arkasındaki kulak kabartıcıyı tanımlayacak altın bir söz bulunmuyordu.

Kendisini mutsuz kılma konusunda Polonius'un biraz aşırı gittiği söylenebilir, ama Shakespeare'e azbuçuk yazar özgürlüğü tanımamız gerekir. Ayrıca bu abartma, bizim ilkemizi değiştirmez:

Kişinin dışındaki dünyayla, özellikle de yakın çevresindekilerle anlaşmazlık ve çatışma içinde yaşayabileceğini herhalde herkes kabul edecektir. Ama mutsuzluğu bütünüyle kendi kafamızın sessiz odacığı içinde üretebileceğimizi de gerçi genellikle herkes bilir; ama bunu kavramak bilmekten çok daha güçtür; bu nedenle bu yeteneğimizi kusursuzlaştırmak da iyice zordur. İnsan eşini ya da arkadaşını sevgiden yoksun olmakla suçlayabilir, amirinin kendisi hakkında kötü maksatlar taşıdığını da düşünebilir, nezlesinden havayı sorumlu tutabilir. Ama asıl kendimizi kendi rakibimiz, didişmemiz gereken kişi durumuna her gün nasıl sokar, bu işin üstesinden nasıl geliriz?

Mutsuzluğa giden yolların girişinde altın sözler, yol gösterici tabelalar olarak dururlar. Halkın sağduyusunu ya da ruhun derinliklerinde olup biteni sezme gücünü, başka deyişle içgüdüsünü bir an için

---

Ama Hamlet onu perdenin arkasında yakalar:
"Sen ha zavallı şaşkın sersem casus! Elveda!
...
İşgüzarlık da belalı şeymiş gördün mü?"
S. Eyuboğlu çevirisi, s. 120 Remzi Kitabevi, 1965. (ç.n.)

bir yana bırakırsak bu tabelaları oraya sağlıklı insan aklı diker. Aslında bu harika yeteneğe sonunda ne ad verdiğimiz tamamen önemsizdir. Bu altın sözlerin ilkece üzerinde birleştikleri nokta, sadece tek bir doğru görüşün bulunduğudur. Kişinin kendi görüşünün. Ve insan bir kez bu kanaate vardı mı, dünyanın zıvanasından çıkmış olduğunu saptamakta gecikmeyecektir. Ama bu bağlamda da ustalar ile acemilerin yolları ayrılır. İkinciler duruma omuz silkip geçer ve dünyanın o haliyle bütünleşmeyi, onunla uzlaşmayı ve ona ayak uydurmayı becerirler. Ama kendine ve altın sözlerine sadık kalanlar, böyle kokuşmuş uzlaşmalardan uzak dururlar. Bu kimseler, önemini Upanişad'ların yıllar önce belirttikleri bir seçim ile var olan durum ile olabilecek olan durum arasındaki bir seçim ile - karşı karşıya kalınca, dünyanın değişerek şöyle ya da böyle olması *gerektiğini* düşünür, bu yönde tavır alırlar ve dünyayı o var olan haliyle reddederler. Farelerin çoktan terk etmiş bulundukları geminin kaptanı olarak yollarından şaşmadan fırtınalı gecenin içine dümen kırarlar. Repertuvarlarında eski Romalıların şu vecizesinin büyük olasılıkla bulunmuyor olması üzücüdür aslında: *Ducunt fata volentem, nolentem trahunt,* (istekli olana alınyazısı yol gösterir, isteksiz olanı sürükler.)

Çünkü çok özel bir tarzda isteksizdir o. Onun ruhunda isteksizlik artık bir yaşamsal amaca dönüşmüştür. Kendi kendine sadık ve kendine karşı dürüst kalmaya çabalarken her zaman olumsuz tavır takınan bir karaktere bürünür. Çünkü "hayır" demeyip kabul etmek kendi kendine ihanet anlamına gele-

cektir. Çevresindeki insanların onu bir şeye inandırmaya kalkışmaları, o şeyi çürütmesi için yeterli bahaneyi sunar ona; hatta bu şeyi yapmak, yansız bakıldığında onun çıkarına bile olsa. "Olgunluk" der hani şu enfes özdeyiş, "insanın ana-babası 'şöyle yap!' diye öğütlemiş olsalar bile, doğru olanı yapma yeteneğidir."

Ama gerçek doğal dâhi, bir adım daha öteye gider ve yiğitçe bir tutarlılıkla *kendisine* en yerinde karar ve seçim gibi görünen şeyi de kulak arkası eder. Yani kendisinden kendisine gelen öğütleri de. Böylelikle yılan kendi kuyruğunu ısırmakla kalmaz, yutar. Giderek eşi zor bulunur bir mutsuzluk yaratılmış olur.

Benim az yetenekli okurlarımın karşısına bu durumu yüce, ama onlar için ulaşılmaz bir ideal olarak koyabilirim.

Geçmişle oynanan dört oyun

Zaman yaraları sarar derler, acıları dindirir. Doğru olabilir, ama bunun gene de gözümüzü korkutmaması lazım. Çünkü zamanın bu etkisine karşı kepenklerimizi indirmemiz ve geçmişi mutsuzluğun kaynaklarından birine dönüştürmemiz pekâlâ mümkündür. Bunu yapabilmemizi sağlayacak oldum olası bilinen en az dört mekanizma elimizin altındadır.

1- Geçmişin göklere çıkarılması

Yeni başlayanlar bile birazcık beceriyle yalnızca iyi ve güzel olanı gösteren, olabildiğince aldatıcı bir ışık süzgecinin ardından geçmişlerine bakabilirler. Bu numaranın işe yaramaması halinde kişi (hadi çocukluk dönemini tamamen bir yana bıraktık diyelim) ergenlik çağlarına dönecek, bu dönemi güvensizliğin, dünyadan duyulan acının ve geleceğe yönelik endişelerin yaşı olarak olanca gerçekliğiyle ve şiddetiyle yeniden belleğinde canlandıracaktır. Böylece geçmişteki uzun yılların bir tek günü için bile yas tutması da gerekmeyecektir. Yetenekli mutsuzluk adayı için ise gençliğini bir daha geri getirilemez, yitirilmiş altın çağ olarak algılamak, böylece el altında tüketilmez bir üzüntü rezervuarı tutmak pek de zor olmayacaktır.

Altın gençlik günleri örneklerden sadece *biridir* elbette. Bir başka örnek, bir aşk ilişkisinin bitmesinden duyulan derin üzüntü olabilir. İlişkinizin zaten uzun süreden beri ölümcül derecede hasta olduğunu size anımsatan ve sık sık dişlerinizi sıkarak bu cehennemden nasıl kaçabileceğinizi sormuş olduğunuza sizi inandırmaya çalışan mantığınızın, belleğinizin ve iyi niyetli dostlarınızın, bunları kulağınıza fısıldamalarına aldırış etmeyin. Ayrılığın, zamanında bu ilişkinin sürmüş olmasından çok daha önemsiz bir dert olduğuna sakın kendinizi inandırmayın. Bunu yapmaktansa daha ciddi, daha dürüstçe bir "yeni başlangıcın" bu kez ideal başarıyı getireceğine (nasıl olsa getirmeyecektir) bilmem kaçıncı kez de

olsa kendinizi inandırın. Ayrıca şu harika mantıklı düşünceyi de kendinize kılavuz edinin: Sevgilinizi *yitirmek* böylesine cehennemi bir acı veriyorsa onu *yeniden bulmak* ne kadar güzel olurdu. Çevrenizdeki bütün insanlardan uzaklaşın, mutlu an geldiğinde hazır ve nazır olabilmek için evde -telefonun yakınlarında bir yerde- bekleyin. Baktınız beklemekten usanıyorsunuz, bu durumda çok eski bir deneyim, yitirdiğinize tıpatıp benzeyen biriyle (başlangıçta, eskisinden farklı görünse de) tüm ayrıntılarıyla onu anımsatan bir ilişki kurmanızı salık veriyor.

2. Lut'un karısı

Geçmişe sımsıkı sarılmanın başka bir yararı da kişiye, içinde bulunulan an ile didişmeye zaman bırakmamasıdır. Dikkatimizi içinde yaşadığınız ana çevirdiğimizde, bakışlarımızı gelişigüzel sağda solda dolaştırıp anın sadece geçmişinkine ek mutsuzluklar değil, "mutsuzsuzluklar" da sunabileceğini görürüz. Şimdi'nin iyice kararlı bir biçimde koruduğumuz kötümserliğimizi sarsıp dağıtacak yepyeni bir şeyler sunabilme olasılığı bulunması da cabası. Bu bağlamda büyük bir hayranlıkta Kutsal Kitap'taki öğreticimiz Lut'un karısını anımsıyorsunuz herhalde. Melek Lut'a ve kavmine "kendini kurtar, hayatın söz konusu, ardına bakma, hiçbir yerde durup kalma" der (...) Ama Lut'un karısı arkasına bakar ve tuzdan bir sütun olup kalır. [Kutsal Kitap, Yaratılış XIX, 17, 6]

3. Alınyazısını etkileyen bir bardak bira

Amerikan komedi sinemasının eski ustalarından W.C. Fields *The Fatal Glass of Beer* filminde ilk birasını içme arzusuna karşı koyamayan genç bir adamın, korkunç, önlenemez yıkımını anlatır. İkaz etmek için kalkmış (ama bastırılmış gülümseme yüzünden hafifçe titreyen) parmağı gözden kaçırmak olanaksızdır. Fiiller kısa, pişmanlıklar uzun sürer. Ne kadar? (Kutsal Kitap'tan bir başka anamızı düşünmemiz yeter: Havva'yı ve bir diş ısırdığı elmayı...)

Felaket getiren bu ilk adımın, günümüze kadar utanç yüzünden suskunlukla geçiştirilmiş, ama aydınlanmış çağımızda artık gizlenmemesi gereken, yadsınamaz avantajları vardır; bunlardan biri pişmanlıktır, -ama pişmanlık mişmanlık- bizim konumuz açısından asıl önemlisi, bu ilk biranın bir daha düzeltilemeyecek sonuçlarının sonraki bütün biraları bağışlatmaması, ama ister istemez yine de açıklayabilmesidir. Başka türlü söyleyecek olursak: Kişi gırtlağına kadar suça batmış durumdadır; *o zaman* sonuçları hesaplaması gerekirdi, artık *şimdi* iş işten geçmiştir. O zaman yanlış adım atmış, şimdi bu yanlış adımın kurbanı olmuştur. Kendini mutsuz etmenin bu biçimi pek ideal sayılmaz, ama idare eder.

Bu nedenle daha incelikli, daha elverişli mutsuz olma yolları arayabiliriz. Diyelim ki alınyazımızı etkileyen o başlangıçtaki olaya hiçbir katkımız olmadı ve bu işte hiçbir payımız bulunmadığını herkes gayet iyi biliyor. İşte bu durumda artık katıksız,

tertemiz bir kurban sayılırız. Kimse çıkıp da bu kurban statümüzü sarsmaya yeltenemez, bizi buna karşı çıkmaya ikna etmeyi göze alamaz. Tanrı'nın, dünyanın, alınyazısının, doğanın, kromozomların ve hormonların, anne-babamızın, akraba ve yakınlarımızın, polisin, öğretmenlerimizin, doktorların ve amirlerimizin ve de özellikle dost ve arkadaşlarımızın bize yaptıkları kötülükler öylesine fazladır ki bunların sonuçlarına karşı bir şeyler yapabileceğimizi aklımızın ucundan bile geçirmek, bunları küçümsemek ve hakaret sayılır. Ayrıca da böyle bir sanı [bir şeyler yapabileceğimiz düşüncesi], bilimsel de değildir. Her psikoloji kitabı, geçmişte, çocukluk döneminde yaşanmış olayların kişiliğimizi belirlediğini bize öğretir. Ve bir çocuk bile, bir kez olmuş bitmiş bir şeyin artık geri döndürülemeyeceğini, o olay olmamış gibi yaşanamayacağını bilir. Sırası gelmişken mesleğin hakkını veren psikolojik tedavilerin, ölümüne bir ciddiyetle yapılmasının ve çok uzun sürme nedenlerinin burada aranması gerektiğini belirtelim.* Her geçen gün daha çok sayıda insanın, durumlarının umutsuz olmakla birlikte vahim olmadığına kanaat getirmeleri halinde durumumuz ne olurdu? Avusturyalılar örneği bu bağlamda kulağımıza küpe olmalı. Malum, resmen inkâr etseler bile onların asıl ulusal marşı, "Ah sevgili Augustin/ Durumumuz berbat bilesin!" şarkısıdır, hani şu gene de boş ver havasındaki şarkı.

Bağımsız gelişen kimi olayların bizim katkımız

* Söylediklerimizi anlamayan, başucu literatürüne iyice dalabilir. Örneğin Kubie'e [8]

bulunmaksızın travmayı ya da geçmişin başımıza açtığı (psikolojik) dertleri telafi edip dengeledikleri ve arzulanan sonuçları bedava önümüze koydukları ender durumlarda bile, usta kişi, kolay kolay umutsuzluğa düşmez. "Şimdi çok geç, artık istemiyorum" formülünü kullanarak isteksizliğinin kulesindeki odasında ulaşılmaz bir uzaklıkta geri durur ve geçmişin ruhunda açmış olduğu yaraların şöyle bir üstünden yalanarak kapanmasını engeller.

Ama asıl, bundan iyisi artık can sağlığı dedirtecek tutum -bir dâhi olmanız koşuluyla gerçekleştirebilirsiniz bunu- geçmişi sadece kötü değil, aynı zamanda *iyi* şeylerden de sorumlu tutmak ve şimdi'de yaşanan mutsuzluklarının sermayesini böyle bir geçmişin içinde biriktirmektir. Bu tutumun değişik biçimlerinden birine eşi bulunmaz bir örnek, Venedikli bir liman işçisinin, Habsburgluların Venedik'ten çekilmeleri sırasında söylediği tarihe mal olmuş şu sözlerdir: "Bize günde üç kez yemek yemeyi öğreten kahrolası Avusturyalılar."

4. Kaybolan anahtar ya da aynı şeyi çoğaltmak

Bir sokak lambası altında bir sarhoş aranıp durmaktadır. Bir polis yaklaşıp ne kaybettiğini sorar. Adam yanıt verir: "Anahtarımı." Bunun üzerine birlikte aramaya koyulurlar. Sonunda polis, adamın anahtarı aradıkları yerde kaybedip etmediğinden emin olmak ister. Beriki "Yoo, der şurada arka taraf-

ta kaybettim. Ama orada karanlıktan göz gözü görmüyor da!"

Saçma mı buldunuz bu yanıtı? Bulduysanız asıl siz yanlış yerde aranıp duruyorsunuz demektir. Anlayacağınız, öyküdeki gibi bir aramanın yararı, sizi hiçbir sonuca ulaştırmamasıdır. Dönüp dolaşıp aynı şeyi çoğaltıp uygulamaktan öteye bir yere varamazsınız.

Bu "*aynı şeyi çoğaltmak*" sözlerinin ardında, gezegenimizin üzerinde milyonlarca yıllık bir süre içinde oluşup ortaya çıkmış sayısız canlı türünün soyunun sopunun kurumasına yol açmış, sonuçları bakımından en etkili, en başarılı felaket reçetelerinden biri yatmaktadır. Yani hayvansı atalarımızın daha altıncı yaratma gününden başlayarak çok iyi tanıdıkları, geçmişi kullanarak oynanan bir oyundur bu.

Sebep-suç ilişkisini geçmiş olayların *belirleyici gücüne* atfeden yukarıda değindiğimiz mekanizmanın işleyişinden farklı olarak bu dördüncü oyun, bir zamanlar bir kez kesinlikle yeterli olmuş, başarılı sonuçlar vermiş ya da hatta olabilir biricik olanaklar olarak kendilerini kabul ettirmiş uyumlara ve çözümlere hâlâ körü körüne sımsıkı sarılma tutarlılığından ibarettir. Belli durumlara ve koşullara sağlanmış bu türden uyumların getirdiği sorun, koşulların zamanla değişmesinden kaynaklanır. Ve bu noktada oyun başlar. Bir yanda canlı varlıklardan hiçbirinin doğal çevre karşısında plansız programsız, yani bugün böyle, yarın öyle davranmayacağı gerçeği durmaktadır; yaşamın vazgeçilmez koşulu olan uyum sağlama zorunluğu, ideal durumda, türün

bireyine olabildiğince başarılı, dertten acıdan arınmış bir yaşam sürebilmeyi ve ayakta kalabilmeyi sağlaması gereken belirli davranış modellerinin eninde sonunda ortaya çıkıp gelişmesi amacına hizmet eder. Ama öte yandan davranışbilimciler ve araştırmacılar için hâlâ oldukça karanlıkta kalan nedenlerden ötürü, hayvanlar ve insanlar, belli bir durum ve uğraktaki en iyi uyumu, sonsuza dek biricik mümkün uyum olarak görme eğilimi gösterir. Bu eğilim, iki boyutlu bir körlüğe yol açmaktadır: Bir yandan, zamanın akışı içinde değişen koşullarla birlikte söz konusu uyumun artık olabilir en iyi seçeneği sunmaktan çıkmış olması nedeniyle; öte yandan o zaman bile bu en iyi görünen uyumun yanında bir sürü başka çözümün [uyum sağlama olasılığının ve olanağının] var olmuş olması ya da en azından *şimdi artık* var olması nedeniyle. Bu çifte körlüğün iki sonucu vardır: Birincisi, o patent çözümün başarısını ve işe yararlığını gittikçe azaltıp durumu içinden çıkılmaz hale getirir; ikincisi ise bu gelişmeyle birlikte artan acının basıncı, görünürdeki biricik akla uygun çıkarsamaya götürür kişiyi, yani çözüm için henüz yeterince uğraşmamış olduğu inancına: Böyle düşünen kişi, aynı "çözümü" çoğalta çoğalta sefil ve rezil olur.

Bu mekanizmanın konumuz açısından taşıdığı önem apaçık ortada. Öyle özel bir eğitime gerek bırakmadan, yeni başlamış olanlarca da işletilebilecek bir mekanizmadır bu. Evet, öylesine yaygın bir uygulanma alanı bulmuştur ki Freud'un yaşadığı günlerden başlayarak uzman kuşaklara hatırı sayılır bir

gelir ve geçim olanağı sunmuştur. Ne var ki psikanaliz uzmanları bu mekanizmayı "döndolaş aynı reçeteyi uygulama" olarak değil de *nevroz* olarak tanımlamışlardır.

Gerçi bu mekanizmaya kimin ne ad taktığının önemsiz olması gerekir; aslolan elde edilecek işe yarar sonuçtur. Mutsuz olmaya aday kişi, iki basit kurala uyduğu sürece bu sonuçtan da emin olabilir. Birinci kural: Sorunun, uygulanması mümkün, kimsenin ses çıkartamayacağı, mantıklı, akla uygun, yalnızca tek bir çözümü vardır. Ve çabalar henüz başarıya yol açmamışsa bu sadece söz konusu kişinin henüz yeterince uğraşmadığını kanıtlar. İkincisi: Sorunun sadece ve sadece tek bir çözümünün bulunduğu, onun da döndolaş uyguladığınız *bu çözüm* olduğu varsayımından hiçbir zaman kuşkuya düşmemeniz gerekir. Ancak bu temel varsayımın *uygulanması* düzleminde bol bol çözüm arama denemesi yapabilme hakkınız vardır o kadar.

Ruslar ve Amerikalılar

Peki kim, şu anahtarı kaybolmuş adam örneğindeki gibi ipe sapa gelmez bir davranış sergiler diye sordunuz belki kendi kendinize. Aradığı şeyin orada olmadığını bal gibi biliyor, üstelik bunu polise de söylüyor. Hani bir şeyi (şimdideki) ışık çemberi içinde arayıp bulmanın, onu (geçmişteki) karanlığın içinde bulmaktan çok daha kolay olacağı düşüncesine de bir diyeceğimiz yok; ama bunun ötesinde bu fıkra hiçbir şey söylemiyor diye düşündünüz belki.

Gülerim buna; peki adamın sarhoş olduğu niçin

vurgulandı sanıyorsunuz? Çok basit; bu durumda esprinin yerine oturabilmesi için adamda bir tuhaflık olduğuna bizi kolayca inandıracak bir yol bulunmuş oluyor. Adam bir şeyi hem biliyor hem bilmiyor.

Şu hem bilip, hem bilmediği bir şey üstünde biraz duralım. Antropolog Margaret Mead bir Amerikalı ile bir Rus arasındaki farkın ne olduğunu sorduktan sonra, bu soruyu şakayla karışık şöyle yanıtlar: Amerikalı canının istemediği toplumsal bir yükümlülükten kurtulabilmek için, başının ağrıdığı bahanesini *uydurmaya* eğilimlidir. Rusun ise bu durumda *gerçekten* başının ağrıyor olması gerekir. *Ex Oriente Lux** ifadesinin yeni bir uygulanma örneği diyebilirsiniz; çünkü Rus çözümünün Amerikan çözümüyle karşılaştırılamayacak kadar ondan daha iyi ve kibarca olduğunu itiraf etmek zorundayız. Gerçi, Amerikalı bu yoldan da amacına ulaşıyor, ama üçkâğıt açtığını da biliyor. Rus ise kendi vicdanı ile uyumunu koruyor. Tam ihtiyaç duyulan türden ve kendisine yararlı bir özür ileri sürmeyi beceriyor; ama bu arada bunu *nasıl* yaptığını, *nasıl* denk getirdiğini kendisi de bilmiyor (bu nedenle de yaptığının sorumluluğunu yüklenmek gibi bir sorun da yok.) Anlayacağınız sol elin ne yaptığından sağ elin haberi yok.

Bu özel alanda her kuşak kendi becerikli kişilerini yetiştirmişe benzemektedir; ama bu kimseler ge-

*Ex Oriente Lux: (Doğu'dan ışık gelir) Güneş gibi bütün uygarlıkların Doğu'dan geldiğine ilişkin alabildiğine eski bir görüşün ifadesi. (ç.n.)

nellikle marifetlerini gizli gizli göstermekte, kamuoyu onları ancak ara sıra tanıma fırsatı bulmaktadır. İşte günümüzün az yetenekli insanları, büyük bir hayranlık uyandıran iki kişiye gözlerini çevirmişlerdir, bu kişilerin yetenek ve becerilerine burada kısaca değinmek istiyorum.

Bunlardan biri, 29.4.1975 tarihli *United Press*'e göre o tarihte Meksika'nın Hermosillo kentinde Amerikan Başkonsolosu'nun kaçırılması ve öldürülmesinden sorumlu tutularak 20 yıl hapis cezası yiyen Bobby Joe Keesee'dir. Yargıç, karardan önce savunmasına ekleyeceği bir şey bulunup bulunmadığını sorduğunda "*There is nothing more I could say. I got involved in something I realize was wrong*" diye yanıt vermiştir Joe Keesee. Kendi eyleminden, ediminden uzak durmanın, yaptığı ile kendi arasına mesafe koymanın bu inceliğini, zarafetini en iyi çeviriyle bile yansıtmak oldukça zor olsa gerekir. İnsan biraz zorlanarak ilk cümleyi "Ekleyecek, buna ilaveten söyleyecek bir şeyim yok" diye çevirebilir. Ama ardından gelen cümle o kadar basit değildir. *I got involved* duruma göre maksatlı, duruma göre maksatsız, istemeden, bir şeyi amaçlamadan davranma anlamına gelebilir. Yani, "bir şeye bulaştırıldım, karıştırıldım" ya da "kendim bulaştım, şeytana uydum" anlamlarını çıkarabiliriz buradan. Ama öyle ya da böyle de anlasak asıl canalıcı nokta, bu geçmiş zamandaki olayın ardından şimdiki zamanda dile getirilen bir tepki: "*I realize*" diyor; yani "Şimdi görüyorum, anlıyorum ya da kavrıyorum ki bu bir haksızlıktı; doğru değildi." Başka deyişle, işi

gerçekleştirirken ne yaptığımı bilmiyordum, demek istiyor.

Bütün bunlarda öyle pek üzerinde durulacak bir yan yokmuş gibi görünüyor insana. Gelgelelim gazetedeki yazıyı okumayı sürdürürsek Keesee'nin 1962'de ABD ordusundan firar ettiğini, bir uçak kaçırıp doğru Küba'ya uçtuğunu öğreniyoruz. Birleşik Devletler'e geri döndüğünde, bu işi CIA adına görevli olarak gerçekleştirdiğini ileri sürmesine karşın, iki yıl hapis cezası yiyor. 1970'te Filistin gerillalarının Amman'da tutsak ettikleri rehineler arasında Keesee de var. Ve 1973'te herkesin ağzını bir karış açık bırakarak Kuzey Vietnam'ın serbest bıraktığı ABD'li tutsakların arasında yer alıyor.

Keesee kadar serüvene batmış olmasa da ondan kat be kat daha fazla başını derde sokmayı becermiş, belalardan yakasını kurtaramayan biri de Mike Maryn. 28.7.1977 tarihli bir gazete haberine göre [10] bu tarihe kadar tam 83 kez saldırıya uğrayıp soyulmuş Maryn. 4 kez de arabasını yürütmüşler. Adam ne kuyumcu ne de para havaleleri taşıyan bir postacı. Saldıranlar, soyanlar hep küçük çocuklar, gençler, yetişkin erkekler ve bir yığın kadın. Maryn'e bakarsak olup bitene akıl erdiremiyor; polis de onun sadece hep "yanlış zamanda, yanlış yerde bulunduğunu" söylemekten öteye bir açıklama getiremiyor olanlara.

Eh, peki diyeceksiniz; ama insanın, başına bu kadar iş gelmesini *nasıl* başardığını hâlâ anlamış değiliz. Biraz daha sabır lütfen.

Çekiç öyküsü

Adamın biri duvara bir resim asmak ister. Çivisi vardır ama, çekici yoktur. Komşuda bir tane vardır. Kısacası adamımız komşuya gidip çekici ödünç olarak istemeye karar verir. Ama birden ikirciklenir; ya komşusu çekici ödünç vermek istemezse? Zaten dün beni öyle usulen selamlamamış mıydı? Ama belki acelesi vardı? Yoksa acelesi bahane miydi? Bana karşı içinden bir şeyler mi geçiriyor? Ne geçiriyor olabilir, ona bir şey yapmadım ki boşu boşuna takıyor kafayı bana; biri benden ödünç bir alet istese

hemen veririm, o niçin vermiyor, insan insandan böyle küçük bir iyiliği nasıl esirgeyebilir? Bu herif gibileri insana yaşamı zehir ederler. Yetmiyormuş gibi kendisine muhtaç olduğumu sanıyor bir de. Neymiş, bir çekici varmış. Yetti valla! Ve bunun üzerine bir hışım komşunun kapısına dayanır, kapıyı çalar ve beriki daha "Hoşgeldiniz" diyemeden "Çekicini al da başına çal, terbiyesiz herif" diye bağırır.

Etkisi bakımından bulunmaz bir öykü bu; gerçi tekniği pek yeni değilse de oldukça yalın. Ovid *Sevme Sanatı*'nda benzer bir tekniği önermiştir; ama ne yazık ki Ovid olumlu sonuç çıkarır bu tutumdan, "Ondan az biraz hoşlandığın yerde, onu sevdiğini kendi kendine söyle dur. Sonunda böyle olduğuna kendin de inan. Kendi kendine yanıp tutuşan sözler edebilen, doğru dürüst sever" der.

Ovid'in reçetesini uygulayabilecek olan varsa, etkisini bizim istediğimiz doğrultuda çevirerek bu mekanizmayı harekete geçirmekte de güçlük çekmeyecektir. Çok az önlem hiçbir şeyden haberi olmayan öteki kişinin -içinde, tayin edici, olumsuz bir rol oynadığı- upuzun ve karmaşık fanteziler zincirinin (sizin fanteziler zincirinizin. ç.) en son halkasıyla karşı karşıya getirilmesi yöntemi kadar mutsuzluk doğurmaya elverişlidir. Karşınızdakinin o son halkayla karşı karşıya geldiği anda içine düşeceği şaşkınlık, kapılacağı dehşet, sözümona olup biteni anlamıyor olması, canının sıkılması, işin içinden paçasını sıyırmak istemesi, sizin bakımınızdan, gerçekten de haklı olduğunuzu, sevginizi ya da iyiliğinizi hiç de hak etmemiş bir nanköre yönelttiğinizi

ve iyilikseverliğinizin, temiz yüreğinizin bir kez daha kötüye kullanıldığını gösteren nihai kanıtlardır.

Gerçi her tekniğin en ustaca uygulandığı yerde bile bir sınır, ona karşı yapılacak bir şey vardır. Colorado Üniversitesi'nden sosyolog Howard Higman bu bağlamda *non-specific particular* diye tanımladığı özelliklerden söz eder ve bunların, onu kullanan kişiye karşı nasıl kullanılabileceğine bir örnek verir. Sosyolog Higman'a bakılacak olursa, örneğin evli kadınlar evdeki bir odadan "Bu da ne?" diye seslenmeyi genellikle huy edinmişlerdir. Kocalarının oturduğu yerden kalkıp kendi bulundukları yere gelmesini ve karılarının neyi kastettiklerini anlamasını beklerler. Bu beklentilerinde de düş kırıklığına uğradıkları enderdir. Gelgelelim sosyoloğun arkadaşlarından biri, okun ucunu ters çevirerek bu alabildiğine eski tipik duruma yepyeni bir yön vermiş. Karısı evin öteki ucundan "Yollanan şey geldi mi?" diye sorunca, o "şey"in ne olduğu konusunda en ufak bir fikri bulunmayan koca, gene de "Evet" demiş. Bunun üzerine kadın sormuş: "Peki nereye koydun onu?" "Ötekilerin yanına." Evliliği boyunca ilk kez karısı tarafından rahatsız edilmeden saatlerce çalışabilmiş adam bunun ardından. [3]

Neyse, biz gene Ovid'e dolayısıyla da onun ardıllarına geri dönelim. İnsanın aklına ilk ağızda ünlü Fransız eczacı Emile Coué (1857-1926) geliyor. Coué, kişinin kendi kendisini etkilemesini (ama ne yazık ki tıpkı Ovide gibi gene ters anlamda) öğreten bir ekolün kurucusudur. Kişinin, "her şey yolunda, çok iyiyim, gittikçe daha iyi duruma geliyorum,"

diye kendi kendini inandırmaya çalışmasından ibaret Coué'nin yöntemi. Birazcık yeteneğiniz varsa Coué'nin amacını ters çevirerek tekniğini mutsuzluk üretiminin hizmetine kolaylıkla sokabiliriz.

Böylelikle buraya kadar açıklayageldiklerimizin nihayet pratikte uygulamasına geçebiliriz. Mutsuzluğa ulaşma amacımız bakımından vazgeçilmez olan "sol elin yaptığından sağ elin haberinin olmaması" durumunun nasıl sağlanabileceğinin öğrenilebilir olduğunu kavradık artık. Bunu pratikle de destekleyici birkaç alıştırmaya bir göz atalım.

Alıştırma No 1: Rahat bir koltuğa oturun. Mümkünse dirseklerinize dayanın, gözlerinizi yumun; olgun, sulu bir limonu ısırdığınızı kafanızda canlandırın. Biraz alıştırma yaptıktan sonra hayali limon sayesinde ağzınızın içinin gerçekten de sulanması gecikmeyecektir.

Alıştırma No 2: Koltukta gözleriniz yumulu oturmaya devam edin, dikkatinizi limondan, ayakkabılarınıza kaydırın. Fazla sürmez, ayakkabılarınızın ne kadar rahatsız edici olduğunu anlarsınız. Ayağınıza o ana kadar gayet güzel olmalarının hiçbir önemi kalmayacaktır artık. Birden ayağınızı sıktıkları noktaların varlığını fark edeceksiniz, çok geçmeden ayağınızın parmaklarının kızardığını, birbirine sürttüklerini, bükülüp eğri büğrü olduklarını, ayağınızın ayakkabı içinde yandığını ya da donduğunu hissedeceksiniz. Bu alıştırmayı, ayakkabı giymek gibi kendiliğinden, olağan ve önemsiz bir olayı

başınıza tam anlamıyla bela olana kadar sürdürün. Sonra gidip yeni ayakkabılar satın alın; dükkânda ayağınıza tam oturmuş ayakkabıların, biraz giydikten sonra, eski ayakkabılarınızın başınıza açtığı sıkıntıların aynısını açtıklarını göreceksiniz.

Alıştırma 3: Koltukta oturuşunuzu bozmadan, pencereden lütfen göğe bakın. Biraz çabayla gözlerinizin önünde sayısız minnacık lekenin, kabarcığı andırır halkaların uçuştuğunu algılayacaksınız. Gözlerinizi biraz gevşetince aşağı doğru kayan bu lekeler, bir iki kez kırpıştırınca gene aşağıdan yukarıya doğru tırmanmaya başlayacaklardır. Ayrıca dikkatinizi yoğunlaştırdıkça, bu daire ve lekelerin gittikçe arttığını ayrımsayın. Tehlikeli bir hastalığın söz konusu olabilme olasılığı üzerinde biraz kafa yorun; çünkü bu daireler bütün görme alanınızı kapladıklarında tam anlamıyla kör olup çıkacaksınız demektir. Göz doktorunuza gidin. Bunların zararsız masum *mouches volantes*'ler olduğunu açıklamaya çalışacaktır size. Tıp öğrenimi yaparken söz konusu hastalık sınıfta anlatıldığı sıralarda doktorunuzun kızamık çıkardığı için o derslere giremediğini ya da sırf insan sevgisinden, onmaz bir hastalığın seyrine ilişkin bilgileri sizden gizlediğini varsayın.

Alıştırma No 4 *Mouches volantes* meselesi de pek bir işe yaramazsa pes etmenize hiç gerek yok. Kulaklarınız buna eşdeğerli bir alıştırmaya olanak tanıyarak size yeni bir çözüm sunacaklardır. Olabildiğince sessiz bir odaya kapanın ve ansızın kulakla-

rınızda bir vızıltı, bir uğultu, çınlama, hafif bir ıslık ya da bunlara benzer, hiç eksilmeyen ve değişmeyen bir ses duyduğunuzu fark edeceksiniz. Gündelik yaşamın normal koşullarında bu sesler çevre gürültüsünce bastırılırlar; ama kendinizi bu işe yeterince verdiğinizde, gene de sesleri daha sık ve dış gürültülere rağmen duymayı becerebilirsiniz. Sonunda kalkıp doktorun yolunu tutun. Doktorunuz beklenmedik bir tavır takınıp olayı normal bir *Tinnitus vakası* olarak tanılamaya ve zararsız bir şeymiş gibi göstermeye kalkarsa bu noktadan itibaren 3 nolu alıştırmanın son bölümü geçerlidir.

Tıp öğrencilerine özel not: 3 ve 4 nolu alıştırmalar sizler için değildirler. Siz zaten bunlarsız da (öteki tıp dallarını bir yana bıraksak bile) sırf iç hastalıkları tanıbiliminin konusu olan beş bin hastalıkla ilgili belirtileri kendi bedeninizde bulmak için yeterince uğraşıp duruyorsunuz.

Alıştırma No 5: Artık yeterince eğitilmiş bulunuyorsunuz ve becerilerinizi bedeninizin dışına, çevreye de taşıyabilecek yeteneğiniz olduğu besbelli. İşe trafik lambalarıyla başlayalım. Lambaların, siz arabanızla geçit yerine yaklaşana kadar yeşil yanıp artık geçmeyi göze almayacağınız bir anda birden sarıdan kırmızıya dönme eğilimlerini herhalde fark etmiş olmalısınız. Mantığınızın size, yollarda en az kırmızı lambalar kadar yeşile de rastladığınızı söylemesine aldırış etmeyin. Böylece illet olma tekniğinin başarısı güvence altına alınmış demektir. Üstesinden nasıl geldiğinizi kendiniz bile bilmeden,

artık her kırmızı lambayı az önce önünde beklediğiniz lambanın üstüne ekleyip çileden çıkarken her yeşili gözardı edeceksiniz. Çok geçmeden büyük, size düşman niyetler besleyen ve etkinlik alanları, oturduğunuz semtle, bölgeyle sınırlı kalmayıp duruma göre Oslo'ya, Los Angeles'a kadar peşimizi kovalayan karanlık güçlerin size karşı söz birliği yapmış oldukları izleniminden kolay kolay kurtulamaz duruma geleceksiniz.

Otomobil sürmesini bilmiyor ya da araba kullanmıyorsanız, bunun yerini tutacak bir çözüm olarak girdiğiniz her telefon, su, elektrik faturası ya da banka kuyruğunda her bekleyişinizde, sizin kuyruğun hep en ağır ilerleyen kuyruk olduğunu keşfetmekte gecikmeyin. Ya da uçağınızın her zaman alanın en ucundaki terminal çıkışından kalktığını.

Alıştırma No 6: Artık karanlık güçlerin emellerini ve tepenizden ayrılmadıklarını biliyorsunuz. Bunu biliyor olmanız başka önemli keşifler yapmanızı da sağlayacaktır; çünkü keskin bakışınız, sıradan, güdük kalmış, eğitilmemiş zekânın yakalayamayacağı şaşırtıcı, hayret uyandırıcı bağlantıların gözünüzden kaçmasına olanak vermeyecektir. Sokak kapınızı, o güne kadar dikkatinizi çekmemiş ya da görmemiş olduğunuz bir çizik, bir kertik bulana kadar karış karış inceleyin. Bulur bulmaz bunun ne anlama geldiğini kendi kendinize sorun. Bu, hırsızın koyduğu, (bu da bizden biridir anlamındaki) işaret mi, soygun amacıyla yapılmış bir eve girme girişiminin belirtisi mi, mülkünüze yönelik kasıtlı

bir tahribat mı, yoksa defterinizi dürmeyi öngörmüş şu ya da bu örgütlerin sizi mimleme niyetinin ürünü müdür? Bu konuda da olup biteni önemsememenizi söyleyen aklınızın sesine burada da kulak vermeyin sakın.

Ama öte yandan meselenin köküne kadar inme, onun pratikteki nedenlerini didikleme gibi bir hata yapmayın; sorunu salt düşünce düzeyinde tutup bu düzeyde ele alın. Çünkü çizikten yola çıkarak yaptığınız varsayımları gerçeklikle karşılaştırıp sınama yönündeki her adımınız, bu alıştırmanın başarısına gölge düşürecektir.

Bu alıştırma sayesinde kendi üslubunuzu geliştirip bakışlarınızı alışıldık dışı, meşum, esrarengiz ilintilere çevirmeyi öğrendiniz mi, günlük yaşamınızın kaderinizi olumsuz etkileyen bu tür olaylardan geçilmediğini fark etmekte gecikmeyeceksiniz. Diyelim ki çoktan gelmiş olması gereken otobüsü bekliyorsunuz. Gazete okuyarak oyalanıyorsunuz, bir yandan da göz ucuyla otobüsü kolluyorsunuz. Birden altıncı hissiniz "şimdi geliyor" diyor, dönüp bakıyorsunuz, uzakta, birkaç blok ötede bir yerde otobüsünüz belirmiş. İnanılmaz gibi değil mi? Ama bu, içinizde yavaş yavaş olgunlaşmaya yüz tutmuş kehanette bulunma yeteneğinin o sayısız dışavurma biçiminden tek bir örnektir. Ve bu kehanetler, başınıza gelme olasılığı bulunan bütün olumsuz ve berbat şeylerin belirtilerinin ortaya çıktığı yerde iyice önem kazanırlar.

Alıştırma No 7 : Ortalarda kuşkulu bir şeylerin dolaştığından yeterince emin olur olmaz, hemen dostlarınızla, yakınlarınızla bu konuyu konuşun. Hakiki

dostlarınızı koyun postuna bürünmüş ne idüğü belirsiz, gizli niyetli kurtlardan ayırt etmenin bundan daha iyi bir yolu bulunmamaktadır. Bu tip kimseler, ne kadar uyanık olurlarsa olsunlar -ya da zaten bu uyanıklıklarından ötürü- varsayımınızın hiçbir aslı astarı bulunmadığına sizi inandırmaya çalışacaklardır. Ama bu sizin için hiç de sürpriz sayılmayacaktır; çünkü size zarar vermek isteyen kimsenin bunu apaçık itiraf etmeyeceği bilinen bir şey; beriki zemzem suyuyla yıkanmış biriymiş gibi sizin ona yönelik kuşkularınızı dağıtacak ve size karşı dostça iyi niyetler taşıdığına sizi inandırmayı deneyecektir. Böylelikle size karşı düzenlenmiş komplonun başını kimlerin çektiğini öğrenmekle kalmayacak, kafanıza taktığınız bu işin gerçekten de aslı astarı olması *gerektiğinden* kuşkunuz kalmayacaktır. Öyle ya, "o dostlarınız" yoksa niçin sizi aksine inandırmak için uğraşsınlar?

Kendini bu alıştırmalara veren kimse, yalnızca Margaret Mead'in sözünü ettiği Rusun, o çekiç öyküsündeki adamın ya da sözünü ettiğimiz dâhi Keesee'nin ve Maryn'in değil, aynı zamanda sıradan yurttaşın da -bu özel zihinsel egzersizleri yapa yapa kendi eliyle içinden çıkılması güç bir durumu yarattığı halde bunun farkında bile olmadan- varabileceği bir gelişme noktasına ulaşabileceğini görecektir. Gelişmelerini hiçbir gücün etkileyemeyeceği olaylara çaresizce terk edilmiş bu kimse, artık gönül rahatlığıyla bol bol acı çekebilir. Ama bu konuda da bir uyarımız olacaktır.

Avucumdaki fasulyeler

Karanlık güçlerin ülkesini, bu üst dünyayı tanımak ve ondan yararlanmak pek o kadar kolay olmasa gerek? Kimileyin insanın başına kazalar da geldiği oluyor. Bu kazalardan biri, sonuçları bakımından amacımıza en ters gelen ve şu öykünün ağırlık noktasını oluşturan çözümde kendini gösteriyor.

Genç bir kadın, ölüm döşeğinde, kocasına kendisinden sonra kimseyle ilişki kurmayacağına yemin ettirir. "Sözünü tutmazsan ruh olarak geri dönüp sende huzur muzur koymayacağım". Adam önceleri

sözünü tutar, ama gel zaman git zaman bir kadınla tanışır, ona tutulur, onunla nişanlanır.

Çok geçmeden bir ruh her gece adamın başına musallat olmaya başlar ve eşine ihanet ettiği için adamı suçlar durur. Bunun bir ruh olduğundan adamın en ufak bir kuşkusu yoktur. Çünkü ruh, adam ile yeni kadın arasında her gün ne olup bittiğini en ince ayrıntısına kadar bilmekle kalmaz, adamın en gizli düşüncelerini, umutlarını, niyetlerini ve duygularını da anında öğrenir. Adamın sonunda canına tak eder, kalkıp bir Zen üstadına gider ve ondan derdine çare bulmasını rica eder.

"Demek ki ilk karınız ruh oldu ve parmağınızı kıpırdatsanız bundan haberi oluyor" diye tekrarlar üstat. "Ne yaptığınızı, neler konuştuğunuzu ya da sevgilinize ne verdiğinizi hep biliyor. Çok akıllı bir ruh olmalı bu, gerçekten de böyle bir ruha hayranlık duymamız gerekir. Bir dahaki sefere göründüğünde onunla bir pazarlığa oturun. Ona, kendisinden hiçbir şey saklamanıza olanak bulunmadığını, her şeyi bildiğini, soracağınız *bir* sorunun yanıtını bilmesi halinde de yeni nişanlınızdan ayrılacağınızı söyleyin."

"Neymiş bu ona soracağım soru" diye sorar adam.

Üstat yanıt verir: "Rastgele bir avuç dolusu fasulye alın ve ona avucunuzda kaç tane fasulye olduğunu sorun. Yanıt vermezse onun sizin hayal gücünüzün kötü bir ürünü olduğunu anlayacaksınız. Bu durumda sizi bir daha rahatsız etmeyecektir."

Ertesi gece ruh yeniden göründüğünde, adam ona güzel bir yağ çekip bir ruh olarak kendisinden hiç bir şeyin saklanamadığını söyler.

"Doğru" der ruh, "dün Zen üstadının yanından geldiğini de biliyorum."
"Madem ki o kadar biliyorsun" der adam, "avucumda kaç tane fasulye olduğunu söyle bakalım!"
O anda bu soruyu yanıtlayacak ruh muh kalmaz ortalıkta. [18]

Gördünüz mü böyle bir sorunun salt düşünce düzleminde ele alınıp izlenmesi gerektiğini ve (üstadın önerisinde olduğu gibi) bu tür olayları gerçeklik alanından gelme ölçütlerle sınamaya kalkıştığımızda, bu girişimlerin davamıza sadece zarar vereceğini az önce söylerken işte bu örnekteki gibi ani kısa devreleri, yani beklenmedik ve uzak durmamız gereken çözümleri kastetmiştim. Uykusuzluk ya da çaresizlik yüzünden günün birinde Zen üstadının günümüzdeki karşılığı olan birine sürüklenecek olursanız, en azından bu tür (pratik) çözümlere değer vermeyen birine gidin. İyisi mi Lut'un karısının haleflerinden birine muayene olun, o da sizinle 2 no'lu oyunu oynayıp sizi geçmişinize döndürsün ve çocukluğunuzun en başındaki olaylar arasında, sorununuzun nedenlerini aramanızı sağlasın.

Ürkütülmüş filler

Son bölümlerde kişinin sağ elini sol elin yaptığından habersiz kılma yeteneğini nasıl geliştirebileceğinden söz ettik. Şimdi bunun 180 derece tersinden, bir sorunu sonsuza değin var edebilmek için onu (şimdiye kadar olduğu gibi) yoktan yaratmaktan değil de ondan kaçınmaktan söz edeceğiz.

Bu tutumun temel modelini her on saniyede bir el çırpan adamın öyküsünden alacağız. Bu tuhaf davranışının nedeni sorulduğunda adam, "Filleri ürkütmek için" der.

"Filleri mi? İyi, ama ortalıkta fil mil yok ki?"

Adam, "Ehh işte, söylemedik mi?" yanıtını verir.

Bu öyküden çıkarılacak ders, korkulan bir durum ya da sorun karşısında kendini savunmanın ya da bunlardan kaçınmanın, bir yandan kişiye en akla yatkın çözüm gibi gelmesi, ama öte yandan sorunun da sürmesini garanti etmesidir. Ve bizim amaçlarımız açısından; kaçınmanın değeri de burada yatmaktadır. Durumu daha iyi açıklayabilmek için bir başka örnek: Ahırdaki zemine yerleştirilmiş bir madeni levha aracılığıyla atın tırnağına elektrik şoku vermeden az önce, cızırtılı bir sinyal sesi yayalım. Hayvan çok geçmeden bu iki algısını kendince nedensel bir ilişki içine sokup değerlendirecektir. Yani at, aynı cızırtıyı her duyuşunda elektriğe maruz kalmış ayağını yerden kaldırıp elektrik şokundan kaçınmaya çalışacaktır. Ses ile şok arasındaki bu çağrışım bir kez sağlanıp bu türden bir ilişki kurulduktan sonra, artık şoka da gerek kalmaz. Sırf ses sinyali, atın ayağını yerden kesmesi için yeterlidir. Ve bu kaçınma edimlerinin herbirinin, hayvanda, böyle davranmakla kendine acıveren tehlikeden başarıyla kaçındığı "kanaatini" güçlendirdiğini varsayabiliriz. Hayvanın bilmediği, böyle davranarak tehlikeden uzak durduğuna inandığı sürece de *sonsuza dek bulup çıkaramayacağı* gerçek ise; tehlikenin zaten ortada bulunmadığıdır.*

Gördüğünüz gibi öyle pek alışılmış bir batıl inanç

* Ayrıca bir sorunu ondan kaçınarak sonsuza dek var etmenin tersi, romantiklerin yapmış oldukları gibi "Mavi Çiçeğin" peşine düşmektir. Kaçınmak, sorunu müzminleştirip sonsuza dek var eder, (varlığı meçhul) Mavi Çiçeğin peşine düşmekse, aramayı.

söz konusu değil burada. Bilindiği gibi batıl inançlardan kaynaklanan eylemlerimiz, [tehlike ve belalardan kaçınmamızı sağlama bakımından] ilkece güvenilir değillerdir. Oysa daha güvenilir ve etkili sonuçlar vermesi bakımından "kaçınma", mutsuzluk peşindeki kişi için gözü kapalı başvurabileceği bir davranıştır. Üstelik kaçınma tekniğinin uygulanması da ilk göründüğünden çok daha basittir. Bu tekniğin özü, sağlıklı insan aklının gösterdiği doğrulara inatla sarılmaktan [kaçının dediği şeyden kaçınmaktan] ibarettir. Zaten bundan daha mantıklı davranış olabilir mi?

Günlük yaşamımızın içindeki en sıradan hareketlerimizin, yapıp ettiklerimizin içinde tehlike öğesinin öyle ya da böyle yer aldığını kimse inkâr edemez herhalde? Peki ne miktar tehlikeyi göze almamız gerekir? Mantıken olabildiğince az, hatta hiç.

Profesyonel boks ya da planörcülük, aramızdaki en gözüpek kimselere bile fazla tehlikeli gelmektedir. Peki ya araba kullanmak? Her günkü trafik kazalarında kaç insanın yaşamını yitirdiğini ya da sakat kaldığını şöyle bir düşünün yeter. Ne var ki yayan gitmek de mantığın ve sağlıklı aklın kurcalamasıyla hemen ortaya çıkacağı gibi birçok tehlikeleri getirir. Yankesiciler, egzoz gazları, ansızın çöken evler, banka hırsızları ve anarşistler ile polis arasında silahlı çatışmalar; Amerikan ya da eski Sovyet uzay araçlarının yeryüzüne düşebilecek akkor halindeki parçaları; bu listenin sonu gelmez ve ancak aklını kaçırmış biri bu tehlikelere düşüncesizce atılabilir. İyisi mi evde kalınmalıdır. Gelgelelim evdeki güven

de ancak dışarıya nispeten var gibi görünür o kadar. Merdivenler, banyonuzun kırk türlü azizlikleri, sinsilikleri, zeminin kayganlığı ya da halının kabarmış, sırt yapmış bir yeri ya da - hadi doğalgazı, tüpgazı, elektriği, kaynar suyu bir yana bıraktık diyelim- en sıradan şeyler olan bıçak, çatal, makas, ışık kaynakları. Bütün bunlardan çıkarılabilecek biricik mantıklı sonuç öyle görünüyor ki sabahları yataktan hiç çıkmamaktır. Çıkmadık diyelim; yatak depreme karşı nasıl koruyabilir ki bizi? Sonra ya sürekli yatmaktan sırtımızda yara açılırsa (Dekobitus)!

Ama gene de abartıyorum. Ancak çok büyük ustalar -yukarıda sayıp döktüklerimizin yanı sıra havanın kirlenip zehirlenmesi, içme suyuna kırk türlü mikrobun bulaşması, kolestrin, trigliserid, gıdalardaki kansere yol açan maddeler ve benzeri yüzlerce tehlike ve zehir de dahil olmak üzere- akla gelebilecek *tüm* tehlikeleri kavrayıp bunlardan kaçınmaya çalışacak ölçüde mantıklı olmayı becerebilirler.

Ne var ki sıradan insanlar, bu her şeyi kavrayıcı bakışı edinebilecek ve her türlü tehlikeden kaçınabilecek, böylece yüzde yüzlük bir sağlıklılığın, rahatlık ve huzurun muhatabı olabilecek ölçülerde aklını ve mantığını kullanmayı çoğunlukla beceremezler. Biz daha az yetenekliler, sınırlı, ama mutsuzluk için gene de bize bol bol yetecek başarılarla yetinmek zorundayız. Bu başarılar, sağlıklı insan aklının tali sorunlara yöneltilmesiyle elde edilirler! İnsan bıçakla bir yerini kesebilir, öyleyse bıçaklardan gerçekten kaçınmak gerekir. Kapı kolları bakteriden geçilmezler. Senfoni konserinin ortasında aniden sıkışıp tuva-

letin yolunu tutmak zorunda kalmayacağınızı kim bilebilir? Ya da kapattım mı, diye yoklarken yanlışlıkla evin kapı kilidini açık bırakıp bırakmadığınızı? Bu yüzden mantıklı kimse, keskin bıçak kullanmaya paydos der, kapı kollarını dirsekleriyle açar. Konsere gitmeyi aklının ucundan bile geçirmez ve kapıyı gerçekten kilitlediğinden emin olabilmek için en az beş kez onu yoklar. Ama başarının önkoşulu sorunun ne olduğunu zamanla gözden kaçırmamaktır. Aşağıdaki öykü, bundan da nasıl kaçınabileceğinizi gösteriyor.

Nehir kıyısında oturan yaşlı bir kızkurusu, evinin önünde çırılçıplak suya giren küçük çocukları polise şikâyet eder. Amir, memurlarından birini yollar. Memur çocuklara, "nehrin, evlerden uzak üst tarafına gidip orada yüzmelerini" söyler. Ertesi sabah yaşlı bâkire yeniden polisi arayıp "çocukların hâlâ görüş menzili içinde yüzdüklerini" haber verir. Memur yeniden gelir ve çocukları daha yukarıya yollar. Ertesi gün yaşlı kızımız pür öfke amirin odasına dalar "Çatı katındaki pencereden onları dürbünle hâlâ görebiliyorum!"

İnsanın aklına şu soru gelebilir: Küçük çocuklar eninde sonunda onun görüş menzili dışına çıksalardı, hanımefendi ne yapardı acaba? Belki de *herhangi bir yerde* çıplak suya girildiğinden emin olmak ona yeterdi. Ama bir şey kesin. Bu düşünce onun kafasını meşgul etmeye devam ederdi. Ve böylesine saplantıya dönüşen bir düşüncenin en önemli yanı, kendi gerçekliğini kendisinin yaratabilmesidir. İşte bu olgu bizim bir sonraki konumuz olacak.

Kendi kendilerini gerçekleştiren kehanetler

Bugünkü gazetedeki yıldız falınız sizi (ve sizin gibi aynı burçta doğmuş olan öteki yaklaşık 300 milyon kişiyi) bir kaza olasılığına karşı uyarmaktadır. Bir de bakıyorsunuz gerçekten de başınıza bir şey gelmesin mi? Demek ki yıldız falı denen şey palavra değilmiş.

Ya da başka türlü düşünebilir miyiz? Örneğin yıldız falını *okumamış* olmamız ya da falın, saçmalığın dik âlâsı olduğuna kesinlikle inanmış olmamız halinde bu kaza gene de başımıza gelebilir miydi? Bundan emin olabilir miyiz?

Her şey olup bittikten sonra bunlara yanıt vermek yahut olup biteni açıklamaya çalışmak olanaksızdır artık.

Düşünür Karl Popper -biraz amatörce yalınlaştırarak özetleyecek olursak- Ödipus'la ilgili o korkunç kehanetin gerçekleşmesini Ödipus'un bu kehanetten haberdar olmasına ve ondan kaçınmaya çalışmasına bağlar. Özellikle *kaçınmayı* sağlamak için yaptıkları, kehanetin *gerçekleşmesine* yol açmıştır.

Burada kaçınmanın bir başka sonucu, yani belli durumlarda tam da kendisinden kaçınılmak istenene yol açma yeteneği karşımıza çıkıyor. Peki, korktuğumuzu başımıza getiren bu koşullar ne türdendirler? Bir kere en geniş anlamda bir öngörü, bir tahmin söz konusudur burada, yani olayların bu yönde değil de kesinlikle şu yönde seyredeceklerine ilişkin her beklenti her endişe, her kanaat, hatta sadece bir şüphe. Öte yandan, söz konusu beklentiye başkalarının yol açmış olması, yani onun dıştan kaynaklanıyor olması da mümkündür, kendi içimizden öyle olacağına inanmamız sonucunda ortaya çıkmış olması da. İkincisi, bu beklentiye salt bir beklenti gözüyle değil de bizi bekleyen ve ondan kaçınmak için derhal önlemler almamız gereken gerçek bir olgu gözüyle bakmamız gerekir. Üçüncüsü, olacak şeye ilişkin varsayımımızı paylaşan insan sayısı ne kadar artar ya da bu varsayımın, olayların akışına ilişkin daha önce doğruluğu kanıtlanmış varsayımlarla çelişmesi ne kadar az olursa, varsayım o ölçüde inandırıcı olacaktır.

Örneğin -ister olgulara dayandırılmış olsun, ister mesnetsiz olsun fark etmez- başkalarının sizin hakkı-

nızda birilerinin kulaklarına gizlice bir şeyler fısıldadıklarını ve size belli etmeden sizinle dalga geçtiklerini varsaymanız yeterlidir. Bu nesnel "olgu" karşısında sağlıklı insan aklı, kimseye inanıp güvenmemeniz ve her şey yer yer saydam bir gizlilik örtüsü ardında olup bittiğine göre pür dikkat kesilmeniz ve en ufak bir kanıtı bile dikkate almanız gerektiğini söyler size. Bundan sonrası, yani başkalarını birilerinin kulağına bir şeyler fısıldarken ya da hakkınızda aralarında fiskos ederken ve çaktırmamaya çalışıp gülerlerken, gizlice birbirlerine göz kırparken ya da karşılıklı baş işareti yollarlarken onları suçüstü yakalamanız, artık sadece bir zaman sorunudur. Sonuç olarak varsayım, yani kehanet gerçekleşmiş demektir.

Ne var ki bu mekanizmanın gerçekten de hiç yakınmaya meydan vermeden işleyebilmesi, varsayımın gerçekleşmesinde kendi katkı paylarımızı hesaba katmamamıza bakar. Ama daha önceki bölümlerden bunun hiç de zor olmadığını da öğrenmiş olmanız gerekir.

Öte yandan bu mekanizma belli bir süre doğru dürüst işledikten sonra, neyin neden önce geldiğini, neyin neden önce var olduğunu saptayabilmek de artık olanaksız olup çıkar. Sizin ötekilere ilişkin gülünçlük ölçüsünde kuşkucu tavrınızın mı, yoksa ötekilerin sizi kuşkuya düşüren tutumlarının mı?

Kendi kendilerini gerçekleştiren öngörülerin özellikle sihirli bir "gerçeklik yaratma" etkileri vardır; bu nedenle de konumuz bakımından çok büyük önem taşırlar. Bu tür öngörüler mutsuzluk adayının repertuvarında yer almakla kalmazlar, daha geniş bir top-

lumsal çerçeve içinde de önemli bir konumları vardır. Örneğin belli bir azınlık öbeğinin toplumun çoğunluğunun gözünde tembel, paragöz ya da hatta "yabancı kökenli" olduğu için tarımsal kesimde ya da zanaat alanında ekmeğini çıkarması engellenince, bu azınlık insanları da eskicilik, rehincilik, kaçakçılık gibi işler yapmaya zorlanacaklar, bu da çoğunluğun, onlara ilişkin küçümseyici ve zorlayıcı tavrının gerekçelerini açıkça doğrulayacaktır. Polis yollara "dur" levhası koydukça, trafik günahkârlarının sayısı da artmakta, bu durum yeni yeni levhaların yollara dikilmesini zorunlu kılmaktadır. Bir ulus kendini ne kadar çok komşularının tehdidi altında hissederse, savunma uğruna o kadar çok silahlanacak, komşusu da bu durumda silahlanmayı Allahın emri sayacaktır. (Neden beri beklediğimiz) savaşın patlak vermesi artık sadece bir zaman sorunu olup çıkacaktır. Dürüst olmadığı varsayılan yurttaşların vergi kaçakçılığının yol açtığı vergi açığını telafi etmek amacıyla vergiler yükseltildikçe, dürüst mükellefler de o ölçüde vergi kaçakçılığına sürüklenmektedirler. Herhangi bir malın piyasada daralacağına ya da fiyatının artacağına ilişkin yeterli sayıda insanın paylaştığı bir öngörü, nesnel olarak doğru ya da yanlış olmasına bakılmaksızın söz konusu malın kapışılmasına, böylelikle de piyasada darlaşmasına ve fiyatının yükselmesine yol açacaktır.

Bir olaya ilişkin kehanet, kehanet denen olaya yol açar. Bunun gerçekleşmesinin biricik koşulu ise kişinin kendi başına gelecek bir olaya ilişkin kehanette bulunması ya da başkalarının kehanetleridir; ayrıca

olayı kişiden bağımsız, kendi başına var olan ya da her an başa gelebilecek bir nesnel olgu olarak görmek de şarttır. Böyle yapınca da tam da ulaşılmaması istenen yere gelip dayanırız; (yani kehanetin gerçekleşmesine). Ama işin uzmanı, ulaşmaktan nasıl kaçınabileceğini bilir. Şimdi bundan söz edeceğiz.

Hedefe varmamak için uyarılıyoruz

R.L. Stevenson, bir Japon atasözünü, *It is better to travel hopefully than to arrive* diye çevirmiş. Sözcüğü sözcüğüne çevirecek olursak herhalde şöyle dememiz lazım: Ulaşmaktansa umutla yolculuk etmek yeğdir; ya da aynı anlama gelen bir yorumla; yolculuğun kendisinde aranmalıdır mutluluk, hedefe varışta değil.

Elbette ulaşmanın pek öyle tekin bir şey olmadığını düşünenler sadece Japonlar değiller. Laotse, eser biter bitmez onu unutmayı tavsiye etmiştir.

Söz bu konuya gelince insanın aklına George Bernard Shaw'un şu ünlü ve sık sık başkalarının kendilerine mal ettikleri özdeyişi geliyor. "Yaşamda iki trajedi vardır, biri yürekten arzulanan bir isteğin gerçekleşmemesidir. Öteki de gerçekleşmesi." Alman yazar Hermann Hesse'nin *zampara kahramanı* arzularının gerçekleşmesi için yalvarıp yakarır: "Koru kendini ey güzel kadın, dar elbiselerinle coştur (beni), işkencelere boğ! Ama bana kulak verme gene de." Çünkü her gerçekleşmenin, düşü yıkacağını çapkın adam iyi bilmektedir. Hesse'nin çağdaşı Adler, yeniden keşfedilme vakti gelip de geçmiş bir yapıtında Hesse'den çok daha az şairce, ama o ölçüde de geniş kapsamlı bir çalışmayla birçok sorunun yanı sıra sonsuza dek yolculuk eden, ama ne olur ne olmaz deyip varmamayı yeğleyen kişinin yaşam tarzını inceler.

Adler'i çok serbest yorumlayarak gelecek ile oynanan oyunun kurallarını aşağı yukarı şöyle özetleyebiliriz: Ulaşmak, başarının, güç ve iktidarın, saygı görmenin, takdir edilmenin ve kendine saygı duymanın önemli bir ölçütüdür. Burada "ulaşma"dan kastedilen, gerek sözcüğün doğrudan anlamıyla, gerekse mecazi anlamıyla bir amaca ve hedefe varmaktır. Bunun tersine başarısızlık ya da aylak, amaçsız bir yaşam; aptallığın, tembelliğin, sorumsuzluğun ya da korkaklığın belirtisidir. Ne var ki başarıya giden yol, yorucu, zahmetli, dertli bir yoldur. Bir kere çaba gerektirir; ayrıca en yerinde çaba, en üstün gayret bile boşa gidebilir. Bir "küçük adımlar politikasıyla", makul, ulaşılabilir bir hedef ve amaçla, böyle bayağı-

lıklarla yetinmek yerine, hedefi hayranlık uyandıracak kadar yüksek bir yere yerleştirmemiz tavsiye edilir.

Bunun avantajları benim okurlarım için, gün gibi aşikâr olmalıdır. (Hedefe varmak için şeytanla bile anlaşma yapan) Faust'a özgü bir gayret, (romantiklerde gördüğümüz o gizemli) Mavi Çiçeğin aranması, yaşamın ilkel, ucuz doyumlarından, çileci bir tutumla uzak durma; bütün bunlar toplumca hâlâ revaçta görülen amaçlardır ve hâlâ insanların yüreğini hoplatırlar. Ayrıca da: Hedef çok uzakta olunca, en salak kişi bile, yolun ve zahmetli yolculuk hazırlıklarının da tantanalı ve zaman yitirtici olduğunu kavrar. Eh bu durumda da kimse çıkıp, hâlâ yola koyulmadın mı, diye başımızın etini yiyemez. Hele yola çıkmış, ama yolunu şaşırıp olduğu yerde dönüp dolaşan ya da yürüyüşüne uzun aralar veren bir kimsenin bu durumda eleştirilme olasılığı alabildiğine azdır. Tam tersine, büyük hedeflere giden yolun labirentlerinde yolunu yordamını şaşıran ve insanüstü görevler başarmaya kalkıp çuvallayan örnek yiğit insanlar vardır ve bunların saçtıkları ışıkta biraz da bizim (hedefi uzağa koymuş) kişimiz parıldar.

Üstelik iş bununla da bitmiyor. En onur verici, en yüce amaca bile ulaştığımız anda, bölümün girişinde yaptığımız alıntıların ortak paydasını oluşturan bir tehlike de ortaya çıkar: Pişmanlık, olup biteni anlamsız bulma, bir boşlukta kalma duygusu. Mutsuzluk konusunda uzman kişi bu tehlikeyi iyi bilir. "Bunun bilinçli ya da bilinçsiz bir bilme olması önemsizdir." Henüz ulaşılmamış hedef -dünyamızın yaratıcısının

böyle istediği izlenimini ediniyoruz- ulaşılmış hedefin olup olabileceğinden çok daha fazla istek uyandırıcı, romantik ve parıltılı, kısacası çok daha güzel görünür. Kendimizi kandırmayalım. Balayı günleri beklenenden çok önce tadını tuzunu yitirir; uzak, egzotik kente vardığımızda şoför bizi fahiş bir fiyat isteyerek dolandırmaya kalkar. Tayin edici önemdeki bir sınavın başarıyla verilmesinin yol açtığı sevindirici sonuçlar, üzerimize yağan yeni yeni beklenmedik güçlüklerin ve sorumlulukların yanında solda sıfır kalırlar ve emeklilikten sonraki yaşlılık döneminin keyfi denen şeyin de öyle özlenesi bir yanının bulunmadığını herkes bilir.

Saçma: Böylesine kof, sönük, kansız cansız ideallerle yetinenler, elbette sonunda düş kırıklığı içinde kalakalmayı hak ediyorlar, diyecektir aramızdaki kanı kaynayan kimseler. Oysa giderilme sırasında kat be kat artan, şiddetli bir tutkuyla sürdürülmüş heyecanlar, duygular yok mu? Ya da insanı kendinden geçirici bir eylem olan öç almaya ve misillemeye, yapılmış haksızlığa karşılık vermeye götüren ve dünyanın bozulmuş adalet terazisinin yeniden dengelenmesini sağlayan kutsal bir öfke yok mu? Böyle bir durumda *artık* kim, beklediği ana ulaşmanın pişmanlığından söz edebilir?

Ama maalesef, böyle bir an'a ulaşan yok gibi birşey. İnanmayanların, George Orwell gibi işinin ehli birinin "intikamın burukluğu" [13] konusunda neler yazdığını okumasını salık veririz. Burada öylesine derin bir dürüstlük, öylesine barıştırıcı bir bilgelik söz konusudur ki bu düşünceler mutsuzluk kılavu-

zunda yer almayı aslında hak etmemişlerdir. Ama umarım okur, bu düşüncelere bütün bu özelliklerine karşın gene de değinmemi hoş karşılayacaktır. Çünkü bunlar yukarıdaki konuya çok uygun düşmektedirler.

Orwell 1945'te savaş muhabiri olarak başka yerlerin yanı sıra savaş suçlusu tutsakların bulunduğu bir kampı da gezer. Bu ziyareti sırasında duruşmaları yöneten Viyanalı genç bir Yahudinin, SS'lerin politika işleri bölümünde yüksek bir rütbeyle görev yapmış bir tutsağın ezilmiş ve davul gibi şişmiş yamru yumru ayağına korkunç bir tekme yerleştirişine tanık olur.

"SS'in toplama kampında komutanlık yapmış olduğundan ve işkence ve idamlara izin verdiğinden kesinlikle emin olabilirdi insan. Kısacası, geçmiş beş yılda karşı koyup mücadele ettiğimiz her şeyi, bu SS'li, benliğinde temsil ediyordu... Bir Alman ya da Avusturya Yahudisini, çektiği acıların faturasını Nazilere ödetiyor diye kınamak ya da hor görmek saçmadır. Bu adamın burada görülecek ne türden bir hesabının olduğunu Allah bilir; büyük bir olasılıkla bütün ailesi öldürülmüştür. Ve şunun şurasında bilerek atılmış sert bir tekme bile, Hitler rejiminin korkunç eylemleriyle karşılaştırıldığında devede kulak kalır. Gene de gerek bu sahne, gerekse Almanya'da tanık olduğum başka birçok olay, öç alma, misilleme ve cezalandırma düşüncesinin, insanın bunları kafasında, gözünde canlandırış biçimiyle, çocukça bir hayalin ürünü olduğunu gözlerimin önüne apaçık serdi. Aslında misilleme ve intikam diye bir şey kesinlikle yok. İntikam, insanın güç-

süz olduğu sıralarda ve güçsüz olduğu için başvurmayı arzuladığı bir eylem, bir davranış. Gelgelelim bu yetersizlik, güçsüzlük duygusu ortadan kalkıp kişinin konumu değiştiği anda, öç alma isteği de uçup gidiyor. 1940'larda, SS subaylarını tekmeleme ve onları aşağılanmış görme düşüncesini kafasından geçirip de sevincinden uçmayacak kim vardı? Ama işte bu eylem, hayal etme düzleminden çıkıp gerçekleştirilme olanağı bulunan bir eyleme dönüştüğü anda, insana duygu olarak aşırı abartılmış, şişirilmiş bomboş bir hedef olarak görünmeye başlıyor."

Orwell bunların ardından, Belçikalı bir muhabirle birlikte Stuttgart'ın alınmasından birkaç saat sonra kente nasıl girdiğini anlatıyor. Almanlar Belçikalıya bir İngiliz ya da Amerikalıya olduğundan çok daha fazla itici gelmektedirler. Eh bu da herhalde onun kusuru değildir.

Almanların canlarını dişlerine takarak savunmuş oldukları apaçık belli dar bir yaya köprüsünden geçmek zorundaydık. Ölmüş bir asker kollarını her iki yana açmış, sırtüstü köprünün basamakları üstünde yatıyordu. Yüzü balmumu sarısıydı...
Onun önünden geçerken Belçikalı yüzünü başka tarafa çevirdi. Köprüden neredeyse çıkmak üzereydik ki bunun hayatında gördüğü ilk ölü olduğunu itiraf etti bana. Sanırım otuz beşindeydi ve beş yıl boyunca radyoda savaş propagandası yapmıştı."

Bir şeye "ulaşmış", bir son'a varmış olmanın simgesi olan bu *tek* olay ya da yaşantı, Belçikalı açısın-

dan tayin edici bir öneme bürünüyor. "Boche"*lere karşı tutumu, temelden değişiyor.

> "...Belçikalı ayrılırken yanlarında kaldığımız Almanlar'a, beraberimizde getirdiğimiz kahvenin geri kalanını verdi. Belki daha bir hafta öncesine kadar bir "Boche"ye kahve sunacağını aklının köşesinden bile geçirse şok olurdu. Ama köprünün başında gördüğü bu 'pauvre mort'la** birlikte duyguların eseri olan tüm tavrının değiştiğini söyledi bana: Birden savaşın ne demek olduğunu kavrayıvermişti. Ama kente o köprüden değil de başka bir yerden girmiş olsaydık herhalde bu savaşın eseri olan 20 milyon ölünün içinden bu tek bir ölüyü görmekten de kurtulmuş olacaktı."

Neyse biz gene konumuza dönelim. İntikam bile tatlı değilse, sözde mutlu sona ulaşmak bundan da daha az bir haz vermez mi? İşte bu nedenle: Ulaşmama uyarısı yaptık (Ayrıca yeri gelmişken değinelim: Thomas More o uzaklardaki mutluluk adasına niçin *Utopia*, yani "hiçbir yerde olmayan" düşsel ada adını verdi sanıyorsunuz?).

---

* "Boche": Fransızların Almanlar için kullandıkları aşağılayıcı terim. (ç.n.)
** Fr.: Zavallı ölü. (ç.n.)

Beni
gerçekten
sevsen
sarmısak
yemeye
"hayır"
demezdin

L'enfer, c'est les autres, (cehennem işte bu ötekilerdir) Sartre'ın *Huis clos* (Kapalı Kapılar Ardında) oyununun son cümlesidir. Siz sevgili okurlarım, bu konuya şu ana kadar ucundan bile olsa değinmediğimiz, şimdiye kadar kendi yönetmenliğimiz altında sadece mutsuzlukla uğraştığımız izlenimini edindiyseniz, haklısınız. İnsan ilişkilerinin o tıkabasa dolu cehennemine bir göz atmamızın zamanıdır.

Konuya biraz yöntemli yaklaşmaya çalışalım. 70 yıl önce Bertrand Russell, nesneler üzerine önerme-

ler ile ilişki ve ilintiler üzerine önermeleri birbirlerinden kesinlikle ayırmamız gerektiğine dikkat çekmişti. "Bu elma kırmızıdır", *bu* elmanın özelliğini belirten bir önermedir. "Bu elma şundan daha büyüktür", *sözü edilen iki elma* arasındaki ilişkinin özelliğini belirten bir önermedir; bu nedenle şu ya da bu tek elmayla hiçbir ilgisi yoktur. Daha büyük olma özelliği, her iki elmadan birinin ya da ötekinin özelliği olmadığından, bu özelliği bunlardan *birine* atfetmek istemek saçmalığın dik âlâsı olurdu.

Bu önemli ayrımı daha sonraları insanbilimci ve iletişim araştırmacısı Gregory Bateson ele alıp geliştirmiştir. Bateson her iki iletide, her iki önermenin de her zaman içerildiğini saptamıştır; ya da başka sözcüklerle ifade edecek olursak her iletişim ediminin bir nesne düzlemi, bir de ilişkiler düzlemi vardır. Bateson bu saptamayla insanın karşısındaki herhangi biriyle; -bu birisi bize ne kadar yakınsa o kadar iyi olur- başının çarçabuk nasıl derde girebileceğini daha iyi anlamamıza yardımcı olmuştur. Diyelim ki kadının biri kocasına: "Bu çorbayı yepyeni bir tarife göre yaptım, beğendin mi" diye soruyor. Çorbanın tadından hoşlandıysa, adamın "Evet" demesi kolay; kadın da buna sevinecektir. Diyelim ki adam çorbanın tadından hoşlanmadı, ayrıca kadın üzülmüş, üzülmemiş umurunda değil; çorbanın berbat olduğunu söyleyecektir. Asıl içinden çıkılmaz durum (istatistikler bunun en çok rastlanan durum olduğunu gösteriyor) adamın çorbayı feci bulması, ama karısını üzmek istememesiyle ortaya çıkacaktır. Az önce değindiğimiz nesneler düzleminde ya da alanında

(yani *çorba* nesnesinin söz konusu olduğu yerde) adamın yanıtının "Hayır", ilişkiler düzleminde "Evet" olması gerekiyor. Çünkü adam karısını incitmek istemiyor. Adamın yanıtı evet-hayır anlamında "Evyır" filan olamaz; çünkü dilde böyle bir sözcük bulunmamaktadır. Öyleyse adamcağız bu darboğazdan paçasını bir şekilde sıyırmaya çalışacak, eşinin asıl söylemek istediğini anlaması umuduyla örneğin "İlginç bir tadı var" gibi bir şeyler söyleyecektir.*

Gerçekte ise adamın şansı çok azdır. Bu durumda, arındırıcıların önerilerine kulak kabartmaktansa, balayından döner dönmez yeni evlerinde yaptıkları ilk kahvaltıda karısı masanın üzerine koca bir kutu *Corn Flakes* koyan, tanıdığım bir kocanın davranışını örnek almak yeğdir. Kadının davranışı (ilişki düzleminde) iyi niyetli bir davranıştır, ama (nesne düzleminde) adamın mısır gevreğini severek yediği yanılgısına; yanlış bir varsayıma dayanmaktadır. Neyse, adam karısını kırmak istemez; yaradana sığınıp önündeki tepelemesine dolu kutuyu temizlemeye, kutunun içindeki mısırlar bitince de karısından bir daha *Corn Flakes* almamasını rica etmeye karar verir. Ne var ki iyi bir eş olan kadın, hazırlıklı davranmış, daha ilk parti tam bitmeden, önceden aldığı

* "İletişim antrenörleri" arasındaki dili yabancı sözcüklerden kurtarmaya çalışan ve insanın tıpkı bir yabancı dil öğrenir gibi dilbilgisini öğrenebileceği "doğru iletişim" türünden bir şeylerin var olduğuna yürekten inanan dil arındırıcıları ise, bu güçlüğe bir çözüm getirmektedirler. "Çorbanın tadını beğenmedim, ama bu yüzden girdiğin zahmetler için sana müteşekkirim." Bu uzmanların yalnızca kitaplarında bu laflardan sonra kadın duygulanıp kocasının boynuna sarılır.

ikinci kutuyu adamın önüne sürüvermiştir. Bugün aradan geçmiş 16 yıldan sonra kadını incitmeden ona, *Corn Flakes*'ten nefret ettiğini söyleyebilme umudunu tümünden yitirmiş durumdadır adam. Zaten 16 yıl sonra söylemiş olması durumunda da kadının tepkisinin nasıl olabileceğini kafamızda canlandırmak herhalde güç olmamalı.

Ayrıca bizim gündelik dilimiz bu tür ilişkileri yansıtmakta ne bileyim bir İtalyancadan, bir İngilizceden daha net sanki.* *"Would you like to take me to my plane tomorrow morning?"* (Sabahın altısında kim *kendi isteğiyle* birini götürmek üzere havaalanına gider ki?) Ya da: "*Ti dispiacerebbe far la cena stasera*?" (Elbette işten eve döner dönmez bir de yemek pişirmek pek işime gelmez.) Klasik örnek bunlar. Böyle taleplere verilecek yanıt, nesne ve ilişki düzleminde olmak üzere birbirinden ayrı iki farklı alanda gerçekleşmelidir. Örneğin: "Hayır, havaalanı denen yere beni çeken hiçbir şey yok, ama elbette sana bir iyilik yapıp seni oraya götürürüm."

Bu iletişim modelinin konumuz bakımından taşıdığı önemi herhalde sezmiş olmalısınız. Çünkü talepte bulunanın karşısındaki kişi, yukarıda önerdiğimiz tarzda bir yanıt vermeyi becerebilse bile (böyle ağdalı, hiç de doğal olmayan bir tarzda düşüncelerini dile kim getirir ki?) karşısındaki ancak ötekinin *kendi isteğiyle* havaalanına gelmesi durumunda kendisine yapılacak bu iyiliği kabul edeceğinden, iş çok-

* Yarın sabah beni uçağıma götürmeyi ister misin, hoşuna gider mi, vb. Burada İngilizcenin "Would you like" kalıbının içerdiği anlamsal çağrışımın yol açtığı sorun söz konusu.

tan yokuşa sürülmüş demektir. Ve beriki artık istediği kadar lafı dolandırsın; öyleydi böyleydi desin, bütün kaçamaklarına karşın nesne düzlemi ile ilişki düzleminin birbirine dolaşmasıyla oluşan tuzaklardan kurtulamayacaktır. Bu sonuçsuz tartışmanın sonucunda birbirlerine gireceklerdir. İnsan bu iki iletişim düzlemi arasındaki önemli farkı yakaladığı, dolayısıyla da bu ikisini sadece yanlışlıkla değil, bile bile birbirine karıştırmayı becerebildiği anda, reçetenin uygulanması oldukça kolaydır. Bu bağlamda bildiğim en hoş örneklerden biri bu bölüme başlık olarak aldığımız sarmısak (nesne düzlemi) ile sevginin (ilişki düzleminin) birbirine bir güzel karıştırıldığı ifadedir.

Düzlemleri karmakarışık etmeyi işin başındaki acemilerin bile kolaylıkla becerebilmelerinin nedeni, ilişki düzlemindeki önermelerin zor oluşuyla ilintilidir. Nesneler hakkında (buna sarmısak da dahil) konuşmak, önermeler kurmak oldukça kolaydır; ama ya konu sevgiyse, aşksa? Şöyle bir ciddi ciddi deneyin bakalım. Bir espriyi, bir fıkrayı açıklamaya kalkıştığınızda, her defasında içerdiği mizahın içine etmeden kurtulamayacağımız kesindir, ama en sıradan gibi görünen insan ilişkilerini açıklama niyetiyle ne kadar bol tıraş kesersek o ölçüde büyük sorunlara batacağımız bundan daha da kesindir. Bu türden iç dökme, "konuşup rahatlama" gevezeliklerine en uygun saatler gece yarısı başlar. Sabahın 3'üne doğru, başlangıçtaki o basit mesele, öyleydi böyleydi dırdırı içinde tanınmaz hale gelip çıkar; taraflarda da sabır namına bir şey kalmaz. Tabii o saatten sonra uyku namına da.

Bu mutsuzlaştırma tekniğinin daha da ince bir örneğini belli bir tarz soru ve gene özel bir talepler kategorisine başvurarak elde ederiz. Bu soru türüne klasik bir örnek, kendisine soru yöneltilen kişi, ne soruyu yöneltene ne de herhangi bir kimseye ya da şeye kızgın olmadığından eminken ona soracağınız "Bana kızgın mısın?" sorusudur. Ancak bu soru, soruyu yöneltenin, kendisine soru yöneltilenin kafasından neler geçtiğini ondan daha iyi bildiğini ve muhtemelen gelebilecek "Sana kesinlikle kızgın değilim" yanıtının doğru olmadığını ima eden bir sorudur. Bu soru sorma tekniği *düşünceleri okuma* ve *geleceği görme* adıyla da bilinmektedir. Ve insanın içinde bulunduğu bir ruhsal, duygusal halin ve bunun yansımalarının ne olduğu konusu mahşer gününe kadar tartışılabileceği, ayrıca gene kendisine olumsuz duyguların atfedilmesi durumunda çoğu insanın aniden tepesi atacağı için bu teknik, böylesine etkili sonuçlar vermektedir.

Öteki numara, karşınızdakine şiddetli olduğu kadar, ne idüğü belirsiz suçlamalar getirmenizdir. Beriki ne demek istediğinizi anlamaya kalkıştığında, ek bir açıklama daha yaparak tuzağın ağzını sımsıkı kapatırsınız: "Böyle biri olmasaydın, zaten bana bir de soru sormaya kalkmazdın. Neden söz ettiğimi bilmemen bile, ne menem bir kaçık olduğunu apaçık gösteriyor zaten." Söz kaçıklığa gelmişken: Akıl (ruh) hastası denen kimselerle uğraşanlar, bu yöntemi uzun zamandan bu yana başarıyla uygulamaktadırlar. Soruya muhatap olan kişinin, soru soran tarafından kendine atfedilen kaçıklığın neresinden belli

olduğunu soru soranın kendisine açık seçik göstermesini istediği ender durumlarda, muhatabın sorusu onu kafadan sakat olduğunun bir başka kanıtı olarak kullanılır; "Deli olmasaydın, ne demek istediğimi anlardın." Bu durumda acemi kişi şaşkınlığa düşerken uzman kişi hayranlığını gizleyemez. Çünkü bu türden bir yanıtın ardında bir deha saklıdır. Karşısındaki kişinin konuya açıklık getirme girişimi el çabukluğuyla ters çevrilip beklenenden farklı yorumlanmaktadır. Beriki "Biz normaliz, sen delisin" biçimindeki ilişki tanımını, gıkını çıkarmadan sineye çekerse zaten deli sayılır. Kabul etmeyip karşısındakini açıklamaya davet ederse de insanlar arasında yaptığı bu başarısız gezintinin ardından ya çaresizlik içinde öfkeyle saçını başını yolacak ya da sessizliğe gömülecektir. Ama bu tutumuyla da ne kadar kaçık olduğunu ve ötekilerin her zaman ne kadar haklı olduklarını bir kez daha kanıtlamış olacaktır. *Alice Aynalar Diyarında*'da Lewis Carrol bu mekanizmayı çok güzel betimlemiştir. Kara ve Beyaz Kraliçe, Alice'i her şeye karşı çıkmakla suçlarlar ve bunu onun akılsızlığına ya da ruhsal durumuna bağlarlar.

> "Ama bu kesinlikle anlamına gelmemeli diye söze girer Alice. Ancak Kara Kraliçe onun sözünü keser:
> "Üzücü olan da bu ya! Bir anlama gelmesi gerekiyor! Hiçbir şey ifade etmeyen (hiçbir anlama gelmeyen) bir çocuğun iyi olması için ne sebep var ki sanıyorsun? Bir esprinin bile bir anlamı vardır ve bir çocuğun bir espriden daha fazla bir şey olduğunu ummak isterim. İki elini bile kullansan bunu inkâr edemezsin."

"İnkâr etmem için ellerimi kullanmam ki" diye yanıt verir Alice.
"Bunu iddia eden de yok zaten" der Kara Kraliçe. "Sadece kullansaydın da edemezdin dedim."
"Bir şeylere karşı çıkmaya can atar bir hava içinde" der Beyaz Kraliçe "Ama neye, bunu kendisi de tam bilmiyor." [1]

Bu türden durumların tedavisinde kendilerini uzman ve yetkili gören yerleşik kurumlarda bu taktik, başarıyla uygulanmaya elverişlidir. Örneğin hasta denen kişinin grup terapisi oturumlarına katılıp katılmama kararını ona bırakıyorsunuz. Böyle bir grup çalışmasına katılmayı teşekkür edip reddedince de hem ona yardımcı olabilmek için hem de durumun ciddiliğini belirtmek için nedenleri göstermek istiyorsunuz. Bunun üzerine onun söyleyecekleri artık tamamen önemsizdirler; çünkü her halükârda onun direncinin bir dışavurumu oldukları için hasta bir iç dünyanın ürünüdürler. Ona kalan biricik seçenek grup terapisine katılmaktır; ama yapacak başka bir şeyi bulunmadığını da belli etmemesi gerekir. Çünkü isteyerek değil de sırf elinden başka türlüsü gelmediği için katılması, hâlâ bir direncin varlığının ve kavrama güçlüğü çektiğinin belirtisi olarak yorumlanabilir. "Kendiliğinden" katılmak istemelidir; ama bu katılışıyla da hasta olduğunu ve tedavi görmesi gerektiğini itiraf etmiş sayılır. Tımarhaneyi andıran büyük toplumsal sistemlerde bu yöntem saygı uyandırmaktan uzak gerici bir zihniyetin belirtisi olan *beyin yıkama* adıyla bilinir. Ama bu değinmeler

konumuzun mütevazı çerçevesini aşıyor. Öyleyse konumuza dönelim.

Demek ki insan ilişkilerini bozmada, etkili bir etmen, karşınızdakine yalnızca iki seçme olanağı bıraktıktan sonra, o bunlardan birini seçer seçmez ötekini seçmediği için onu suçlamaktır. İletişim alanındaki araştırmalarda bu mekanizma *seçenekler yanılsaması* olarak bilinir ve çok yalın bir şemayla şöyle gösterilebilir: A'yı yaptıysa B'yi, B'yi yaptıysa A'yı yapması gerekirdi. Bu bağlamda özellikle açık seçik anlaşılır bir örnek Dan Greenburg'un daha önce de değindiğimiz *How to be a Jewish Mother* kitabında, Yahudi annelere yaptığı tavsiyelerdir (14. sayfadaki dipnotumuzu da okuyabilirsiniz.)

> Oğlunuz Marvin'e iki spor gömlek armağan edin. İlk kez birini giydiğinde, ona üzgün üzgün bakın ve: "Ötekini beğenmedin mi?" diye sorun.

Ama gençlerin çoğu bu alanda doğuştan yetenekli uzmanlardır ve okun ucunu kolaylıkla ters çevirmeyi becerirler. Yetişkinlik ile çocukluk dönemi arasında kalan puslu alanda genç bir yetişkine yakışan saygıyı ve özgürlükleri anne babalarından talep etmek, gençler için kolay bir şeydir. Ama delikanlılar, yetişkinlerin yükümlülükleri ve görevleri söz konusu olur olmaz, her seferinde, henüz bu tür yükümlülükler için fazla genç oldukları bahanesinin ardına sığınırlar. Anne-baba bunun üzerine dişlerini gıcırdatıp, keşke çocuksuz olsaydık, deyince de kolayca cazgır anne-baba olup çıkarlar. İnsan, Viyanalı kabare artis-

ti Gerhard Bronner'in deli gibi motosiklet kullanan serseri gencinin sözlerini aklına getirmeden edemiyor. "Doğrusu nereye gittiğim konusunda bir fikrim yok, ama işte bu yüzden de gideceğim yere çarçabuk varıyorum."

Karşımıza tek tek, ayrı ayrı çıkarıldıklarında, her iki seçeneği de ayrı ayrı geri çevirmekte çoğunlukla güçlük çekmediğimiz halde, bir arada sunulmuş seçenekler yanılsaması mekanizmasına kanmaya, ona yenik düşmeye niçin eğilimli olduğumuzu psikiyatristler ve psikologlar henüz açıklayabilmiş değillerdir. İnsan kendini ilişkilerin karmakarışıklaştırılması işine adadı mı, deneyimden çıkan şu sonuçlardan yararlanmasını bilmelidir.

İşin başındakiler için birkaç egzersiz:

1. Birisinden belli bir iyilik yapmasını rica edin. Beriki işe koyulur koyulmaz hemen bir başka ricada bulunun. İsteklerinizi sırayla yapacağı ama aynı anda yerine getiremeyeceği için kazandınız demektir. İlk başladığı işi bitirmeye mi uğraşıyor, ikinci ricanızı göz ardı ettiğinden yakınabilirsiniz ya da ikinciden başlarsa aynı şeyi birincisi için yapabilirsiniz. Bunun üzerine öfkelenirse kırgın bir tavırla ona, son zamanlarda ne kadar huysuzlaştığını anımsatırsınız olup biter.

2. Hem ciddi hem de şaka olarak algılanabilecek bir şey söyleyin ya da yapın. Karşınızdakini artık tepkisine göre ya ciddi bir şeyi şakaya boğmaya çalıştığı için ya da mizah duygusundan yoksun olduğu için suçlayın.

3. Karşınızdakinden bu sayfayı okumasını rica edin, ederken de bu satırların tam onun size karşı

tavrını yansıttığını ileri sürün. Çok az bir olasılıkla da olsa size hak vermesi halinde sizinle ilişkilerinde sizi nasıl yönlendirmiş olduğunu itiraf etmiş demektir. Ama eğer -böyle davranma olasılığı çok daha fazladır- sizin iddianızı çürütmeye kalkarsa gene siz kazandınız demektir. Bu durumda ona "aynı şeyi" (sizi geri çevirmekle) bir kez daha yaptığını ispat etmek için aşağı yukarı şunları söylemeniz yeter "Senin beni yönlendirmelerini sessizce sineye çekince, beni daha çok yönlendiriyorsun -az önce olduğu gibi-. Beni yönlendirdiğine dikkatini çekince de beni yönlendirmediğini iddia edip yönlendiriyorsun."

Bunlar sadece birkaç basit örnek. Gerçekten yetenekli mutsuzluk adayları, bu tekniği tam bir Bizans entrikasına dönüşene kadar geliştirebilirler. Öyle ki karşıdaki kişi eninde sonunda kendi kendine ciddi ciddi "Ben gerçekten de deli miyim" diye sormadan edemeyecek hale gelir. Her halükârda beyni sulanacaktır. Bu taktikle kişi yalnızca kendi tutarlılığını ve normalliğini ispatlamakla kalmayacak önemli bir miktar rezilliğe de yol açmış olacaktır.

Size bir bir verilen ve siz her adımda bir üst basamağa geçtikçe inanmaktan vazgeçeceğiniz güvencelerden oluşan bir merdivene tırmanma isteği de yararlıdır. Bu bağlamda ustaca örnekler Laing'in daha önce değindiğimiz *Düğümler* [9] kitabında yer almaktadır. Burada anahtar sözcük durumundaki *gerçekten* sözcüğü tayin edici bir rol oynar. Şu model örnek de onundur:

"Do you love me?"	*(Beni seviyor musun?)*
"Yes."	*(Evet)*

"Really?"	*(Gerçekten mi?)*
"Yes, really."	*(Evet, gerçekten)*
"But, really, really?"	*(Ama gerçekten de gerçekten mi?)*

Bu son sorunun ardından herhalde homurtular gelir. Neyse, sözü tam da Laing'e getirmişken başka bir taktiğin üzerinde kafa yormanızı da tavsiye ederim.

Mutluluğun kendisinin ve mutlu olma durumunun tanımlanmasının, tanımlansa bile *olumlu* bir tanımının yapılmasının güç olduğunu giriş bölümünde ileri sürmüştüm. Ama bu durum bugüne kadar hiçbir fazilet savunucusunu, mutluluğa *olumsuz* bir anlam yakıştırmaktan alıkoymamıştır. Bilindiği gibi bu konuda püritanizmin gayri resmi sloganı şöyledir: "Sana zevk vermediği sürece istediğini yapabilirsin." Gene başta değindiğimiz mutluluk tartışmasına katılanlardan biri, bundan farklı; ama ilkece aynı bir ifadeyle şunları söylemişti. "Dünyanın şu andaki koşullarında mutluluktan söz etmemize izin vermediklerini düşünüyorum." [11, s.12] Ancak tarihin hangi döneminde dünyanın o andaki durum ve koşullarının, o andaki durum ve koşullar olmadıklarını ya da ileride hangi dönemde belli bir andaki koşulların, o andaki koşullar olmayacağını söylemiyor konuşmacı. Doğru; itiraf etmek gerekir ki aynı sırada, örneğin Batı Beyrut'ta yarım milyon suçsuz sivil susuzluktan kıvranırken bir bardak suya sevinmek bile insana zor geliyor. Ama diyelim ki günün birinde bütün dünya mutluluktan boğulacaktır. Fazilet çığırtkanı karamsar kişi, gene de hiçbir şekilde umudunu yitirmeyecektir. Bu durumda hiçbir şeyden habersiz, mutluluğa sevi-

nen kişinin karşısına dikilip: "İsa senin için çarmıhta ölmüşken sen nasıl olur da hayattan hoşlanabilirsin? Çarmıhta ölmek onun hoşuna mı gitti sanıyorsun" diye sorarak Laing'in reçetesini gene de uygulayabilir. [9, s.8] Bundan sonrası şaşkınlıktan apışıp kalmaktan ötürü, koca bir sessizliktir.

"İçinden geldiği gibi (kendiliğinden) davran"

Gelgelelim "Sevgi ve Sarmısak"a ilişkin az önce değindiğimiz bütün düşünceler bizi kendiliğimizden; içimizden geldiği gibi davranmaya çağıran, masumluğu tamamen yanıltıcı talebin içerdiği yüksek tahrip gücü ile karşılaştırıldıklarında boş gevezelik olarak kalırlar. İnsanların iletişim etkinliklerinin yapısı içine yerleştirilmeye elverişli bütün düğüm ve açmazların, ikilem ve tuzakların yanında "İçinden geldiği gibi davran" paradoksu, kuşkusuz en yaygın paradokstur. Ve burada söz konusu olan, biçimsel

mantığın tüm taleplerine karşılık gelen katıksız, hakiki bir paradokstur.

Mantığın zirvesini temsil eden kristal duruluğundaki odacıklarda zorlama ve kendiliğindenlik (yani özgürce, serbestçe, dıştan etkilenmeden insanın kendi içinden gelen her şey) birbirleriyle kesinlikle bağdaşmaz bir biçimde dururlar. Buyruk üzerine bir şeyi kendiliğinden yapmak, tıpkı bir şeyi kasten unutmak ya da bile isteye derin uyumak gibi olanaksızdır. İnsan ya içinden geldiği gibi yani kendi özgür iradesi, kendi kararı doğrultusunda davranır ya da bir bùyruğa, bir yönergeye göre eylemlerini gerçekleştirir; bu nedenle de bu davranışına artık "kendiliğinden" denemez. Salt mantıksal açıdan bakıldığında; bu iki tür davranışı aynı zamanda gerçekleştiremez. İyi de mantıktan bize ne? "Kendiliğinden davran" diye yazabileceğim gibi bunu sözle de söyleyebilirim. Mantıkmış, değilmiş, kâğıtlar ve ses dalgaları sabırlı ve uysaldırlar; ileti alıcısı (okur) ise pek o kadar uysal ve sabırlı değildir. Böyle bir paradoksla karşılaştığında ne yapabilir ki?

John Fowles'in *Koleksiyoncu* romanını biliyorsunuz, sözü nereye getirmek istediğimi hemen anlamışsınızdır. Koleksiyoncu, önceleri sadece kelebeklerle ilgilenen bir adamdır. Toplu iğnelerle tutturulmuş kelebeklerin karşılarına geçip güzelliklerini uzun uzun seyreder. Uçup gidecek halleri yoktur elbette hayvanların. Güzel öğrenci Miranda'ya tutulup aynı tekniği, daha önce değindiğimiz "aynı şeyi bol bol uygula" reçetesi uyarınca kız üzerinde uygulamaya kalktığı anda, Koleksiyoncumuzun mutsuzluğu da başlar.

Öyle ahım şahım bir güzelliği bulunmadığı ve kendine de fazla güvenmediği için, Miranda'nın onu kendiliğinden istemeyeceğini varsayıp kızı kaçırır. Kelebeklerde kullandığı toplu iğnelerin yerine, bu kez inin cinin top oynadığı, kentdışı bir yerdeki bir çiftlik evinden yararlanır ve kızı orada zorla tutmaya başlar. Bu katıksız zorlama sayesinde günün birinde (kız için gittikçe katlanılmazlaşan tutsaklık süresi içinde) kızın kendisine âşık olacağını umar ve bekler. Neden sonra; ağır ağır, "kendiliğinden davran"ma paradoksunun acı ve umutsuz trajedisi kendini belli etmeye başlar. Çünkü bu paradoks yüzünden ulaşmak istediği şeyi bizzat kendisi olanaksız kılmıştır.

Biraz zorlama mı oldu bu? Fazla mı yazınsal? O zaman buyrun, üretmek için öyle dolambaçlı yollara sapmanızı gerektirmeyen sıradan, günlük bir olay:

Oğlundan ev ödevlerini sırf ödev oldukları için değil de *gönüllü*, kendiliğinden yapmasını isteyen, şu duya duya gına getirdiğimiz klasik anne örneği. Okuyucunun gördüğü gibi daha önce sözünü ettiğimiz püritanizm tanımının ters çevrilmesi durumuyla karşı karşıyayız burada. Püritan düşüncede, yaptığın işten zevk almamak senin görevindir, deniyordu; burada, görevin sana zevk vermelidir, deniyor.

Kısacası, bu durumda insan ne yapabilir?, diye daha önce de adeta yanıtı içinde olan bir soru sormuştum; çünkü ortada çıkış yolu görünmemektedir. Kocasının, eşinden aldığı cinsel hazla yetinmeyip her defasında eşinin de bundan doya doya zevk almasını istediği bir kadın ne yapabilir? Az önce değindiğimiz, ödevlerini içinden gelerek, seve seve

yapması istenen gencin yerinde olsak ne yaparız? İnsan böyle durumlarda ya kendisinde ya da dünyada bir terslik olduğuna hükmeder. Ancak kişi "dünyayla" hesaplaşırken çoğunlukla yenilmeye mahkûm olduğundan, pratik bir yol izleyerek kabahati kendinde aramadan edemez. Henüz pek inandırıcı gelmiyor bu söylediklerimiz size değil mi? Korkmayın, kuşkunuzu kolaylıkla dağıtabiliriz.

Herhangi bir nedenle şen ve neşeli olmanın görev olduğu bir ailede doğduğunuzu düşünün. Daha açık seçik ifade etmek gerekirse çocukların şen, şakrak, pür neşe hallerinin anne babanın çocuk yetiştirmedeki başarılarının apaçık kanıtı olduğu düşüncesini bir ilke olarak baştacı etmiş bir aile olsun bu. Ve diyelim ki günün birinde keyifsizsiniz ya da yorgunluktan bitip tükenmişsiniz ya da beden dersinden, dişçiden, ne bileyim, karanlıktan korkuyorsunuz ya da izci olmak içinizden gelmiyor. Ama sevgili anne babanızın gözünde bütün bunlar ne geçici bir keyifsizlik, bir yorgunluk ne de bir çocuk için tipik sayılacak korkulardır; yaptığınız, anne babanızın çocuk yetiştirmedeki yetersizliklerine karşı sessiz, ama o ölçüde bağıran bir suçlamadır. Buna karşı onlar da kendilerini savunacaklar, sizin için neler neler yaptıklarını sayıp dökecekler, ne büyük özverilerde bulunmak zorunda kalmış olduklarını ve neşeli olmamaya ne hakkınız ne de nedeniniz bulunduğunu ileri süreceklerdir.

Öyle pek de azımsanmayacak sayıda anne baba böyle durumlarda, örneğin çocuğa "Odana çık ve keyfin yerine gelene kadar gözüme görünme!" diye-

rek işi ustaca büyütmeyi becerirler. Böylelikle çocuğun biraz iyi niyet, biraz da çabayla duygularını kötü'den iyi'ye çevirebileceği ve yüz sinirleri yardımıyla doğru yüz adalelerini faaliyete geçirerek "iyi bir" insan olarak "iyi" insanlar arasında kalma müsaadesinin kendisine yeniden iade edilmesini sağlayacak o gülümsemeyi gerçekleştirebileceği -dolaylı yoldan olduğu için- o ölçüde kibarca dile getirilmiş olur.

(Tıpkı sarmısak ve sevgi ilişkisinde olduğu gibi) üzüntü ile ahlaksal yönden eksik olma duygusunun, -öncelikle de nankörlüğün-, birbirleriyle kopmaz biçimde sarmaşmalarını sağlayan bu basit teknik, mutsuzluk konumuz açısından büyük önem taşımaktadır. Bu uygulama karşımızdakinin ruhunda derin suçluluk duygularına yol açmakla kalmaz, onu daha iyi bir insan olmuş olması halinde kendisinde bulunmaması gereken duygular taşıdığı suçlamasıyla da karşı karşıya bırakır. Ve beriki, duygularına istenilen tarzda olumlu bir yön verebilmek için onlara nasıl egemen olabileceğini soracak kadar arsız ve utanmazsa, daha önceden bildiğimiz bir uyarıyı, iyi bir insanın bunu kendiliğinden anlaması gerektiği ve sormaya filan ihtiyacı olmadığı uyarısını ona yapmanızı tavsiye ederiz (Lütfen bunu yaparken kaşlarınızı yukarı kaldırıp kederli kederli bakın).

Bu eğitimi başarıyla geçiren kişi, kendi yönetmenliği altında depresyon üretme aşamasına geçebilir. Ama bu alanda antrenmansız insanda suçluluk duygusu doğurmaya çalışmak, sırf onu sevdiğiniz için göze alınmış beyhude bir çabadır. Çünkü bu gibileri, en az keder ve üzüntü uzmanları kadar ruhsal

sıkıntıları tanıyan, ama oldum olası, ara sıra üzülüp efkârlanmanın günlük yaşamın kaçınılmaz bir ruhsal durumu olduğu görüşünü paylaşmış kimselerdir; gelir geçer keder; kimbilir neden; bu gece değilse bile, ertesi sabah erkenden dağılıp gidecektir efkâr, derler. Ama hayır işte, üzüntü başka şeydir depresyon başka; Çocuklukta bize öğretilmiş olanı [üzüntüden kurtulamıyorsak kabahati kendimizde arama alışkanlığını] ilerki yıllarda da sürdürerek belli durumlarda üzülmeye ne hakkımız ne de nedenimiz bulunduğuna kendimizi inandırarak üzüntüyü ruhsal çöküntüye dönüştürebiliriz. Öyleyse ruhsal çöküntü, bu dönüştürme yeteneğimizin sonucudur. Bu uygulamanın garantili sonucu, ruhsal çöküntünün derinleşmekle kalmayıp sürüp gitmesidir. Ayrıca sağlıklı insan aklının sesini dinleyen ve yüreklerinin uyarısını izleyerek söz konusu ruhsal çöküntü içindeki kimseye nasihatlar vermeye kalkışan, onu cesaretlendiren ve kendini biraz olsun toparlamasını söyleyen insanlar da ruhsal çöküntüyü derinleştirme başarısını gösterirler. Çünkü böylelikle kurbanımız, ruhsal çöküntü içinde kalmak için kendi payına düşeni ve elinden geleni yapmış olduğunu anlar. Aynı zamanda kendisine nasihat edenin o toz pembe, iyimserlik dolu hayat anlayışına katılamadığı, bu yüzden de onun iyi niyetine karşın onu acı bir düş kırıklığına uğrattığı için kendini duble suçlu hisseder. Hamlet bile melankolik kişinin yaşam anlayışı ile çevresindeki dünyanın yaşam anlayışı arasındaki elem verici farklılığın bilincindedir. Ve bu farklılıktan kendi amaçları doğrultusunda ayrıca parlak bir biçimde yararlanmayı becerir:

Son zamanlarda bilmem neden, bütün neşemi yitirdim, bütün alışılmış çalışmaları bir yana bıraktım ve gerçekten de öyle karardı ki içim, dünya, bu görkemli yapı, çorak bir kayalığa döndü gözümde. Hava, o muhteşem başörtüsü dünyanın, görüyor musunuz, bu gururlu gökkubbe, altın ışıklarla bezeli bu ihtişamlı dam ahh, bana hastalıklı bir ifrazatın bulanık, puslu kokular birikintisi gibi görünüyor. İnsan ne harika bir başyapıt. Aklı bakımından ne soylu, yetenekleri ne kadar sınırsız; duruşu ve hareketleri ne kadar anlamlı ve hayranlık uyandırıcı; eylemleri bir meleğinki gibi; kavrayışı tanrıca, dünyanın süsü; yaradılışın amacı! Ama gene de benim için nedir, bu özü tozdan şey? İnsanın tadı yok benim için..." [21]

İnsanın "mutlu ol" paradoksunu kendi kendine dayatması ya da bunun başkalarınca ona dayatılması pek özel bir anlam taşımadığı gibi bir işe de yaramaz. Ayrıca bu paradoksun, temel konumuz olan "kendiliğinden davran"ma paradoksunun olası birçok çeşitlemesinden sadece biri olduğunu belirtelim. Daha önce de gördüğümüz gibi her kendiliğinden davranış, şu paradoks oluşturan süslemelere malzeme sunmaya oldukça elverişlidir: Kendiliğinden anımsama ve unutma talebi; bir armağan alma arzusu ve sonuçta *sırf* bu arzumuzu açıklamış olmamızdan ötürü armağanı almış olduğumuz için uğradığımız düş kırıklığı; irademizi zorlayarak bir ereksiyon ya da orgazm gerçekleştirme denemesi; ve özellikle de bu girişimin amaçlananı olanaksız kılması; ne pahasına olursa olsun ille de uykuya dalmak istediğimiz için uykuya dalamamak; ya da sevginin zorunlu olarak gösterilmesinin talep edildiği yerde sevmenin olanaksızlığı.

Beni sevenin bir acayipliği olmalı

Ve söz tam da sevgiden açılmışken hemen önemli bir yana daha değinelim. Dostoyevski "Başkalarını da kendin gibi sev" diyen İncil'in bu sözlerinin büyük bir olasılıkla tersinden alınması gerektiğine dikkatimizi çekmişti. Ona göre insan ötekini ancak *kendini* severse sevebilirdi.

Aynı düşünceyi Marx (Karl değil, Üç Ahbap Çavuşların en büyüğü Groucho)* Dostoyevski kadar ki-

*Kırklı yılların ABD sinemasının grotesk, absürd komedi türünün en klasik örneğini sunmuş "Üçlüsü"nün başı. Ülkemizde "Üç Ahbap Çavuşlar" olarak biliniyor. (ç.n.)

barca olmasa da ondan daha özlü bir ifadeyle yıllarca sonra şöyle dile getirir: "Benim gibi birini üye olarak kabul edecek bir kulübe girmeyi rüyamda bile aklıma getirmem." Bu esprinin derinliğini kavrayıp onu açıklama zahmetine girerseniz aşağıdaki söyleyeceklerimize iyi hazırlanmışsınız demektir.

Sevilmek her halükârda esrarengiz bir şeydir. Bu esrar perdesini kaldırmak ve duruma açık seçiklik kazandırmak için soru sorulması pek hayırlı sonuçlar vermez. Diyelim ki sordunuz, en ehven durum, ötekinin sizi niçin sevdiği konusunda hiçbir diyeceği olmamasıdır. En kötü olasılık ise sizi sevme nedenini, sizin o ana kadar en çekici özelliğiniz olarak görmediğiniz bir yanınıza bağlamasıdır; örneğin sol omuzunuzdaki ben'iniz gibi. Sükût bu bağlamda da bir kez daha altın olduğunu tartışmaya yer bırakmayacak biçimde gösterir.

Buradan konumuzla ilintili olarak ne sonuçlar çıkarabileceğimiz şimdi daha bir netleşmeye başladı. Yaşamın, sevilmeye değer biri olduğu apaçık görülen arkadaşınızın aracılığıyla size sunduğu şeyi minnet ve şükranla kabul etmeyin. İşi kurcalayın. Neden, diye ona değil, kendinize sorun. Çünkü onun muhakkak bir art niyeti vardır. Bunu da size ölse açmaz.

Anlayacağınız, insanın aşkı, daha önce benden çok daha büyük düşünürlerin üzerinde boşu boşuna kafa patlattıkları ve dünya edebiyatının ünlü yapıtlarından bazılarının dayandıkları bir paradokstur. Rousseau'nun Madame d'Houdetot'a yazdığı mektuptan şu cümleyi alalım: "Benim olursanız size sahip olacağım için, büyük saygı duyduğum sizi yitireceğim." Bu sözleri iki kez okumakta yarar var. Rousseau'nun söylemek istediği sanki şu: Kendini bütün benliğinle bana veren kimse, sırf *bu yüzden* aşkımın muhatabı

olmaya uygun değildir (Bu görünüşte iyice abartılmış anlayış, çok iyi bilinen bir güney ülkesinde alabildiğine yaygındır). Aşk ateşiyle yanıp tutuştuğundan kesinlikle emin olan sevdalı, karşısındakine yalvar yakar kendisinin olmasını söyler ve beriki ona teslim olur olmaz da onu hor görmeye başlar. Çünkü namuslu bir kadın ona göre hiçbir zaman böyle bir şey yapmaz. Aynı ülkede -elbette resmen hiçbir zaman itiraf edilmeyen- temel bir ilke geçerlidir: Bütün kadınlar fahişedir, anam hariç, o bir azizeydi (Malum, anasıyla o işi elbette yapamadığından).

Sartre ünlü yapıtı *Varlık ve Hiçlik*'te sevgiyi, bir özgürlüğe özgürlük olarak sahip olma yolundaki beyhude bir çaba olarak tanımlar. Bu konuda şunları söyler. [19, s. 471]

> "Öte yandan o (seven erkek) özgürlüğün zorlamasız ve gönüllü üstlenilen bir görev olduğu yüce biçimiyle de yetinip memnun olamaz. Kim salt katıksız, kişinin kendi kendine sadık kalma yemini olarak beliren bir sevgi ile yetinebilir ki? Şunu işitmek kimin işine gelebilir ki? 'Seni sevmeyi, kendi isteğimle, zorlamasız yükümlendiğim ve de kendime verdiğim sözü tutmamış olmamak için seni seviyorum, seni, kendime olan bağlılığımdan ötürü seviyorum.' Demek ki seven, karşısındakinden bağlılık yemini etmesini ister, ama bu türden bir yeminle karşılaşıp mutsuz olur. Bir özgürlüğün sevgi nesnesi olmak [özgürlük tarafından sevilmek] ister, ama bu özgürlüğün artık özgürlük olarak özgür olmamasını talep eder."

Sevginin (ve görünürde akıldışı birçok başka davranış biçiminin) bu ilginç, çözümsüz, karmaşık güçlüklerini tanıyan okur, onları Norveçli düşünür Jon

Elster'in *Ulysses and the Sirens* [2] adlı ilginç kitabında da bulacaktır. Ama işin başında olan mutsuzluk adayının ihtiyacını karşılamaya az önce söylediklerimizin yetmesi gerekir. Gene de bu işte hayli yol almış olanlar, bu kadarıyla yetinmeyeceklerdir. Anlayacağınız buraya kadar söylenenlerin bağlamından, sadece aramızdaki Groucho Marx'ların yararlanabilecekleri bol bol sermaye üretmek mümkündür. Groucho Marx'lar diyoruz, çünkü bu sermayeden yararlanmanın önkoşulu, *kendini* sevgiye layık olmayan biri olarak görmektir. Böyle birini seven, daha baştan bu bağlamda kayıp demektir. Çünkü sevgiyi hak etmemiş birini sevenin muhakkak bir acayipliği var demektir. Mazoşizm gibi bir karakter bozukluğu, iğdişleştirici bir anneye nevrotik bağlılık, aşağılık olanın çekiciliğine sayrıl bir düşkünlük; işte söz konusu dişinin ya da erkeğin sevgisini açıklamaya yarayacak, dolayısıyla da onu katlanılmaz kılacak nedenler bu türdendirler (İyice tatmin edici bir tanılar derlemesi yapmak isteyenin, belli bir ölçüde psikoloji bilmesi ya da hiç değilse kendini tanıma için yapılan grup çalışmalarına katılması çok büyük değer taşımaktadır).

Böylelikle sadece sevilen varlığın kendisi değil, hem sevenin kendisi *hem de* sevgi sevgi olarak üstündeki kılıfı atıp tüm rezilliğiyle ortaya çıkar. Ehh bundan fazlası da can sağlığı. Bildiğim bütün yazarlardan çok daha etkili bir biçimde Laing bu açmazı *Düğümler* adlı çalışmasında anlatmıştır. Bölümü eksiksiz veriyorum. [9, s.24]

"Kendi kendime saygım yok.
Bana saygı duyan kimseye saygı duymam.
Ancak bana saygı duymayan birine saygı duyarım.

Jack'a saygı duyuyorum
Bana saygı duymadığı *için.*

Tom'a saygı duymuyorum
Bana saygı duyduğu *için.*

Ancak aşağılık biri,
Benim gibi aşağılık birine saygı duyabilir.

[Ama] saygı duymadığım kimseyi sevemem.

Jack'ı sevdiğimden
Onun beni sevdiğine inanamam.

Bunu bana nasıl ispatlayabilir ki?"

Sadece ilk ağızda saçma görünüyor bu sözler; çünkü buradaki anlayışla atbaşı giden karmaşık güçlükler gün gibi aşikâr değil mi? Ama bu güçlükler kimsenin hevesini kırmamalı ya da Shakespeare'in bir sonesinde dediği gibi: "Bunu herkes bilir, ama bu cehenneme giden *öte dünyadan* nasıl uzak durabileceğini kimse bilemez." Öyleyse insanın umutsuz bir biçimde âşık olması, pratik sonuçları bakımından daha ehvendir. Evli bir erkeğe ya da kadına, bir papaza, bir film yıldızına ya da bir sopranoya. Böylelikle umutla dolup taşarak amacına hiç ulaşmadan dolanıp durur, bu bir; ikincisi, ötekinin kendisiyle bir ilişki kurmaya kesinlikle hazır olması gibi bir durumun -böylelikle onun kendisi için tüm çekiciliğini yitireceği bir durumun- ortaya çıktığını saptama gibi bir talihsizliğe uğramaktan kurtulur.

İnsan soylu, yardımsever ve iyi olmalı

Seven elbette sevdiği varlığa yardımcı olmaya hazırdır. Ama asıl öyle özel sevgi bağlarının bulunmadığı durumlarda, örneğin bir yabancıya karşı yardımsever davranmak, özellikle soylu bir ruhun ve iyilikseverliğin belirtisidir. Özverili, kendini düşünmeden birine uzatılan el, yüce bir idealdir ve sözde mükâfatını da içermektedir.

Ama bu gerçeğin bizi hiçbir şekilde ürkütmemesi lazım. Çünkü bütün öteki iyi edim ve davranışlar gibi yardımseverlik de ardındaki düşüncenin solgun

rengiyle parıltısını yitirebilir. Bunu az önce sevgi konusunda gördük. Özverili davranışımızdan ve yardımseverliğimizin katıksızlığından kuşkuya düşmek için art düşüncelerimiz olup olmadığını kendimize sormamız yeter. Yani Tanrı katındaki hesap defterine yatırım olsun diye mi yaptım bunu? Birilerini etkilemek için mi? Bana hayranlık duyulsun diye mi? Ötekini kendime zorla minnettar kılmak için mi? Görüyorsunuz işte, olumsuz düşünmenin gücü sınırsızdır; çünkü arayan bulur. Ruhu temiz kimse için sözümona her şey zaten tertemizdir, ama buna karşılık karamsar kişi her yerde bir bityeniği bulur ya da bir pisliğin ayak izlerini. Başka benzetmeler için ayakbilim literatürüne bakabilirsiniz.

Bunu yapmakta güçlük çeken kimse el altındaki literatüre şöyle bir göz atsın yeter. Buralardan gözüpek itfaiyecinin gerçekte ruhen engellenmiş bir firoman* olduğunu öğrenecektir; yiğit asker çok derinlerde yatan, bilinçdışı kendini öldürme dürtüleriyle kıvranan ve bu dürtüleri boşaltan biridir; polis, sırf kendisi suç işlememek için başkalarının suçlarıyla uğraşır. Ünlü dedektifin güç bela gizlenmiş paranoyak bir ruhu vardır. Her cerrah örtük bir sadist, her nisaiyeci bir dikizcidir. Psikiyatrist Tanrı rolüne soyunmak ister. İşte görüyorsunuz dünyanın çürümüşlüğünü açığa çıkarmak bu kadar kolaydır.

Ama davranışların ardındaki "asıl" hareket nedenlerini bu yoldan keşfetmeyi tarz olarak benimseyemeyen kimse, yaptığı yardımı acemi kişinin ağzını şaşkınlıktan açık bırakacak bir cehenneme dönüştü-

* Yakma saplantısı olan kimse. (ç.n.)

rebilir. *Esas olarak* bir kişinin ötekine yardım etmesi olgusuna dayanan bir ilişkiyi kafamızda canlandırmamız, ne demek istediğimizi anlamaya yeter. Bu türden bir ilişkinin doğası gereği iki kaçınılmaz sonucu vardır. Yardım ya başarılı olmuştur ya da başarısız (Gene bu ilişkide de üçüncü bir olasılık bulunmamaktadır). Başarısızlık, yani yardımın işe yaramaması durumunda yardım etme alışkanlığı kanma işlemiş yardımseverin bile sonunda canına tak diyecek, o da derin bir üzüntü ve hayal kırıklığıyla ilişkiyi koparıp geri çekilecektir. Başarılı olması durumundaysa artık yardımı alan kimsenin bundan böyle yardıma mardıma ihtiyacı olmayacağından, sırf bu yüzden ilişki kopacaktır. Çünkü ilişkinin anlamı ve amacı, yardımın başarıya ulaşmasıyla tükenmiş olacaktır.

Bu konuda edebiyat alanında örnekler ararken insanın aklına, şeytan ruhlu (ama aslında günahsız ve sevgiyi hak etmiş) fahişeyi kurtarmaya ve onun ruhunu arındırmaya soyunmuş, 19. yüzyıl roman ve opera metinlerindeki soylu gençler geliyor. Gene hemen hemen istisnasız çok zeki olan, sorumluluk dolu, kendilerini seve seve feda eden; alkolikleri, kumarbazları ya da canileri, aşklarının büyüleyici gücüyle birer fazilet timsaline dönüştüren ve o acı sona kadar adamın aynı rezilliği sürdürmekteki kararlılığına, aynı kararlılıktaki aşklarıyla ve yardımseverlikleriyle karşılık veren kadınlar, bu konuda her zaman pratik örnekler sunarlar. İçerdikleri mutsuz kılma gizilgücü bakımından bu ilişkiler handiyse kusursuzdurlar, çünkü taraflar olumlu bir ilişkide hemen

hemen olanaksız görünen bir tarzda birbirlerine uygun düşer ve birbirlerine göre kendilerini ayarlarlar (Bu konuda haham Jochanan "insanlar arasında birbirine uyan bir erkekle kadın bulup, bunları karıkoca olarak bir araya getirmek, Musa'nın Kızıl Deniz'i yarma mucizesinden daha zordur" derken yanılmaktadır). Kendini feda edebilmek için yukarıda tanımladığım tipte bir kadının sorunlu ve perişan bir insana ihtiyacı vardır; az çok kendi başına buyruk işleyebilen bir erkeğin hayatında ise ne kadının yardımına, dolayısıyla ne de kendisine yeterli bir yer ve ihtiyaç vardır. Öte yandan erkek çuvallamaya devam edebilmek için yılmayan bir yardımcıya muhtaçtır. Ne var ki bir elin ötekini yıkaması ilkesine bağlı bir kadın, bu türden bir ilişkiyi fazla götürmeden ondan uzak kalmalıdır. Demek ki reçetemiz şöyle: İnsan, öyle olmak isteğini kendi öyle oluşuyla mümkün kılan ve bunu yapmayı kabul edip onaylayan bir eş bulmalıdır. Ama bu ilişkide de amaca ulaşmaktan kaçınmak en doğru tutumdur.

İletişim kuramında bu ilişki modeline *kollusion* denir. Sözcük anlamı iki unsurun üçüncü bir unsura karşı anlaşması, ittifak yapması, işbirliğine gitmesi demektir. Zekice bir uzlaşma, bir *Quid pro quo* (bir şeyin başka bir şeyin yerine konması; geçmesi, geçirilmesi); ilişkiler düzleminde bir art niyetli tertibe girilmesi söz konusudur (duruma göre tamamen bilinçsizce). Bu türden bir işbirliği sayesinde kişi kendini nasıl biri olarak görüyorsa öyle biri olarak karşısındakine benimsetip onaylatır. İşin aslını bilmeyenler, böyle bir onaya, niçin ille de ikinci birine gerek bu-

lunduğunu haklı olarak sorabilir. Oysa yanıt basittir. Çocuksuz bir anne, hastasız bir doktor, devletsiz bir başkan tasarlamaya çalışın bakalım. Bu ötekinden yoksun kimseler, sadece insan müsveddesidirler, tamamlanmamış, geçici insanlardır, deyim yerindeyse. Ancak onu tamamlamak için gerekli rolü üstlenen kimse sayesinde "gerçeğe" dönüşürler, gerçek olurlar. Öteki yoksa, hayalgücüne, düşlere muhtaç olmuşlar demektir. Oysa düşler sabun köpüğüdür. Peki de niçin herhangi bir kişi, öteki, bu belli rolü bizim için üstlenmeye razı olsun? Olmasının iki nedeni bulunmaktadır.

1. Onun beni "gerçek" kılmak için oynamak *zorunda* bulunduğu rol, kendi "gerçekliğini" oluşturabilmek için oynamak *istediği* roldür. Bu sözlerden çıkaracağımız ilk izlenim, böyle roller üstlenmiş tarafların kusursuz bir tamamlama ilişkisi, örnek bir işbirliği düzenlemiş oldukları izlenimidir. Öyle değil mi? Ama unutmayalım ki kusursuzluğun bu durumda kalıcı olabilmesi için tertibe katılmış yanların hiç değişmeden öylece kalmaları, değişmeye dayanmaları zorunludur. Oysa Ovid *Metamorphosen*'de (*Değişimler'de*) dünyada hiçbir şey dayanıklı, bozulmaz, değişmez değildir; medler cezirleri kovalar demiştir. Bu düşünceyi şu sözünü ettiğimiz işbirliğine uygulayacak olursak bu, çocukların büyüdüğü, hastaların iyileştiği anlamına gelir. Bunlar kaçınılmaz eğilimlerdir. Ve insanın gönül ilişkilerinde de en üst düzeyde birine uyumlanmış olma duygusunun hemen ardından yaşanan düş kırıklıklarıyla birlikte

gerileme, kabaran suların çekilmesi aşaması gelir; gelir gelmez de ötekinin ilişkiyi bozup gitmesini önlemek kaygısıyla gerçekleştirilen beyhude girişimler. Bu konuda da bir kez daha Sartre'a kulak verebiliriz [19, s.467]:

> kendini ötekinin müdahalesinden kurtarmaya çalışırken, öteki benim müdahalemden kurtulmaya çalışır; ötekine boyun eğdirmeye çalışırken, öteki bana boyun eğdirmeye çalışır. Burada söz konusu olan kendinde bir nesne ile tek yanlı kurulmuş bir bağ değil, karşılıklı ve birbirini rahatsız edici ilişkilerdir."

Her uzlaşma, her işbirliği, benim onu nasıl olmasını *istiyorsam* kendiliğinden öyle olmasını *zorunlu* önkoşul olarak aradığından, ister istemez gelip "kendiliğinden davran" paradoksuyla karşı karşıya kalacaktır.

2. "Gerçeklik" duygusunu edinmemiz için ötekinin oynaması gereken rolü ona kabul ettirebilecek bir başka nedeni -yani bu akrobatik çabaların karşılığında bu çabaları karşılayacak "ücreti"- gözden geçirecek olursak gelip dayanacağımız kaçınılmaz son biraz daha belirginleşir. Bu bağlamda örnek ararken insanın aklına hemen fahişelik geliyor. Müşteri, bilindiği gibi fahişenin sadece para için değil, aynı zamanda gerçekten istediği için kendisini ona vermesini bekler (Şu enfes "gerçek, gerçekten" kavramının ikide bir de işe nasıl karıştığını görüyorsunuz). Neyse; yetenekli bir orospu, karşısındakinde bu yanılsamayı uyandırıp korumayı gayet iyi beceriyor gi-

bidir. Ama daha az yetenekli, acemi fahişelerin söz konusu olduğu durumlarda, işin tam da bu noktasında müşterinin hayal kırıklığı büyük olmaktadır. Ama müşterinin aklının başına gelmesi ya da ilişkiden ötürü pişmanlık duyması durumu, yalnızca fahişelik alanına özgü değildir; bu türden birliktelik, uzlaşma öğelerinin herhangi bir ilişkiye sızdığı her yerde kaçınılmaz olarak ortaya çıkma eğilimi gösterir. Bir sadist -der şu ünlü espri- bir mazoşiste sevimli gelen biridir. Birçok eşcinsel ilişkinin sorunu, tarafların "gerçek" bir erkek ile ilişki kurmaya can atmaları, ama ilişki kurdukları kişinin de ister istemez "sadece" bir eşcinsel olduğunu saptamak zorunda kalmalarıdır.

Jean Genet [4] *Balkon* adlı oyununda bu tertiplenmiş ilişkiler dünyasının enfes ve ustaca bir görünümünü sunar. Madam Irma süper bir genelevin yöneticisidir. Müşteriler bu evde, elbette ücret karşılığı, kendilerini tamamlatıcı rolleri ötekine oynatma, başka deyişle bu tamamlatıcılığı kiralama olanağına sahiptirler. Evin bir köşesinde madam, müşterilerini tanıtır: Krallara özgü çeşitli merasimler ve debdebelerle karşılanmış, Fransa'dan gelme iki kral; batmakta olan destroyerinin kaptan köşkünde bir amiral, durmadan dua eden, ibadet halinde bir piskopos; yargılama durumunda bir yargıç, eyer üstünde bir general; Aziz Sebastian; İsa'nın kendisi (ve bütün bunlar kentte devrim ayyuka sarmış, kuzey kesimler çoktan düşman eline geçmişken olup bitmektedir). Gelgelelim Madam Irma'nın iyi organizasyonuna karşın, niyet ne kadar iyi olursa olsun, bütün bunların ücreti

ödenen bir oyun olma gerçeğinin üstünü örtmek olanaksız olduğu ve ayrıca kiralanmış tamamlayıcı eşler, rollerini çoğunlukla -müşterinin kendi "gerçekliğini" yaşamayı hayal ettiği biçimde- ona yaşatmayı başaracak kadar iyi oynayamadıkları ya da oynamak istemedikleri için, ortaya ikide bir hayal kırıklığı doğuran aksaklıklar çıkmaktadır. örneğin "yargıç" "hırsız" kıza şöyle der:

Yargıç olarak varlığım kaynağını senin hırsız olarak sahip olduğun varlıktan alıyor. Olduğun insanı yadsısaydın eğer... Ama sakın yapma bunu... Bir yadsısaydın bunu -olduğun şeyi, yani olduğun kişiyi- o zaman varlık nedenimi yitirir... Yok olur, kaybolur giderdim. Ölürdüm. Havaya karışırdım. Hiçleşirdim. Buradan çıkan sonuç: İyiliğin kaynağı... Yani? Yani? Yadsımayacaksın değil mi bunu? Bir hırsız olduğunu inkâr etmeyeceksin değil mi? Kötülük edersin. Bir cinayet olur bu. Varlık nedenimi ortadan kaldırırsın! (*Yalvarır*). Söyle bana, yavrum, sevgilim, inkâr etmeyeceksin değil mi?

Hırsız Kadın, *cilveli*: Kimbilir.

Yargıç: Nasıl? Neler diyorsun sen? Beni red mi edeceksin? Nerede olduğunu söyle bana. Neler çaldığını da söyle.

Hırsız Kadm, *heyecansız, yerinden kalkar*: Hayır.

Yargıç: Nerede söyle? Zalimlik etme...

Hırsız Kadın: Bana sen diye hitap etmeyin bakalım.

Yargıç: Küçük hanım... Bayan. Rica ediyorum size. (*Diz çöker.*) Bakın, önünüzde yalvarıyorum. Yargıç olmayı beklerken beni böyle bir konumda bırakmayın. Yargıçlar ol-

masa ne olurdu halimiz, ama ya bir de hırsızlar olmasaydı?*

Oyun Madam Irma'nın o yoğun çalışma gününün, daha doğrusu çalışma gecesinin ardından seyirciye söylediği şu sözlerle biter: "Hadi artık yuvanıza dönmeniz gerekiyor; her şeyin -bundan kesinlikle emin olabilirsiniz- buradakinden daha yapay olduğu evinize" ve son ışıkları da söndürürken "Lütfen, çıkışlar sağdandır!" (Sahnenin gerisinden bir makineli tüfeğin sesleri.)

* Balkon, Jean Genet, Çev: Uğur Ün, 1990, Ayrıntı Yayınları, s. 29-30.

Çılgın yabancılar

Birçok acı hakikat gibi Madam Irma'nın kapanış sözleri de herhalde seyircinin pek hoşuna gitmemiştir. Kendi dünyamızın yalan ve yapaylık üzerine kurulmuş olduğunun bize anımsatılmasından pek hoşlanmayız. Bizim kendi dünyamız hakiki, doğru olan dünya*dır*; *başkalarınınki* ise çılgın, yalan, sahte, yanılsatıcı, tuhaftır. İşte buradan da konumuza bol bol sermaye türetebiliriz.

Korkmayın, bir ülkenin yabancı uyruklu azınlıkları ile kendi yurttaşları arasındaki gerginliklerin nasıl

ve niçin meydana geldiği tartışmasına bilgece sözlerle katılacak değilim; ayrıca buna yetkim de yok. Sorun dünya çapında bir sorundur: ABD'deki Meksikalılar, Vietnamlılar ya da Haitililer, Fransa'daki Kuzey Afrikalılar, Afrika'daki Hintliler, İsviçre'deki İtalyanlar, Almanya'daki Türkler (Filistinlilerin, Ermenilerin, Dürzi ve Şiilerin sorunlarını bir yana bıraktık diyelim) -bu listenin kolay kolay sonu gelmez-.

Hayır, yabancıya kişisel olarak kızmak ve onu reddetmek için salt kişisel temaslar ya da hatta bire bir, doğrudan gözlemler yeter de artar bile; ister kendi ülkenizde olsun, ister onun ülkesinde. Bir zamanlar yemekten sonra geğirmek, yemeğin iyi olduğunu gösteren bir kompliman sayılırdı; bugün artık sayılmıyor; ortalıkta lafı çok edildi çünkü. Ama belki ara sıra ağzı şapırdatmanın da dişler arasından dışarıdan duyulacak şekilde ağıza hava çekmenin bugün Japonlar için hâlâ yemeğin güzelliğini belirtir bir tepki olduğunu bilenniz azdır. Ya da Latin Amerika'nın herhangi bir yerinde, bir kimsenin boyunun yüksekliğini gösterebilmek için biz Avrupalılara son derece olağan gelecek bir hareketle, bir elini yatay tutup kolunu o kişinin hayali boy yüksekliğinde kaldırıp "şu kadar" diye gösterme hareketinin o kişiyi adamakıllı sevimsiz duruma düşürdüğünü biliyor muydunuz? Orada sadece hayvanların yüksekliği böyle tarif edilebilir.

Ve sözü hazır Latin Amerika'ya getirmişken: *Latin âşığın* erkekliğin en parlak timsali olarak ünlü olduğunu (Anglo-Amerikan dünyaya yabancı bile

olsanız) bilmeyeniniz yoktur. Sözü geçen bu dünyanın sınırları içinde Latin âşık başlıca marifetlerini icra eder durur. Aslında sevimli, zararsız bir varlıktır. Oynadığı rol, hâlâ bugün bile sosyal düzeni büyük ölçüde çok kesin sınırlarla çizilmiş Latin Amerika toplumunun bu yapısına gayet güzel uyumlanmıştır. Anlayacağınız toplumun üst tabakası denen seçkin kesimlerde en azından (resmen) herhangi bir evlilik dışı kaçamak alabildiğine zordur ve çok sert engellere çarpar. Bu yüzden *Latin erkeği* aşkından, tutkusundan hasret içinde bitip tükenen âşık tavrını rahatlıkla sürdürebilir; çünkü bu tavır, ateşli, üstünden cinsellik damlayan, ama hiçbir ödün ve uzlaşmaya yanaşmayan dünyalar güzeli Latin kızlarının davranışına tam karşılık gelmektedir. Bu yüzden Latin Amerika halk şarkılarının (ve en başta gerçekten nostaljik güzellikteki *Bolero*'ların), oldum olası bir türlü kavuşamayan sevdalıların, ulaşılmaz sevgililerin acısını, kavuşmanın hemen az öncesindeki önü alınmaz ayrılık kederini ya da *Ultima Noche*'nin (ilk gecenin) (ilk ve ister istemez son gecenin) insanı gözyaşlarına boğan harikalığını, romantik bir tarzda yüceltmeleri boşuna değildir. Ama bir yabancı bu şarkılardan şöyle hatırı sayılır bir miktar dinledikten sonra yavaş yavaş böyle olması şart mı diye sormadan edemez. Yanıt: Aslında şarttır.

Şimdi bu *Latin âşığı*, ABD'ye ya da İskandinav ülkelerine ihraç edelim; kadın ilişkisi sorununa adamakıllı katkıda bulunmuş oluruz. Çünkü âşığımız alışageldiği gibi buralardaki dilberler için de yanıp tutuşmaya, onlara kur yapmaya başlayacaktır. Ne var

ki buradakilerin oyun kuralları bambaşkadır: Anlayacağınız Latin Amerika'daki kadınlardan kat kat daha serbesttirler, bu nedenle de âşığımızı ciddiye alarak ona yüz vereceklerdir. Gelgelelim bizimki böyle bir şeye hazır değildir; çünkü *onun* sanatının kurallarına göre kadınlar, kızlar, onu ya terslemelidirler ya da nikâh gecesini bekle deyip avutmalıdırlar. Bu durumun çok şey uman beklenti içindeki bayanlarda yaratacağı hayal kırıcı karmaşık sorunları ve Latin âşığın *Ultima Noche* mitosuna göre ayarlanmış iş becerme yeteneğinin karşısına dikilecek umut kırıcı güçlükleri kafamızda canlandırmamız güç olmasa gerekir. Bir kez daha, varmaktansa umutla yolculuk etmenin çok daha iyi olduğunu görmüş oluyoruz.

İtalyan kadınları son yıllarda özgürleşim yolunda önemli adımlar atalı beri benzer sorunlar İtalyan erkeklerinin de başına musallat olmuşa benzemektedir. Eskiden İtalyan erkeği, ateşli bir erkek gibi davranmayı bir görev sayar; böyle de davranabilirdi. Göze alacağı tehlike küçüktü, çünkü dişinin onu (çoğunlukla) geri çevireceğine kesin gözüyle bakabilirdi. Erkeğin bir kadına asılırken temel bir ilkesi vardı: Kim olursa olsun, herhangi bir kadınla beş dakikadan fazla bir süre yalnız kalıp da ona asılmaz ya da sarılmazsam eşcinsel olduğumu sanar. Oysa kadınlar bu meselede daha rahat ve daha açık davranmaya başlayalı beri şöyle el altındaki psikiyatri istatistiklerinin verilerine bakacak olursak, ortaya bir sorun çıkmışa benzemektedir. Cinsel yetersizlikten mustarip, tedavi gören İtalyan erkeklerinin sayısı hızla art-

maktadır. Ancak ve ancak erkeğin karşısındaki kadının, erkeğin davranışını tamamlayacak "doğru" tavrı benimsemesi ve onu anaç, himaye edici bir tutumla reddetmesi kesinse alışılageldik biçimde ateşli, tutkulu ve hızlı bir erkek gibi *davranmanın* pek bir tehlikesi yoktur.

Buna karşılık biz Avrupalıların ABD'de *Latin âşığın* yanılgısının tam tersi bir yanılgıya düşmemiz de çok kolaydır. Tanımadık birinin gözlerinin içine bakmanız için burada size tanınan süre çok kısadır. Bu süre şöyle bir saniye bile aşılsa ABD ve Avrupa'da çok farklı sonuçlarla karşılaşırsınız. Bizim Avrupa'da karşımızdaki bu durumdan şüphelenir, bakışlarla kurulmuş teması koparır ve gözden kaybolur. Kuzey Amerika'da ise erkek, gülümser (hele kadınsa muhakkak gülümseyecektir). Bu, en çekingen kimseyi bile, bu kişi bana özel bir yakınlık duyuyor diye düşünmeye hani "ilk bakışta aşk" denir ya işte öyle bir şeyin doğduğu varsayımına itecektir. Kişi, şansım açık diye düşünmeden edemeyecektir. Oysa kadının ya da kızın böyle bir niyeti kesinlikle bulunmamaktadır. Sadece, burada oyunun kuralları değişiktir o kadar.

Niçin bu her ulustan insanı aynı kaba koyduğumuz aldatıcı budunbilimsel incileri döktürüyoruz ki sanki? Söyleyelim: Elbette bilgimizin evrenselliğini göstererek sizi etkilemek için değil, sadece bu reçeteyi kullanarak dış ülkelerdeki gezinizin yanı sıra, ülkenizdeki yabancının da gezisinin ya da burada geçirdiği günlerin alabildiğine hayal kırıcı olmasını sağlayıp burnundan getirebilesiniz diye. Gene düşü-

nebileceğiniz en basit ilkeye başvurmanız yeter: Bütün karşı kanıtlara ve aksinin ispat edilmiş olmasına hiç aldırış etmeksizin kendi davranış ve tutumunuzun bütün koşullar altında olağan ve normal olduğunu varsayın. Böylece aynı koşullar altındaki ya da aynı durumdaki bütün öteki tutum ve davranışlar kaçıkça ya da en azından salakça olup "çıkacaklardır."

Bir oyun olarak yaşam

Yaşam bir oyundur ve bu oyunun birinci kuralı, yaşamın bir oyun olmayıp ölümüne ciddi olduğu kuralıdır, diyen özdeyiş, Amerikalı psikolog Alan Watt'ındır. Ve Laing, *Düğümler*'de şunları yazarken belli ki aynı şeyleri düşünüyordu: "Bir oyun oynuyorsunuz. Bir oyun oynamamayı oynuyorsunuz. Size oynadığınızı gösterdiğimde, oyunun kurallarını bozmuş olacağım, siz de beni cezalandıracaksınız. [9, s.7]

Mutsuzluğa giden yolun izini sürerken başarılı bir biçimde mutsuz olmanın temel koşullarından birinin;

sağ eli, sol elin yaptığından haberdar etmemek olduğunu söylemiştik. Böylelikle Watt'ın ya da Laing'in oyununu kendi kendinize oynayabilirsiniz.

Bunlar öyle boş hayaller değil, uzun süreden beri yüksek matematiğin bir kolu olan oyun kuramı, bu ve benzeri sorularla uğraşmaktadır. Çalışmamızın en son esinini bu alandan alacağız. Kolaylıkla düşünebileceğimiz gibi "oyun" kavramı, matematikçi için, çocuğun oynadığı oyun anlamına gelmemektedir. Matematikçi için oyun, kavramsal bir çerçeve oluşturur; bu çerçeve içinde mümkün olan en iyi oyun davranışını belirleyen kurallar geçerlidirler. İnsanın bu kuralları anlaması ve giderek doğru uygulaması durumunda kazanma şansını artırabileceğini biliyoruz.

Bizim konumuz açısından sıfır toplamlar oyunu ile sıfır olmayan toplamlar oyununu birbirinden ayırt etmek, hem genelde hem de ilkesel bir önem taşır. Önce sıfır toplamlar oyunlarının mantıksal sınıfına bir göz atalım. Oyunculardan birinin kaybının ötekinin kazancını gösterdiği bütün sayısız oyunlar bu sınıfa girerler. Bu nedenle kazanç ve kayıp bir arada sayıldıklarında toplam hep sıfır çıkar. Her basit bahis bu ilkeye dayanır (Bu türden başka çok karmaşık oyunların varlığı bizi ilgilendirmiyor).

Sıfır olmayan toplamlar oyunu ise adından da anlaşılabileceği gibi kazanç ile kaybın birbirlerini denkleştirmedikleri oyunlardır. Bu, kazanç ve kayıp toplamının sıfırın üstünde ya da altında olabileceği anlamına gelmektedir. Dolayısıyla böyle bir oyunda *diğer* oyuncu da (ikiden fazla kişiyle oynanıyorsa

herkes) kazanabilir *ya da* kaybedebilir. İlk bakışta belki ne dediğimiz anlaşılmamaktadır, -ama aklımıza hemen anlamayı kolaylaştırıcı kimi örnekler geliyor-. Bir grevi ele alalım. Genellikle grevlerde rol oynayan tarafların *ikisi de* kaybeder; işletme ve çalışanlar. Çünkü bu çekişmenin sonucunda taraflardan biri, ötekine göre nihayet daha avantajlı duruma geçse de bir tarafın kaybı ile öteki tarafın kazancının toplamı kesinlikle sıfır değildir.

Öte yandan grev sonucunda ortaya çıkan üretim kayıplarının rakip bir işletmenin işine yaradığını ve hiçbir zaman satamadığından daha fazla mal sattığını düşünelim. Bu durumda gene bir sıfır toplamlar oyunuyla karşı karşıya olabiliriz. Çünkü ikinci firmanın kazandığıyla birinci firmanın kaybının toplamı sıfır olabilir. Ama faturayı ilk firmanın yönetici elemanları ve işçileri ödeyeceklerdir. Çünkü her *ikisi* de kaybetmişlerdir.

Fabrika yönetimi ile çalışanlar arasında ya da matematiğin soyut alanlarında irdelediğimiz bu sorunu insan ilişkileri alanına taşıyalım. İki taraf arasındaki bir ilişki sıfır toplamlar oyunu mudur, sıfır olmayan toplamlar oyunu mu? Bu soruyu yanıtlayabilmek için taraflardan birinin "kayıplarının" ötekinin "kazançlar" hanesine yazılıp yazılamayacağına bir bakmamız gerekir.

Ve burada yollar ve düşünceler ayrılmaktadır. Kendimizin haklı, karşımızdakinin haksız ve yanılgı içinde (zarar) olduğunu ispatlamakla elde edeceğimiz kazanç, sıfır toplamlar oyununun bir örneği olarak anlaşılabilir. Ve birçok başka ilişki de böyledir.

İlişkileri böyle bir oyuna dönüştürebilmek için iki taraftan birinin yaşamın kendisini, sadece kazanma ile kaybetme seçeneği sunan sıfır toplamlar oyunu olarak görmesi yeterlidir. Ötekinin felsefesi başlangıçta bu yönde koşullanmamış bile olsa bundan sonrası hiç zahmetsiz kendiliğinden gelecektir. Anlayacağınız, ilişkiler düzleminde sıfır toplam oyunu oynamaya başlayın, inanın çok geçmeden nesne düzlemindeki ilişkilerin de içine edildiğini göreceksiniz. Çünkü sıfır toplamlar oyunu oynayanların, karşılıklı olarak birbirlerinin hakkından gelmekten, dolayısıyla da kazanan olmaktan başka bir şey düşünmedikleri için kolayca gözden kaçırdıkları olgu, asıl büyük rakibin, yalnızca (görünürde) kıs kıs gülen üçüncünün, yani yaşamın karşısında *her ikisinin* de kaybeden tarafta olduklarıdır.

Yaşamın bir sıfır olmayan toplamlar oyunu olduğunu görmek bize niçin böylesine zor geliyor? Yenilmemek için oyun arkadaşımızı ille de yenmemiz gerektiği saplantısından kurtulduğumuz anda birlikte kazanabileceğimizi niçin görmüyoruz? Ve sıfır toplamlar oyununu alışkanlık haline getirmiş oyuncu için, o büyük rakip ile yani yaşam ile uyum ve barışıklık içinde yaşanabileceğini kavramak bu kadar güç mü?

Ama işte gene yanıtı ima edilen ve Nietzsche'nin *İyi ile Kötünün Ötesinde* adlı çalışmasında, çılgınlığın bireylerde ender görülürken insan öbeklerinde, uluslarda ve tarihsel dönemlerde âdeta kural olduğunu söyleyerek yanıtladığı bir soru soruyorum aslında. Peki de biz sıradan faniler, bizimle karşılaştırıl-

mayacak kadar güçlü olan sıfır toplamlar oyuncuları olan örneğin politikacılardan, yurtseverlerden, ideologlardan, hatta süper güçlerden daha akıllı olduğumuzu nereden çıkarıyoruz? Gözünüzü yumup daha da üstüne gidin hadi bakalım, daha çok düşman, daha çok şan ve şeref, isterse geride kalan her şey tuz buz olsun...

Sonsöz

(Bu) oyunun oyun değil de ölümüne ciddi bir şey olduğunu söyleyen temel kural, yaşamı yalnızca ölümün son verebileceği sonsuz bir oyuna dönüştürüyor. Ve -sanki bu durum yeterince paradoksal değilmiş gibi- burada karşımıza ikinci bir paradoks çıkıyor: Bu ölümüne ciddi oyuna son verebilecek biricik kural bu oyunun kurallarından değildir. Bu kural için hepsi aynı anlama gelen birçok ad bulunmaktadır: Centilmenlik, güven, hoşgörü.

Ormana nasıl bağırırsan öyle yankı yapar. Bunu

bize daha çocukken söylemişlerdi. Bunu zaten biliyoruz; ama buna inananlar yalnızca birkaç mutlu kişi. Çünkü inansak mutsuzluğumuzun yaratıcısı olduğumuzu anlamakla kalmaz, mutluluğumuzu da kendimiz yaratabiliriz.

Bu kılavuz Dostoyevski ile başlamıştı, onunla bitsin. *Ecinniler*'de Dostoyevski'nin yaratıp yaratacağı en iki kişilikli kimselerden biri şöyle der: "Her şey güzel, her şey. İnsan mutlu olduğunu bilmediği için mutsuzdur. Sırf bu yüzden. Hepsi bu, hepsi! Bunu fark eden hemen mutlu olacaktır; anında, oracıkta..."

İşte çözüm böylesine umutsuzluk verecek kadar kolay.

Kaynakça

1. Carroll, Lewis: *Alice im Wunderland und Alice hinter den Spiegeln.* Çeviren ve yayımlayan Christian Enzensberger, Insel, Frankfurt/M. 1963, s. 232 ve devamı.

2. Elster, Jon: *Ulysses and the Sirens: Studies in Rationality and Irrationality.* Cambridge University Press, Cambridge ve Editions de la Maison des Sciences de l'Homme, Paris 1979.

3. Fairlie, Henry: "My Favorite Sociologist". *The New Republik*, 7. 10. 1978, s. 43.

4. Genet, Jean: *Der Balkon*, in: Jean Genet: *Alle Dramen.* Merlin, Hamburg/Gifkendorf 1980.

5. Greenburg, Dan: *How to be a Jewish Mother.* Price/Stern/Sloane, Los Angeles, 1974.

6. Greenburg, Dan: *How to Make Yourself Miserable*, Random House, New York 1966.

7. Gulotta, Guglielmo: *Commedie e drammi nel matrimonio.* Feltrinelli, Mailand 1976.

8. Kubie, Lawrence S.: "The Destructive Potential in Humor". *Am. Journal of Psychiatry* 127: 861-6, 1971.

9. Laing, Ronald D.: *Knoten.* Almancası: Herbert Elbrecht, Rowohlt Taschenbuch, Reinbek b. Hamburg 1972.

10. Maryn, Mike, *San Francisco Chronicle*'den alıntılanmıştır, 28.7.1977, s.1.

11. Mitscherlich, Alexander ve Gert Kalow: *Glück - Gerechtigkeit: Gespräche über zwei Hauptworte*. Piper, München 1976.

12. Morisette, Rodolphe ve Luc: *Petit manuel de guérilla matrimoniale: L'Art de réussir son divorce*. Ferron, Montreal 1973.

13. Orwell, George: *Rache ist sauer*. Ausgewählte Essays, Bd. 2. Almancası: Felix Gasbarra. Diogenes, Zürich 1975.

14. Parkinson, Cyril N.: *Parkinsons Gesetz und andere Untersuchungen über die Verwaltung*. Almancası: Richard Kaufmann. Econ, Düsseldorf 1958.

15. Parkinson, Cyril N.: *Mrs. Parkinsons Gesetz und andere Untersuchungen auf dem Gebiet der Hauswirtschaft*. Almancası: Ursula v. Zedlitz. Droemer Knaur, München/Zürich 1971.

16. Peter, Lawrence J.: *Das Peter-Prinzip oder die Hierarchie der Unfähigen*. Almancası: Michael Jungblut. Rowohlt, Reinbek b. Hamburg 1970.

17. Potter, Stephen: *The Complete Upmanship: Including Gamesmanship, Lifemanship, One-Upmanship, Supermanship*. Holt, Rinehart&Winston New York 1971.

18. Ross, Nancy Wilson (Hrsg.): "The Subjugation of a Ghost", in *The World of Zen*, Random House, New York 1960.

19. Sartre, Jean Paul: *Das Sein und das Nichts*. Almancası: Justus Streller. Rowohlt, Reinbek b. Hamburg 1952.

20. Selvini Palazzoli, Mara, et al.: *Der entzauberte Magier*. Almancası: Ulrike Stopfel. Klett-Cotta, Stuttgart 1978.

21. Shakespeare, William: *Hamlet*. Almancası: Richard Flatter. Walter Krieg, Wien 1954, s. 73.

22. Spaemann, Robert: "Philosophie als Lehre vom glücklichen Leben". *Neue Zürcher Zeitung*, nr. 260, 5./6.11.1977, s. 66.

23. Thayer, Lee: "The Functions of Incompetence". In: *Festschrift for Henry Margenau*, hrsg. von. E. Laszlo und Emily B. Sellow. Gordon&Breach, New York 1975.

Mutsuzluk Kılavuzu ağlayan ya da gülen bir gözle okunabilir. Her okur kendinden bir şeyler bulabilir. Pireyi deve yaparak gündelik hayatımızı nasıl katlanılmaz hale getirdiğimizi görebilir.

Ötekinin yenilgisinin benim zaferimi, onun yitirdiklerinin benim kazanımımı oluşturduğu bir oyun oynuyoruz bu dünyada. Yitirilenler ile kazanılanların toplamının sıfır olduğu bir oyun: Sıfır toplamlar oyunu...

Kendi yaşamımız kadar başkalarının da yaşamını cehenneme çevirmek için elimizden geleni hâlâ yapamadığımız duygusunu taşıyorsak Watzlawick'e teşekkür etmemiz gerekir. Zira, mutsuz olmak için müthiş bir yöntem öneriyor bize. Sonuç da garantili!..

Mutlu olma yolunu gösteren "saçma sapan" binlerce reçeteden bıktıysanız ve hayatınızda yeni bir "mutluluk oyununa" şiddetle ihtiyaç varsa **Mutsuzluk Kılavuzu** aradığınız kaynak.



3. BASIM

AYRINTI • DİZİ DIŞI
ISBN 975-539-047-2