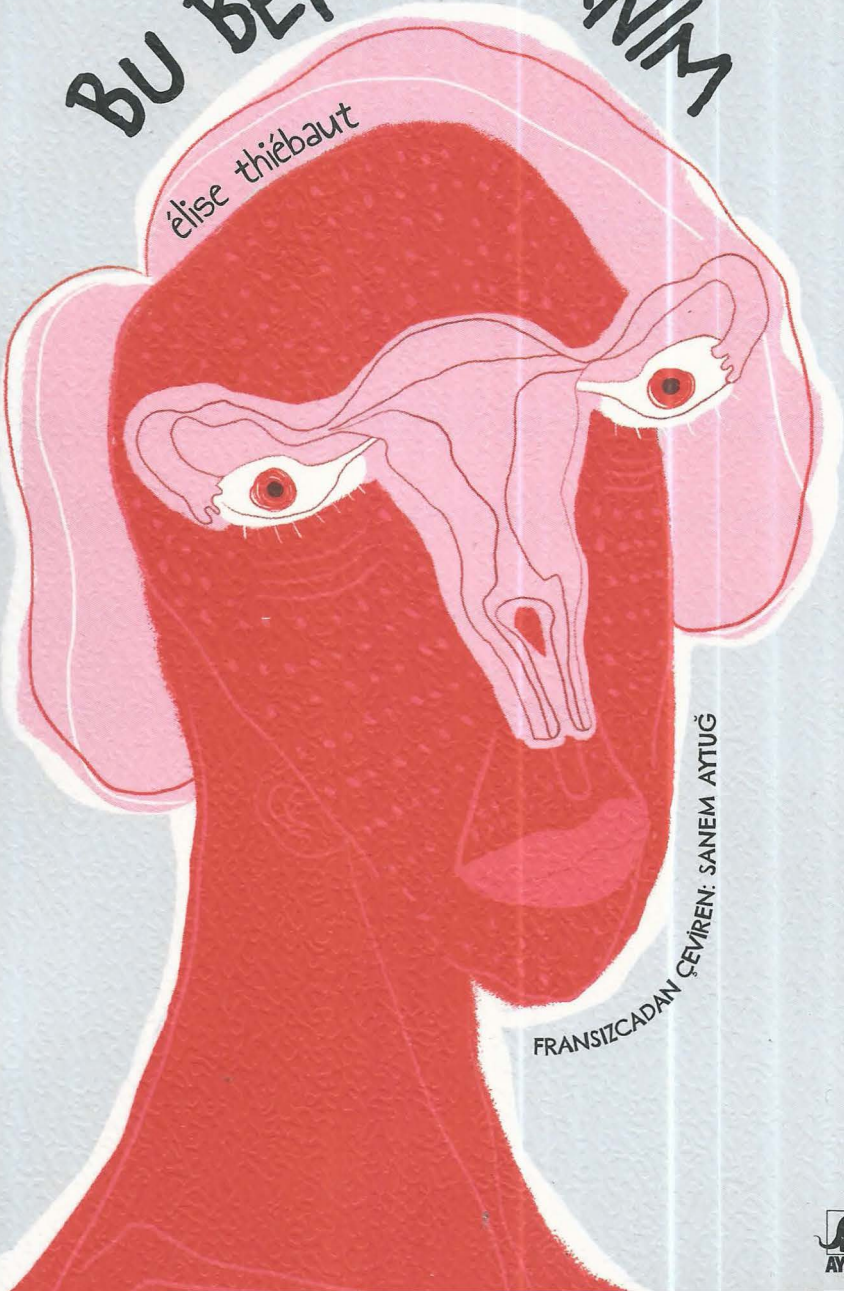
1

KADIN

BU BENİM KANIM

élise thiébaut



FRANSIZCADAN ÇEVİREN: SANEM AYTUĞ

AYRINTI

BU BENİM KANIM

Élise Thiébaut

1235

ÉLISE THIÉBAUT

1962 yılında doğan feminist yazar Thiébaut, ana akım medyada ve çeşitli kurumsal firmalarda editörlük ve gazetecilik yaptı. Paris'te reklam ajanslarında metin yazarı olarak çalıştı. 1991 yılı itibariyle, görsel medya üzerine geliştirdiği özel uzmanlık alanı doğrultusunda, Louvre Müzesi'nde bilgilendirme ve yönlendirme kavramını geliştirmek üzerine çalışmalar yaptı. Çeşitli işaret tasarımı ve sergi projelerine katıldı. Paris toplu taşıma ağı için duraklarda kalıcı olarak kurulan metronun tarihi üzerine oluşturulan 150 panonun yanı sıra, Musée de l'Assistance Publique ve Conservatoire national des arts et métiers'deki panoların da tasarımını yaptı. 2004 yılından beri Cenevre Sanat ve Tasarım Okulu'nda (Head-Genève) iletişim ve işaret tasarımı üzerine öğretim üyesi olarak çalışmaktadır. *Guide pratique de l'apocalypse*, *Le Théâtre du feu, Moktar et le Noyer centenaire* ve genital sakatlamayı konu edinen *Le Pacte d'Awa* kitaplarını yazdı. Güncel feminist dergi Clara Magazine'de gazetecilik yapmayı sürdüren yazar, "Avocats sans frontières-France"ın üyesidir; özellikle Nijerya'daki Amina Lawal davasında "Recm karşıtı" projeye destek vermiştir. Esin kaynağını modern dünyadaki kadınlık durumundan ve onun fiziksel ve psikolojik şiddetin normalleştirildiği politik temsilinden alan Thiébaut, bu bağlamda gençlere yönelik bir dizi kitap yayımlamıştır.

2017 yılında yayımladığı *Bu Benim Kanım*'da âdet kanı tabusunun hikayesini farklı bakış açılarıyla sosyal, tarihsel, mitolojik, dinsel yönden incelemiştir.

Ayrıntı: 1235 • Kadın Dizisi: 1

Bu Benim Kanım • *Âdetin Kısa Hikâyesi - Yaşayan Kadınlar ve Yaratan Erkeklerden* • Élise Thiébaut

Kitabın Özgün Adı: Ceci est mon sang • *Petite histoire des règles, de celles qui les ont et de ceux qui les font*

Fransızcadan Çeviren: Sanem Işıl Aytuğ • Dizi Editörü: Gökçe Alper
Yayıma Hazırlayan: Gökçe Yavaş • Son Okuma: Öykü Badur

© Editions LA DÉCOUVERTE, Paris, France, 2017 • Bu kitabın Türkçe yayım hakları Ayrıntı Yayınları'na aittir.

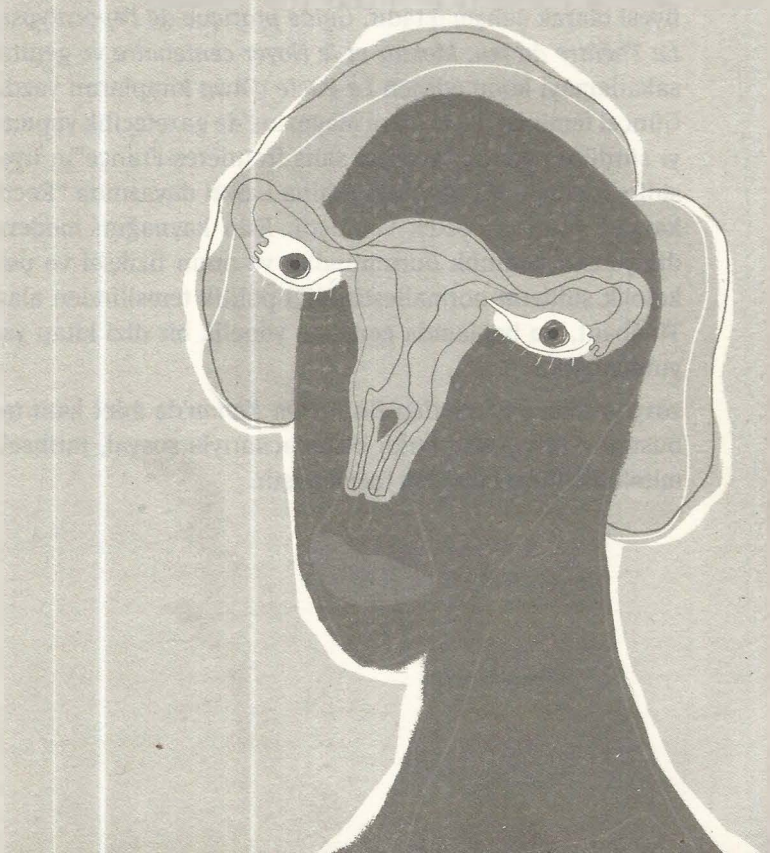
Kapak Tasarım: Gökçe Alper • Kapak İllüstrasyonu: Gizem Yonca Akgün • Dizgi: Esin Yetiş

Baskı ve Cilt: Ali Laçin - Barış Matbaa-Mücellit Davutpaşa Cad. Güven San. Sit. C Blok No. 286
Topkapı/Zeytinburnu - İstanbul - Tel. 0212 567 11 00 • Sertifika No: 33160

Birinci Basım: Eylül 2018 • Baskı Adedi 2000 • ISBN 978-605-314-324-6 • Sertifika No.: 10704

AYRINTI YAYINLARI Basım Dağıtım San. ve Tic. A.Ş. Hobyar Mah. Cemal Nadir Sok. No.: 3 Cağaloğlu – İstanbul
TEL.: (0212) 512 15 00 FAKS: (0212) 512 15 11 • www.ayrintiyayinlari.com.tr info@ayrintiyayinlari.com.tr

twitter.com/ayrintiyayinevi facebook.com/ayrintiyayinevi instagram.com/ayrintiyayinlari

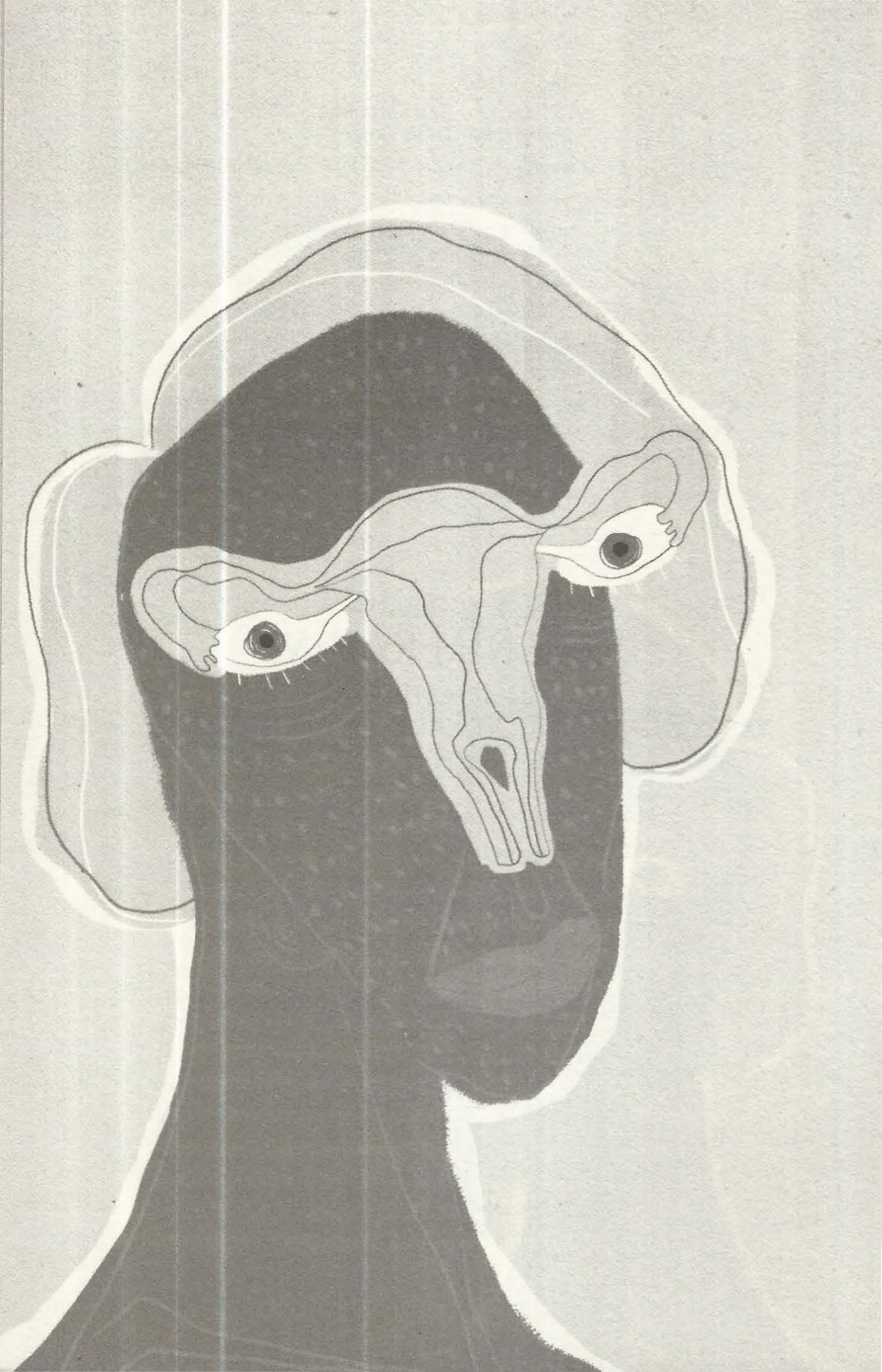


ÉLİSE THİÉBAUT

BU BENİM KANIM

ÂDETİN KISA HİKÂYESİ
YAŞAYAN KADINLAR VE YARATAN ERKEKLERDEN





Kızım Nora
Annem Marie
Büyükannelerim Simone ve Betty
ve Bri'ye

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜRLER 11
GİRİŞ: KAN TABUSU 13
1 NUMARALI TABU 15
KENDİ ÂDETİM 18

KAN DÖKÜLECEK 21
KÜÇÜK UCUBE OOSİT 23
ÂDETE KARŞI GELMEK: BONOBOLARA GÖRE ÖZGÜRLÜK .. 26
RAHİM İÇ TABAKASININ ÖLÇÜLÜ CAZİBESİ 27
CARRIE GÜNAH TOHUMU 30
İLK ÂDET VE SON TOKAT 32
CANIM ERGENLİK 36

DİŞE DİŞ KANA KAN 39
SOLMUŞ MENEKŞE KOKUSU MU? 41
KOD ADI: KELEBEK KANATLARI 44
HİPOKRAT YEMİNİ 45
YAŞLI PLİNİUS'UN PENCERESİNDEN 47
KAN MI KIZILCIK ŞERBETİ Mİ? 49
BİRKAÇ YUMURTA KIRMADAN MAYONEZ YAPILMAZ 51
TEHLİKE KORKUSU 52
TABU VE DAMGA, HATTA SAVAŞ? 55

LANETLİ KAN 61
AYICIKLAR 62
ARTEMİS KEMER SIKTIĞINDA 65
İPHİGENEİA'NIN DEHASI 68
YA ERKEKLER ÂDET OLSAYDI? 70
ÜÇ TEKTANRILI DİNDE ÂDETLERE UYGUN KANAMAK 75
DİŞİ KEDİLERİN İSYANI 79

GÖRMEMEM GEREKEN ŞU KANI SAKLAYIN 81
MARATON ÂDETLERİ 82
MODADAN BAHSEDELİM 87
KEMERDEN TAMPONA 91
KÂRLI KANLI PARA 94
VAJİNAL FLORANIN SAVAŞ ALANI 97
TOKSİK ŞOK SENDROMU: BİR STEPHEN KİNG ROMANI 99
MESLEKİ SIRLAR 102
ORGANİK ÜRÜNLERE GEÇMEK Mİ? 105

KANLI CANLI DOĞAL ÇÖZÜMLER 109
PEMBE VERGİ: İHTİYAÇ YASA TANIMAZ 110
MENSTRÜEL KABI TAŞIRAN SON DAMLA 114
SÜNGER BOB İLE SEVİŞMEK 117
ATMAYIN ARTIK! 119
SERBEST İÇGÜDÜSEL KANAMA 123
SANAT ÂDETLERİ 125

KANAYANA KADAR SAYDIM 129
AY'A SORDUM 131
MADAM CYCLOPEDE'İN BİR DAKİKASI** 136
MUCİZEVİ BILLINGS METODU 140
HAP YA DA ÂDETİN SONU 143
EŞZAMANLILIK: BİZ, KADINLAR 147
SANAL VAJİNALAR 150

KÖTÜ KAN 155
BİR BİLSEN... 158
GENİTAL SEMPATİ 161
ÂDET ÖNCESİ GERGİNLİK SENDROMUNUN 165
BÜYÜK İKRAMİYESİ 165
YUMURTALIKTA KIYAMET 168
ÜREME YASAĞI 172
ENDOMETRİOZİSİN BİLİNMEYENLERİ 177
HİSTERİ, ŞEYTAN ÇIKARMA VE CADILAR 182

KANLI HİKÂYE 185
KOKTEYLLER VE SİMYA İKSİRLERİ 187
ÂDET KANINDAKİ KÖK HÜCRELER 190
KÜLTÜRLENELİM 193
100.000 MİLYAR HÜCRE VE BEN VE BEN VE BEN 195
EBEDİ HAYAT YOLUNDA? 198
ÂDET BANKALARI 202

SONUÇ: YA ÂDETLER DEĞİŞTİRİLMİŞ OLSAYDI? 205

TEŞEKKÜRLER

Bu kitap yaklaşık 20 yıl boyunca; genelde ortaklaşa gerçekleştirilen görüşmelerin, tartışmaların ve görüşlerin bir ürünüdür.

Aklıma ilk olarak yıllar boyunca Caen Üniversitesi'ndeki feminist düşünce seminerini yöneten filozof Séverine Auffret geliyor. O olmasaydı, bu kitabın temelini oluşturan kişisel ile evrensel arasındaki birlikteliği büyük olasılıkla anlayamazdım. Zengin kültürü, yardımseverliği ve deneyimi bu kitabın olgunlaştığı uzun yıllar boyunca benim için değerli bir destek hâline gelen, dünyayı değiştirmek için uykusuz geceler geçirdiğim yazar Florence Montreynaud'a ve bana "ilahi kadınlardan" ilk söz eden kişi olan Marie-Jo Bonnet'ye teşekkür ediyorum.

Ayrıca sayelerinde feminist görüşlerimi kurduğum ve güçlendirdiğim kadınlara; cinsel sakatlamanın kaldırılması için kurulan derneğin yöneticisi Isabelle Gillette-Faye, avukat Catherine Mabille, birçok macera paylaştığım, 2016'da vefat eden Maya Surduts ve Kadın Hakları Ulusal Kollektifi'nden Suzy Rojtman, Seine-Sainte-Denis bölgesinde kadınlara yöneltilen şiddete karşı Observatoire'ı kuran ve uzun süre önce gazeteci Agnès Boussuge

ile birlikte *Clara Magazine*'e ve bugün Sabine Salmon tarafından yönetilen Femmes solidaires derneğine katılmamı sağlayan Ernestine Ronai'ye teşekkür etmek istiyorum.

Yine 2016'da vefat eden, kabına sığmaz bir insan olan, Isabelle Collet tarafından yönetilen Maison des femmes de Montreuil'e ismini veren Thérèse Clerc'le yeterince dirsek temasında bulunma şansı bulamadım. Orada onunla onu cezbeden bir konu olan kadınların kanı üzerine bir münazara düzenlemeyi umuyorum (ruhuyla konuşmak zorunda olduğumun farkındayım ama korkmuyorum!).

Bu kitap, âdet hakkında taşıdığımız bakış açısını değiştirmeye günbegün katkıda bulunan aktivistlere çok şey borçlu: Amerika'dan Kiran Gandhi, Kanada'dan Rupi Kaur, cesaret ve kararlılıkla Fransa'daki tampon ve hijyenik ped üreticilerinden daha fazla şeffaflık talep etmek için imza kampanyası başlatan Mélanie Doerflinger ve *Passion menstrues* internet sitesinde hüküm süren gazeteci-yazar Jack Parker.

Benimle bağlantı, bilgi, yazılı belge paylaşan birkaç ismi saymak gerekirse; Agès Boussuge, François Cantier, Nora Dubray, Marie Foque, Francesco Gattoni, Valérie George, Isabelle Goudal, Sara Grossert, Charlotte Laurent, Éric Le Braz, Claude Rambaud, Claire Robert, Agata Schmitt, Sophie Seban, Alexandra Senfft, Jacob Theurer'e teşekkür ediyorum. Bizi ergenlikten bu yana birleştiren dostça iletişimi devam ettirerek bu kitabın redaksiyonu boyunca bana eşlik eden Véronique Berthonneau olmadan tüm bunların üstesinden gelmeyi başaramazdım.

Bu editoryal süreç boyunca Découverte ekibi harikaydı ve özellikle bu projeye inanan ilk kişi Marie-Soline Royer'e teşekkür etmek istiyorum. Özenli, titiz ve yerinde redaksiyonunun, bir problem olduğunda rotamdan şaşmamı engellemesinin yanı sıra, titiz düzeltmeleri sayesinde kendimi "düzenli" de hissettirdi.

Son olarak, bana ilginç Jean-Jacques Bouchard'ı tanıtan ve beraber yalnızca âdet olmanın gerekliliğini değil, aynı zamanda bazen âdetlere karşı gelmenin gerekliliğini de öğrendiğim hayatımın aşkı Walter Venedey'e şükranlarımı sunuyorum.



GİRİŞ: KAN TABUSU

Dünya var olduğundan bu yana milyarlarca kadının yaşadığı gibi ben de yaklaşık 40 yıl boyunca her ay âdet oldum. Bu, hamilelik dönemini ve menopoz öncesi gelgitleri çıkaracak olursak Nisan 1975 ve Şubat 2015 arasında yaklaşık 400 döngü demek. Yani bacaklarımın arasından akanla işaretlenmiş yaklaşık 2400 gün ve o akanın adı âdet kanı: Yumurtlamanın ve dolayısıyla doğurganlığın göstergesi. Buna karşılık, ortaçağ Avrupa'sında yaşayan bir kadın, hayatında ortalama yalnızca 100 kere yumurtluyordu. Geriye kalan zamanda, hamileydi veya emziriyordu ya da ölmüştü. 18. yüzyılda, çocukluğunda hayatta kalmayı başarmış kadın, ortalama 28 yıllık bir yaşam süresine sahipti ve hamilelikteki %1,2'lik ölüm oranı ile doğum sırasında ölüm riski bugüne nazaran bin kat fazlaydı.[1]

Eğer ortaçağda veya 18. yüzyılda yaşamış olsaydım, âdet gören bir kadın olarak hayatım çok daha zor olacaktı. Fakat işler

1. Hector Gutierrez ve Jacques Houdaille, "La mortalité maternelle en France au XVIII^e siècle", *Population*, Cilt 38, Sayı 6, 1983.

1975'ten itibaren değişmiş olsa da, tabu, etrafımdaki insanlara bu kitabın konusundan bahsettiğimde yüzlerini buruşturacakları ölçüde gücünü korumaya devam ediyor: "Âdet mi? İyi de neyin âdeti?" Bir kadın, *kadın* menstrüasyonundan bahsedip bahsetmediğimi dahi sordu, sonra toparlamaya çalıştı: "Ay, aybaşı yani..." Konuştuğum insanlar, bahsettiğim şeyin örf, görenek veya düğün gelenekleri olmadığını anlar anlamaz, bütün bir kitabı bu konuya adayacak *kadar* ilginç olanın ne olduğunu öğrenmek istiyorlar. Bir kadın, her ay kendinden akan bu kanı, kendi içinde hiç sorgulamadığını itiraf ederek, "Nihayetinde daha doğal bir şey var mı?" dedi. Başkaları ise, aksine, uzun zamandır bastırılan bir akıntı taşmış gibi âdet sancılarından, âdet öncesi gerginlik sendromlarından veya endometriozisten bahsetmek için beni bir kenara çekti. Kişisel durumların ötesinde, tekrar tekrar aynı sorular soruluyordu: "Âdet neden bu şekilde adlandırılmış?" soruların başında geliyordu, peşinden de, "Kadınlar eskiden bununla nasıl baş ediyorlardı?" ve "Dönemsel koruma ürünlerine ulaşılamayan ülkelerde kadınlar ne yapıyor?"

Yaşım göz önünde bulundurulduğunda menopoz hakkında birçok soru duymayı bekliyordum. Fakat kendi jenerasyonumdaki kadınlar arasında hiç kimse bu konuya ilgi göstermedi; ki aslında menopoz, zengin ülkelerdeki ortalama yaşam süresinden dolayı, hayatlarının 20 ila 30 yılını, yani prepübertal dönem de [ergenlik öncesi dönem] eklenirse, neredeyse doğurgan dönemlerine eşdeğer bir süreyi kapsıyor. Tıpkı Mozart'ı dinledikten sonra arkasından gelen sessizlik gibi, menopozu kuşatan sessizlik, kendisinden çok daha eski bir tabunun izlerini taşımaya devam ediyor.

Yaşları kaç olursa olsun, erkekler başta çekiniyorlar. "Bu kadın vajinasında kesin bir atom bombası taşıyor, hiçbir şey yokmuş gibi davranalım yoksa bizi mahvedebilir" diye düşünüyor gibi görünüyorlar. Ama onlar da kısa süre içinde soru sormaya başlıyorlar. Bunlardan birincisi, sperm ve kan arasındaki ilişki ve özellikle konuşurken kendilerini birdenbire çok daha rahat

hissettikleri üreme işlevinin teknik bileşenleri ile ilgili. Tıpkı doğumdan bahsedildiğinde dahi titredikleri gibi endometriozis ve âdet öncesi gerginlik sendromunun tanımları da endişeyle ürpermelerine neden oluyor, ama âdet kanının birçok hastalığı iyileştirebileceğini öğrenmelerinin onlarda, detaylarını bilmeyi tercih etmediğim, cinsellikle alakalı fikirler yarattığına yemin edebilirim. *Cunnilingus vampiricus*'tan iğrendiğimden değil (bir bölümde bu konudan bahsettiğimi göreceksiniz), maalesef yalnızca cinsellikle ilgili olmayan kendi konuma odaklanmak istediğimden dolayı.

1 NUMARALI TABU

Homo sapiens ki soğuktan, açlıktan, hastalık ya da doğadaki tehlikelerden korunmak için binlerce yol bulmuştur. Bütün toprakları keşfetmiş, sömürgeleştirmiş evrende seyahat etmeyi ve birbirini öldürmek için silahlar icat etmeyi öğrenmiştir. Buna rağmen âdet konusunda hâlâ mantıkdışı davranmaktadır. Menstrüasyon, sıradanlığına rağmen, hâlen direnci şaşkınlık yaratan efsaneler, batıl inançlar, dile getirilmeyenler ve önyargılarla kuşatılmış gizemli bir olgu. Bunlar mitolojiden, dinden veya tıptan gelseler de tüm dünyadaki kadınların sağlığını ve esenliğini etkileyecek ölçüde düşüncelerin içine işlemeye devam ediyor.

Şunu belirtmek gerekir ki, menstrüasyon, kadınların büyük bir bölümünde, bir rahatsızlığı ve hatta bazen ciddi ağrıları beraberinde getiriyor. Kişilere göre değişiklik gösteren bu rahatsızlık; durumlara, ana, sağlık durumuna, sosyal statüye veya kültüre bağlı olabiliyor. Aslında âdet, ergenlikten menopoza, yaklaşık 40 yıl boyunca kadınların hayatının dörtte birini kaplasa da, bu fizyolojik gerçek, toplumlara veya kişilere göre çok farklı biçimlere bürünüyor. Çeşitli niteliklerdeki besin maddelerine, bilgiye, güvenilir tıp hizmetlerine ulaşımı olan Batılı ülkelerdeki iş kadınları ile ayrımcılık kurbanı ve derisinin rengi, kültürü, dini, cinsel yönelimi nedeniyle önyargılara maruz kalan yoksul kadınlar için aynı değil. Âdet, bugün hâlâ

kadınların en yoksulundan en zenginine, en cahilinden en bilgesine, tamponu birbirimize Hz. İsa'nın kadın olduğunu ortaya çıkaracak bir kutsal kitap veya tüm dünyada insanları obez yapan şu kolanın gizli formülüymüşçesine verdiğimizden, varlığından komplocu havalarda, alçak sesle bahsedilen şeylerin enler listesinde 1 numaralı tabu olarak kalmaya devam ediyor.

İşte bu yüzden, bugün "menstrüel eşitsizlikten" bahsedilebiliriz: Kadınlar âdet gördüğü için, âdet tabunun öznesi olduğu için, kadınlar hiçbir erkeğin asla karşılaşmayacağı türde bir baskıya maruz kalıyorlar. Âdet kanı tabu olduğu için kadınlar binlerce yıldır çare bulunmaksızın acı çekiyorlar. Âdet kanı tabu olduğu için, kadınların denize girmeleri, avlanmaları, seçmeleri veya seçilmeleri, topluluk önünde konuşmaları veya politik ya da dini sorumluluklar yüklenmeleri uzun süre yasaklandı. Yine âdet kanı tabu olduğu için kadınlara bugün zehirli parfüm ve diyoksine bulanmış tampon ve pedler satılıyor. Menstrüasyona bağlı rahatsızlıklar konusunda tatmin edici tıbbi bir karşılık verilmeksizin, "Yine ne var, aksiliğin üstünde, aybaşın mı?" denilerek kadınların sözü hükümsüz kılınıyor. Bu sırada laboratuvarlar, misal, kimsenin ölmediği ve genellikle sadece yaşlı erkekleri etkileyen sıradan bir rahatsızlık olan sertleşme bozukluğuna çözüm üretmek için Viagra'yı geliştiriyorlar.

Menstrüasyona bağlı rahatsızlıklar da ölümcül değil, fakat bu rahatsızlıkları uygun şekilde tedavi etmenin yolları da bulunmuyor, örneğin âdetle ilişkilendirilen ve dünyadaki kadınların %15 ila %20'sini etkileyen bir hastalık olan endometriozisin teşhisinde 9 yıllık bir gecikme söz konusu. Amerikalı feminist Gloria Steinem'ın 1980'li yılların başında mizahla karışık yazdığı gibi, bunu kadınlar değil erkekler yaşasaydı; "âdet imrenilecek, gurur duyulan eril bir durum hâline gelirdi. Âdetlerinin uzunluğu ve akıntılarıyla gururlanırlardı. Erkek çocukları ilk âdetlerini, yiğitliğin uzun süredir beklenen bu simgesini, dini kutlamalar ve kesin surette eril törenlerle tarihe kaydederlerdi. Meclis, aybaşı ağrılarıyla savaşmak için Ulusal Dismenore [âdet

sancısı] Enstitüsü kurardı ve devlet ücretsiz sağlıklı koruma ürünleri için kaynak sağlardı.[2]"

Tek sorun âdet olanın erkekler değil kadınlar olması. Meselenin kalbi belki de bu talihsiz dağılımda. Antropolog Françoise Héritier, "kadın, kanın bedeninden dışarı aktığını görüp bazen istemeden ve de engelleyemeden hayat verirken (ve bazen de bunu yaparken ölürken)" erkek tarafından değer verilenin "özgür iradesiyle kanını akıtabilmek, hayatını tehlikeye atabilmek, başkalarının yaşamına son verebilmek" olduğunun altını çiziyor.[3]

Bununla birlikte bir kadını, *kendi kanının aktığını görürken ve hayat verirken*, özgür iradesiyle kan akıtmaktan, hayatını tehlikeye atmaktan, başkalarının yaşamına son vermekten biyolojik olarak hiçbir şey alıkoymuyor. Gerçekler, doğurganlığın simgesi olan âdeti lanete dönüştürecek derecede nasıl çarpıtılabildi?

Âdet kanı tabusunun, kan tabusunun bir türü ve bedensel salgılara duyulan bir bakıma doğal tiksintiden ibaret olduğu düşünülebilir. İnsanın bu davranışının pek de doğal olmamasının yanında; sperm, tükürük, gözyaşı veya idrar gibi diğer bedensel sıvıların aynı rahatsızlığa neden olmadığı oldukça açık.

Konu, ataerkil tahakkümün norm olduğu bir dünyada kadınların durumuyla yakından ilintili. 1970'li yıllardaki ani feminizm patlaması ve doğum kontrolünün yayılması âdete başka bir gözle bakılmasını ilk etapta sağlayamadı. Bu konu, ancak çok yakın bir geçmişte, "birinci" feminist devrimden yaklaşık yarım yüzyıl sonra, âdeti, bir skandal veya provokasyonun ötesine geçen bir gözü peklikle benimseyen sanatçı, militan, şair, bazen çok genç kadınların etkisiyle ilk olarak Amerika'da ortaya çıkmaya başladı.

Böylelikle Amerikan dergisi *Newsweek*, Nisan 2016'da kapağını *There will be blood* [Kan dökülecek] başlığıyla yayımladı ve 2015 yılının tarihe "menstrüel devrim" yılı olarak geçeceği-

2. Gloria Steinem, *Outrageous Acts and Everyday Rebellions*, Henry Holt and Company, New York, 1995 (1983).
3. Françoise Héritier, "Le sang du guerrier et le sang des femmes", *Masculin/Féminin. La pensée de la différence*, Odile Jacob Poche, s. 234.

ni duyurdu. Gazeteci Abigail Jones "The fight against period shaming is going mainstream" [Âdet utancına karşı savaş yaygınlaşıyor] başlıklı makalesinde, bu hareket bir okyanusmuşçasına, menstrüel aktivizmi "üçüncü dalga feminizm"in bir parçası olarak tanımladı. Makale Eylül 2016'da "Courrier international tarafından Règles: la fin d'un tabou?" [Âdet: Bir tabunun sonu mu?] başlığıyla, yalnızca artı ve eksileriyle değerlendirilmeye başlanan bu konuyu ilk kez tartışmaya açarak yeniden yayımlandı. Âdet, eski zamanlardan bu yana insanlık durumunun ezeli ve ebedi bir öğesi –kadınların hem ilahlaştırıldığı hem de araçsallaştırıldığı bir aygıt– olmasına rağmen, her zaman ikincil bir konu olarak değerlendirildi. Yalnızca doğurgan kadınların yaşadığı bu tuhaf olgu yine de –dini ya da değil– birçok kurucu mitin kökenini oluşturdu.

KENDİ ÂDETİM

1962'de doğdum, menstrüasyonun üzerine eğilmeye, menopoz kendini bende belli ettiği anda karar verdim. Bunun ne tetikleyici ne de bardağı taşıran son damla olduğunu söyleyebilirim. Âdet görürken sık sık menopoz bir gün bana da bulaşmasa iyi olur diye düşünürdüm çünkü o günlerde zaten kötü bir ruh hâlindeydim ve menopozu kaldıramayabilirdim. Oysa yaşananlar bunun tam tersiydi: Kesilmesiyle birlikte, âdetin beraberinde getirdiği zihinsel baskıdan da kurtulmuş gibi hissettim. Fi tarihinden bu yana kadınlara *karşı* uygulanan bu tabuya saldırmanın ve "aybaşı" yakınmalarını özgürlük şarkısına dönüştürmenin zamanı gelmişti.

Tabuyu yıkmak, –1996'da doğan kızım kadınlığa geçiş yaparken– 40 yıllık menstrüasyonum köşesine çekilmişken, onu paylaşabilmek için bu özel deneyime geri dönmem anlamına geliyordu. Âdetten –buzulların erimesi veya ortaçağda Konstanz Gölü kıyısındaki köylülerin yaşamı gibi– garip bir olguymuş gibi bahsetmek bana absürd geliyordu.

Ben ne tarihçi, ne antropolog ne de doktorum. Fakat 13 ve 52 yaşım arasında, her ay ya da neredeyse her ay kanadım.

Bazen ağrı çektim, korktum, cevaplanmamış veya cevapları hoşuma gitmeyen sorularla karşılaştım, mutluydum da, zaman zaman, kendimi ve diğerlerini, bütünüyle sıradan olmasına rağmen, –tek boynuzlu atlar ya da denizkızları gibi– hayali bir olgu olduğuna inanılacak ölçüde az paylaşılıp az söz edilen bu deneyim yoluyla anladım.

Bu uzun deneyimimin ışığında, sizlere üzülerek bildiriyorum ki âdet, hayali olmadığı gibi, hiç hayal ettiğim gibi de değil. Çünkü menstrüasyonun bugün hâlâ bütünüyle bilmediğimiz fizyolojik gerçekliğinin yanında, âdet hakkındaki mitler hâlen çok daha güçlü.

Sonuç olarak bu kitap için gerçekleştirdiğim araştırma boyunca; oositin bir intihar hücresi olduğunu, birkaç yumurta kırmadan mayonez yapılmayacağını, Artemis'in kemerinin 2011'de Moskova'yı kırıp geçirebildiğini, Hz. İsa'nın kanının şarap olmadığını, hormonların günah keçisi olduğunu, kadınların hijyenik koruma ürünleri olmadan da yapabileceğini ve beklenmedik binlerce farklı şeyin arasında âdet kanının yarın hayatınızı kurtarabilecek kök hücreler içerdiğini öğrendim.

Yaklaşık 40 yıl boyunca tam olarak hiç kimsenin doğru tanı koyamadığı ve hatta tedavi edemediği endometriozis, âdet öncesi gerginlik sendromu ve hormonal bozukluktan muzdarip olduğumu da öğrendim. Hayatta kalmayı başardım, sizlere teşekkür ederim. Ortaçağda endometriozis çeken ve cadı oldukları kabul edilen kadınların aksine halkın önünde yakılmadım ve hastalıklarıma rağmen doğum yapmayı başardım. Tamponun içeriğindeki diyoksinin bu ağrılarda bir rolü olup olmadığını, doğum kontrol haplarının ağrıların üstesinden gelmeme yardımcı olup olmadığını, migrenimin bir gün geçip geçmeyeceğini ve ölümden sonra yaşam olup olmadığını asla bilemeyeceğim. Menopozun getirdiği görece rahatlamayla (sıcak basmalarını, vajinal kuruluğu ve kemik erimesini saymazsak), sonunda kendi yolumu buldum. Fakat bu efsanenin sonunda aklımda tutacağım bir âdet varsa o da şudur: Kadınlar için olduğu gibi erkekler için de âdeti yeniden keşfetmenin zamanı geldi.



KAN DÖKÜLECEK

Hayatım boyunca genel olarak âdetlere pek uymadım fakat sıra âdet kanamasına (menstrüasyon) gelince, herkesle benzer bir süreç yaşadım. Fransa'da "menarş", yani ilk âdet kanaması, ortalama 12,6 yaşında görülürken 52 yaşında girdiğim menopozun yaş ortalaması ise 51 olarak belirlenmiş. Bu kayda değer doğurganlık süreci insanlık tarihinde bir ilk. Bu durum elbette geçen yüzyıl boyunca yükselen bir eğri çizen yaşam süresindeki artışla ilintili olduğu kadar, doğurgan dönem doğum kontrol yöntemlerinin kullanımıyla suni olarak kısaltıldığından, üremenin gerçekleşmediği "kısır" sürecin uzamasıyla da bağlantılıdır.

18. yüzyıldan bu yana Fransa'da âdet görme yaşı 3 yıl geriledi.[1] Uzun süre iklimin ya da kentsel yaşam alanlarının gelişmesinin ergenlik yaşı üzerinde bir etkisi olduğu düşünüldü, fakat

1. INSTITUT NATIONAL D'ÉTUDES DÉMOGRAPHIQUES (Ulusal Nüfus Araştırmaları Enstitüsü), "L'âge aux premières règles", 2014, (www.ined.fr).

araştırmalar,[2] gelişmiş olarak tanımlanan bütün ülkelerde her şeyden önce iyi beslenmenin genç kızların ergenliğe daha erken girmelerini sağladığını gösteriyor. Yine de güneşlenme miktarına göre farklılıklar gözlenebiliyor: Benim gibi Marsilyalılar, Lille'de yaşayanlara oranla 3-4 ay daha erken âdet görebiliyorlar.[3]

İlk kanamamın hikâyesi oldukça sıradan ve gayet net hatırlıyorum. 1975 yılının nisan ayında bir okul günüydü. Öğleye doğru tuvalete gittim ve külotumda ishal olduğumu düşünmeme neden olan kahverengi bir leke gördüm. Külotum sarı ve mor renkteydi. En azından ben öyle olduğuna inanıyorum. Anlaşılamaz bir sebepten ötürü, yaşadığım bütün önemli olaylar sarı ve mor çizgili giysilerle bağlantılı.

1975 yılının 0 nisan ayı, Punon Pen'in düşüşü ve Kızıl Khmerler'in Kamboçya'nın hâkimi olmasıyla on yıllık sürece damgasını vuracaktı. Âdet gören bir kadın olarak 40 yıl boyunca kaybedeceğim kan miktarı, 4 yıllık Pol Pot diktatörlüğünde gerçekleşen katliamlarda kaybedilenin yanından dahi geçemezdi. Pol Pot yönetimi 1,7 milyon insanı, yani Kamboçya nüfusunun %21'ini katlettiğinde, ben her âdet döneminde yalnızca 50 mililitre, yani üç çorba kaşığı ya da bir şarap kadehinin yarısı miktarında kan kaybetmiştim.[4] Bu, MÖ 5. yüzyılda ismini taşıyan ünlü yeminin yazarı Hipokrat tarafından belirlenen 2 *cotyle*'den (iki okka kabı yani yaklaşık yarım litre) oldukça uzak bir miktar.[5] Dolayısıyla iki bin yıl boyunca kaynak gösterilen bu gözlemler de hatalı: Akıntı miktarı vücudumuzda dolaşan 4 ila 5 litre kanın (erkeklerde ise 5-6 litre) karşısında pek de

2. Edward Shorter, "L'âge des premières règles en France 1750-1950", *Annales. Économies, Sociétés, Civilisations*, Cilt 36, 1981, s. 495-511.
3. INSERM [Fransa Ulusal Sağlık ve Tıp Araştırmaları Enstitüsü], "L'âge des premières règles dépend du lieu de naissance", 25 Nisan 2013, (www.inserm.fr).
4. Bu miktar, âdet gören kadınların yaşamları süresince, ortalama bir burjuvanın mahzenindekine eşit miktarda, yaklaşık 150 şişe şarap demektir. Sabırsızlanmayın, şarap ve kan arasındaki ilişkiden bahsedeceğiz.
5. Hipokrat, *Des maladies des femmes (Diseases of Women)*: "Sağlıklı her kadında, ortalama menstrüel kanama miktarı 2 *cotyle*'den biraz az ya da biraz çoktur." 1 *cotyle* 0,27 litreye eşittir.

etkileyici görünmez, özellikle de 5 gün sürmesine rağmen hiçbir zaman 150 mililitreyi aşmadığı için.

Şirketler, âdet döneminde kullanılan ürünlerin içeriklerini, sanki ölümsüzlüğün sırrıymışçasına açıklamayı reddederlerken, bizler burada kendi değerli sıvımızdan bahsetmekte sakınca görmüyoruz (ki bu sıvı *gerçekten de* daha sonra sizlere memnuniyetle açıklayacağım üzere ölümsüzlüğün sırrıdır).

KÜÇÜK UCUBE OOSİT

Menstrüel sıvı; kan denilen servikal mukus, vajinal salgılar, su ve rahim iç tabakasına [endometrium] ait hücresel dokuların birleşiminden meydana gelir. İçerisinde sodyum ve potasyum elektrolitleri barındıran ve amaçları iyon üretmek olan vajinal salgılar metabolizmanın düzgün çalışması için gerekli enerjiyle yüklüdürler. İçerisinde ayrıca proteinler, kolesterol ve hemoglobinin parçalanmasıyla meydana gelen bilirübin isimli sarı bir pigment de bulunur. Menstrüel sıvı kan ile aynı ph'a (7,5) ve vajinal florayı dengede tutan, vajina ve rahimde gerçekleşebilecek enfeksiyonları önleyen önemli miktarda bakteriye sahiptir. Sıradışı tek özelliği atardamar ve toplardamarlarda bulunan kanın aksine pıhtılaşmıyor olmasıdır. Bu kan kuruyabilir fakat pıhtılaşmaz, yani kendini dışarı çıkaracak şekilde bir kabuk oluşturur. Menstrüel kan her döngüde oositten oluşan döllenmemiş yumurtayı atar.

Oosit, bildiğim kadarıyla, insan vücudunun en büyük ve çıplak gözle görülebilen, hemen hemen 0,15 milimetre, yani bir saç telinin çapına eşit olan tek hücresidir. Bu dişi gametin [yumurta hücresi] kayda değer büyüklüğü; –spermatozoit ismiyle de bilinen erkek gamet ile yaşadığı dokunaklı birleşme sonrasında– bir gün yumurtlayabilmek, döllenebilmek ve sonunda her yönüyle eksiksiz bir insan oluşturabilmek için içerisinde taşımak zorunda olduğu bilgilerle açıklanabilir. Bu iki gametin birleşimiyle oluşan benzersiz hücre, bölünerek birkaç saat sonrasında ikiye, dörde, sonra sekize ve milyarlara ulaşır. İnsan organizmasının işleyişi için gerekli bilgi, içeride

uzun sarmallı bir şerit şeklindeki DNA molekülü tarafından kodlanır.

Oositin bir diğer özelliği ise planlı eskitmedir. Depresif bir tabiatı olan oosit, kitlesel olarak ve karşı koyulamaz bir biçimde intihar etmek için programlanmıştır. Daha yakından bakalım: En doğurgan olduğum zaman embriyonik gelişimim süresince, yani yumurtalıklarımda gezegenin, hatta evrenin nüfusunu artırabilme umuduyla, üremeye engel teşkil edebilecek herhangi bir meydan okumaya karşı durmaya hazır 6-7 milyon oositin üretildiği zamandır. Fakat doğduğum anda, kimsenin nedenini bilmediği bir sebepten dolayı bu oositlerin neredeyse hepsi *folikül atrezisi* olarak adlandırılan sürecin sonrasında harakiri yaparlar. Bu savaş bir amaca yönelik olsa da olmasa da bu 6-7 milyon oosit doğumumdan sonra bir milyondan fazla değildir. Ergenlik çağında kimilerine göre geriye 300.000 tanesi kalırken, bazıları bu sayının çok daha az olduğunu öne sürerler.[6] En nihayetinde üç hamilelik sonrasında bir çocuk dünyaya getirmek için yaklaşık olarak 400 kez yumurtlamış olacağım. Bilimsel yayınlara göre, doğa tüm hoşgörüsüyle beni, gelişmesi engellenmiş 300 oositle menopozun kollarına teslim etmiş olacak. İtiraf etmem gerekiyor ki artık yumurtlayabilmek mümkün değilken onlarla tam olarak ne yapacağımı bilmiyorum. Bazen aklıma, onları ikişerli olarak sıraya dizip bale yapmayı öğretmek geliyor. Ardından bunun kimsenin ilgisini çekmeyeceğini düşünüp vazgeçiyorum.

Hâl böyleyken oosit, farkında olmasa da trajik bir kader yaşayan küçük bir ucube. Oosit, döngünün ilk 14 günü boyunca süren folikül evresinde, özyıkımdan kurtulan milyarlarca gamet gibi, Amerikan askerlerinin eğitimlerinin yanında çocuk oyuncağı kalacağı zorlu bir kabul sürecine girmek zorundadır. 20 hatta 25 milimetrelik boyutlara ulaşana kadar büyüyüp olgunlaşması için hangi şanslının folikül olarak adlandırılan

6. Açıklamalar bu sayıların abartılı olduğunu gösteriyor: Embriyonik evrede 6 milyon, ergenlikte yalnızca 30.000 hatta 2.000 oosite sahip olabileceğimizi ve menopozda ise geriye hiç kalmadığını öne sürenler de var.

keseye girmeye hak kazanacağını neyin belirlediği ise bilinmez. Ama olgunlaşan Graff folikülü kamikazeye dönüşür ve yumurtalık içinde gerçekten de patlar, serbest kalan oosit, fallop tüpüne hücum eder: Bu, ovülasyon evresi olarak adlandırılır. Sizleri bilmem ama ben insan soyunun yaşamının başlangıç evresi ile terör saldırıları arasında büyük benzerlikler görüyorum.

Döllenmiş oositin böylelikle yumurtaya dönüştüğü bu trajik yolculuğunda rahat bir nefes alma zamanı gelir: Fallop tüpü içerisindeki kirpikli huninin onu yavaşça, her ay yeniden şekillenen "uterus mukozası" olarak da adlandırılan sıcak kıvrımlarında karşılayıp, küçük tatlı bir yuva olan rahime doğru yönlendirdiği andır bu. Bu endometrial mukus, döllenme gerçekleşmediğinde atılmadan önce, hormonların etkisiyle kalınlaşır: İyileşme evresinin ardından endometrium dokusunun kaslarla gerçekleştirilen tahliyesi, âdet kanamasıdır. Aslına bakacak olursak rahim diğer görevlerinin yanında; spermin hızlı ilerleyebilmesi, mukusun tahliye edilmesi, gebelik esnasında genişlemek sonrasında ise fetüsün dünyaya gelmesi için itilmesiyle kasılmalar gerçekleştiren bir kastır.

Bu kasılmalar ağrılı, abartılı, düzensiz veya sessiz olabilirler, çoğunlukla biz onları hissetmeden gerçekleşirler. Tıbbi görüntüleme teknikleri öylesine gelişti ki ultrasonda bu spazmlar algılanabilir ve hatta kasılmaların yapısının ne ölçüde *discontractile* (olumsuz nitelikteki kasılmalar) olduğu belirlenebilir. Rahmin henüz keşfedilmemiş birçok özelliği dolayısıyla son derece hassas olduğu sonucuna varabiliriz.

21. yüzyılda yaşasak da, 1969 ve 1972 yılları arasında yedi kere Ay'a çıkmış olsak da ve bugün tüm ciddiyetimizle Mars'ta koloniler kurmayı planlasak da kadınların *neden* her ay âdet olduklarını kesin olarak hâlâ bilmiyoruz. Bir oositi misafir etmek üzere oluşturulan kalın rahim iç tabakasının, çoğu zaman döllenmeden atılacak olması, yalnızca şaşkınlık yaratıyor çünkü büyük bir israf söz konusu. Yine de insan, bu ilginç yolu izleyen tek tür değil. Şempanze veya bonobo benzeri primatlar

gibi, kana susamış doğalarıyla dikkat çeken bazı yarasa türleri, Avrupa'da fil sivri fare adıyla bilinen, âdet görmesi dışında bir diğer özelliği sıçrayarak hareket etmek olan (hortumlu) böcek yiyen küçük fil faresi de âdet kanaması yaşar.

Diğer memelilerin büyük bir kısmı daha az karmaşık bir yol izlerler: Kızışma yani üreme dönemi, isminden kolayca anlaşılacağı üzere çiftleşmenin gerçekleştiği belirli mevsimleri ifade eder. Dişi; binlerce işaret, çağrı, hormonal salınım ve hırıltılar aracılığıyla, "Ben hazırım, döllenecek bir yumurtam var, hadi beyler iyi olan kazansın" der. Böylelikle erkek, dişinin üzerine atılır ve genellikle şansını deneyen bir tek o değildir. Bazı durumlarda, örneğin dişi dağ gelinciği, kedi ve tavşanlarda güdüsel yumurtlamayı tetikleyen sperm salgısıdır. Bunun dışında, örneğin köpeklerin yaşadığı kanama âdet kanamasına benzemez: Bunlar, erkekleri çiftleşme amacıyla kendine çekebilmek için ortaya çıkan kızışma belirtileridir. Bu hikâyede en ufak bir endometrial mukusa rastlanmaz. Yine de bazı türler, plasentaya döllenmenin sonuna kadar yüzeysel olarak yapışan benzer bir salgıyı, yavruların rahime rahatlıkla yerleşmesini sağlamak için üretirler fakat bu mukus döllenmenin başarılı olmadığı durumlarda geri emilir ve dışarı atılması için düzenli bir âdet kanaması gerçekleşmez.

ÂDETE KARŞI GELMEK: BONOBOLARA GÖRE ÖZGÜRLÜK

Bizlerle âdet kanamasının ilginç ve etkileyici gizemini paylaşan dişi bonobolar, erkekleri değerli gametlerini buraya bırakmaya teşvik etmek için yumurtlama ile genital bölgelerindeki dikkat çekici kabarmayı aynı zamana denk getirir. Buna karşın Almanya'nın Leipzig kentindeki Max Planck Enstitüsü Evrimsel Antropoloji kürsüsü ilginç bir keşifte bulundu: Şempanzelerin aksine, dişi bonobolarda yumurtlama her zaman cinsel organlar futbol topu büyüklüğüne geldiğinde gerçekleşmez. Dolayısıyla, erkek bonobolar dişilerin kesin olarak doğurgan olduklarından asla emin olamazlar. Michel de Pracontal şöyle açıklar:

> Dişi bonobolardan belirgin ve güvenilir bir doğurganlık işareti alamayan erkek bonobolar çiftleşme şanslarının olup olmadığını öğrenebilmek için üstü kapalı bazı işaretler ararlar. Bu durum onları, ilgilerini çeken dişilere daha fazla özen göstermeye yönlendirir; örneğin onlara yemek verirler veya bitlerini ayıklarlar. Özetle, erkek bonobolar diğer erkeklere saldırmaktansa dişilerle olan ilişkilerine yatırım yapma amacı güderler. Sonuç olarak biyolojik belirtileri altüst eden dişi bonobo özgürleşmiştir...[7]

İnsanda, en yakın dostu köpeklerin yaşadıklarının aksine yumurtlamanın fiziksel belirtileri görülmez ve âdet kanaması kızışma dönemine girildiği anlamına gelmez.

İnsan türündeki biyolojik belirtileri ortadan kaldırmak kimin fikriydi ve bu yıkımı bir *niyet* olarak –daha çok özgürleştirici bir niyet– yorumlamak uygun mudur bilemiyorum, fakat bu hile Doğanın kendi dünyasını aldatma becerisi üzerine birçok ipucu veriyor. Bu, her hâlükârda insan davranışlarını (özellikle kadınlar ve erkekler arasındaki ilişkileri) üreme stratejileri aracılığıyla açıklamak isteyen bütün natüralist teorilerin, meseleye fazla basit yaklaştığını kanıtlıyor. Bonobolar panseksüeldirler ve cinsel ilişkiyi çatışmaları çözmek için kullanırlar. Genotipimiz %98,7 oranında benzer olsa da, türümüz maalesef bonobolarla aynı yolu izlememiştir.

RAHİM İÇ TABAKASININ ÖLÇÜLÜ CAZİBESİ

Embriyoyu misafir etmek için bu kadar kalın bir rahim iç tabakasına ihtiyaç duyma sebebimiz nedir? Rahimde yaşananlar, dur durak bilmeyen bir maceradır: Âdet süresince ilk olarak deskuamasyon [dökülme] aşaması, sonrasında 5. günden 8. güne kadar rejenerasyon [yeniden oluşma] aşaması yaşanır. Bu, daha sonra proliferasyon [çoğalma] aşaması, glanduler [salgılama] aşama ve sonunda glanduler sekresyon ile hızla devam eder. Bu sırada rahim iç tabakası döngünün beşinci

7. Michel De Pracontal, "L'émancipation des femelles bonobos", *Mediapart*, 21 Temmuz 2016.

günü 0,5 mm'ye, yumurtlama anında 3 mm'ye, âdetten hemen önce ise 5 mm'ye çıkar. Bu durum banyonuzu her ay yeniden inşa etmeye karar verip, önce sıvayı ve duvar kâğıtlarını söküp sonra zımpara yapıp hemen sonra yeniden sıva yapmaya, döşemeleri ve dekorasyonu gözden geçirmeyi unutmayıp bir ya da iki, hatta üç kat boya sürmeye benziyor. İşler bittiğinde ise evet, her şeye yeniden başlıyorsunuz.

Bu içsel değişimi açıklamak için birçok hipotez ortaya atılmıştır. Bazı araştırmacılar rahim iç tabakasının kalınlığının, hamilelikten sağ çıkabilmek için deyim yerindeyse büyük bir kask takması gereken, gelişmekte olan insan beyninin boyutlarıyla ilişkili olduğunu söylüyor. Eğer âdet gören diğer türlerin kayda değer olmayan beyin boyutlarına bakacak olursak, bu açıklama doğru değildir. Diğer araştırmacılar ise plasentalı memelilerde (yani biz) *implantasyon* [embriyonun rahime yerleşmesi] derinliğinin bir türden diğerine değişiklik gösterebileceğini belirtiyor. Bu, embriyonun sadece kendisinin değil, kendisi ve anne arasındaki aracı bir organizmanın da bu iki organizma arasındaki alışverişi geliştirip düzenlemek amacıyla geliştiğini ifade eder. İnsan embriyosu (büyük beyni ile, yineliyorum) gelişmek için, annesinden en iyi şekilde yararlanmaya çalışır: Annenin diyabet ya da vitamin eksikliği yaşama riskine rağmen; bütün şeker, protein, vitamin ve folik asitlerin yalnızca onun yararına üretildiği varsayılır. Buna "agresif" yerleşme adı verilir, biraz Hintli, Filistinli veya Afrikalılarda çok güzel hatıralar bırakmayan Amerikan, İsrailli ya da Fransız sömürgeleştirmelerine benzer. Buna dayanarak en azından diğerini sömürgeleştirmek istemenin ve sömürgeleştirilmeye gönüllü olmamanın son derece insana özgü olduğu söylenebilir. Bu sebeple, genelde anne (burada organizmadan bahsediyorum, kişiden değil) rahminin derinliklerinde tıpkı Sigourney Weaver'ın karnındaki Alien gibi, ona duyduğu sevgiyle gelişen embriyoyla arasına mesafe koymaya çalışır. Bunun öncelikli sebebi, genetik fedakârlık ruhunun her şeye rağmen sınırlı olmasıdır. Söz konusu embriyo kendi genetik kodunun

yarısının taşıyıcısı olsa da, geriye, genlerin diğer %50'sinin geldiği ve belki de iç dekorasyon konusunda korkunç zevkleri olan ve sohbeti bir sonraki nesle aktarılmayı hak etmeyen bir adam kalıyor –üzücü biçimde yatkın olduğu tüm hastalıklardan bahsetmiyorum bile.

Biyologlara göre dişi organizmanın amacı, çocuk odasını bir başka döllenmeye kadar, her zaman daha fazla geni, özellikle kendininkileri aktarabilmek için iyi bir hâlde tutmaktır. Ve eğer şimdiki embriyo çok ileri giderse, eğer rahim duvarı embriyonun gelişiminde küçük bir anomali ihtimalinden şüphelenirse, puf, onu bir sonraki âdet kanamasında saf dışı eder. İlk günlerde, bu yarışmadaki mücadele acımasızdır ve görünen o ki embriyoların %50 ila %30'u *aybaşı* adıyla da bilinen kökten tahliyenin hüzünlü kaderini yaşar. İşte rahim duvarının her ay kendini yeniden inşa etmesi de burada anlam kazanır: Ektoplazma haricinde bir şeye dönüşme amacı gütmeyen bir embriyodan kurtulmak için menstrüel temizlik ideal bir çözümdür. Doğa bu durumun kişisel olmadığını söyler gibidir, fakat bir çocuk tablosuna değil de taslağına benzeyen genler için de tüm hamilelik harcanamaz.

Diğer bir yandan, embriyo gelecekteki kız ve erkek kardeşleri için rahmi iyi durumda tutmayı pek umursamaz. Eğer böyle yapmasına izin verecek olsaydık, büyük ihtimalle yalnızca kendi için bir yuvaya sahip olabilmek amacıyla onları yok ederdi, tıpkı annelerinin rahminde yalnızca kendisi kalana dek her şeyi paramparça eden köpekbalıkları gibi. Embriyo –ikizlerin ve diğer çoklu doğumların haricinde– Sovyetler'in bütün gücünü, enerjinin tamamı ve tüm biyolojik ilgiyi ister. Onun yanında Pol Pot iyi kalır. Pol Pot deyince aklıma yine ilk âdet kanamam ve 1975 yılının ilkbaharı geldi, Saygon düşmüştü. Savaşın bitmesiyle Monsanto firması, bugün hâlâ Viyetnamlı kadın ve erkeklerin sağlığını ve doğurganlığını etkileyen, diyoksin içeren yaprak döken zehri, *agent orange*'ı satmanın başka yollarını bulmak zorunda kalacaktı. Aynı diyoksinin, 40 yıldan fazla bir zaman sonrasında kızımın kullandığı hijyenik

tamponlarda bulunacağını hayal dahi edemezdim. Yine de aceleci davranmayalım.

CARRIE GÜNAH TOHUMU

Şu an için hâlâ 1975 yılının nisan ayındayız. İçerisinde gelişip dönüştüğüm küçük dünyada gündem, gözle görülmeyecek ölçüde ufak. Konumuz; aşk ve arkadaşlık, şan şöhret, davet edildiğimiz ya da edilmediğimiz partiler, almayı hayal ettiğimiz ve sahip olmadığımız kıyafetler, yürürken takırdayan ve komşuları delirten sabo terlikler. Nisan 1975'in gündemi, bit pazarlarından satın aldığımız ve İspanyol paça Levi's kotların üzerine giydiğimiz "kamisol" [beyaz atlet] modasıydı. Yatak odamın duvarlarını süsleyen annemin biraz küçümseyerek baktığı, David Hamilton'un buğulu imgelemi, çiçek açmış genç kızların fotoğrafıydı. 25 Nisan 1975'i, Mike Brant'ın 6. kattan atlayarak intihar ettiği ve Komünist Parti'nin tarihi lideri Jacques Duclos'nun Montreuil'de akciğer ödemine yenik düştüğü garip bir gün olarak hatırlıyorum. Lisemin bahçesi İsrailli şarkıcının ölüm haberiyle çalkalanıyordu, herkes intihar nedeni hakkındaki teorileri saçma buluyor, bir yandan da o, *C'est çomme ça que je t'aime* [İşte seni böyle seviyorum] diye bağırırken gözyaşlarını tutmaya çalışıyordu. Fakat ailece yenilen akşam yemeklerini sarsan Duclos'nun ölümüydü. Aynı hafta ilk sigara paketimi satın almıştım: Kokusu bugün hâlâ midemi bulandıran Gauloises sigarası.

O sene sinemada Jim Sharman'ın *Rocky* filmini neredeyse on iki kez ve Brian de Palma'nın *Phantom of the Paradise*'ını [Cennetteki Hayalet] da en az o kadar izlemiş olmalıyım. Rolling Stones'un "Angie"sinde ve Joe Dassin'in "L'été indien"inde dans ettiğimizi hatırlıyorum. Il était une fois'nın çok popüler olan "J'ai encore rêvé d'elle" isimli şarkısıyla, özellikle nakaratındaki "Je l'ai rêvée si fort que les draps s'en souviennent" [Onu öylesine derinden düşledim ki çarşaflar bile hatırlıyor] bölümünden dolayı dalga geçerdik. Gerçi 10 yaşındaki erkek kardeşim tam olarak neden dalga geçtiğimizi anlamazdı, ben

de anlamazdım aslında, ama işkence etseler bile bu gerçeği itiraf edeceğimi sanmıyorum..

Âdet olmak benim için öylesine büyük bir arzuydu ki bir önceki yazı, her iki saatte bir tuvalete gidip bacaklarımın arasından kan akıp akmadığını kontrol ederek geçirdiğimi hatırlıyorum. Bugün hâlâ âdeti benim için bu kadar çekici kılanın ne olduğunu bilmiyorum. Konu hakkında o kadar cahildim ki bildiklerim iki noktaya indirgeniyordu: İlk olarak kanama vajinadan geliyordu (çılgın bir arkadaşımın iddia ettiği gibi memelerden değil); ikinci olarak bu andan itibaren hamile kalınabiliyordu. Vücudumun hipofiz bezi, hipotalamus ve yumurtalıkların emriyle, oositlerin balosu ve programlanmış yok oluşlarının tüyler ürpertici bir senfoniye benzer planlamasıyla hormonal salgılara reaksiyon gösterdiğinden haberdar değildim. Sperm hakkında da yoğunluk ve miktar bakımından pek bilgim yoktu ve –belli bir zaman sonra– cinsel ilişkinin, penisin vajina içerisinde ritmik hareketlerle gidip gelmesi olduğunu keşfettiğimde çok şaşırmıştım. Hayalimde erkek ve kadının bir süre boyunca birbirlerine kenetlenerek durduklarını, en iyi ihtimalle orgazma ulaştıklarını kurmuştum fakat bize okulda gösterdikleri, eğitim kurumlarındaki cinsel eğitimi konu edinen 23 Temmuz 1973, 73299 sayılı Fontanet sirkülerindeki anatomi tablosundan, ritmik hareketlerin farkına varamamıştım. Bugünkü çocukların cinsel ilişkiler üzerine gerçekçi bir bakış açılarının olup olmadığını bilmiyorum, fakat benim açımdan, hayal gücüm beni sevişirken kaslarla alakalı bir çaba sarf etme gerekliliğine hazırlamamıştı. Orgazma gelince, bu terim benim için Marx'ın, babamın dilinden düşürmediği "artı değer teorisi" gibi anlaşılmazdı.

Doğrusunu söylemek gerekirse, âdet kanının neye benzediğini de, hangi ölçüde kanama yaşamam gerektiğini de bilmiyordum. Sabah külotumdaki kahverengi lekenin beni huzursuz etmesinin nedeni vajinamdan çıkan kanın aşağı yukarı bir musluk gibi akacağını ümit etmemdendi. Bu arada derste öğrendiğimiz birçok şey gibi genital sistemim konusunda da

karmaşık fikirlerim vardı. Bugün hâlâ Ukrayna'yı haritada bulmakta zorlanıyorum. Ve bacaklarımın arasından akan kanı gördüğümde, *Carrie au bal du Diable*[8] [Carrie Günah Tohumu] filminin kahramanı gibi yaygara koparmasam da, aniden gelen belirgin bir huzursuzlukla doldum: Her şey garip ve saçmaydı, tuhaf bir şekilde aldatılmış hissediyordum. Maalesef, Carrie gibi ampulleri patlatmak ya da düşmanlarımı tek bir düşüncemle yok etmek gibi bir şansım yoktu, öyle olsaydı şu anda bu konuşmayı yapmayacağımıza emin olabilirsiniz.

Günün sonunda, külotumun ortasında çok daha kırmızı bir leke görmemle bunun ishal olmadığını anlamıştım. Revire gidip bir "koruma ürünü" mü istemiştim yoksa bir arkadaşımdan ped mi ödünç almıştım hatırlamıyorum. Akşam Parizyen evimizin önünde annemle karşılaşıp ona bir bakış attıktan sonra, "Ben âdet oldum!" derken hatırlıyorum kendimi. Annem kaşlarını kaldırıp biraz ironik bir biçimde, "Bir bu eksikti!" diye cevap vermişti. Belki annelere özgü bir empati göstermesi gerektiğini düşünüyorsunuz ama sergilediği tarafsızlık başlı başına bir dersti: Âdet olmak, üzerinde gereğinden fazla zaman harcamamızı hak eden bir konu değildi. Kırıcıydı, ama tıpkı Diane Kurys'in gelecek yıl çıkacak *Diabolo Menthe* isimli filmindeki ve diğer birçok annenin yaptığı gibi bana tokat atmış olsaydı çok daha kırıcı olurdu.

İLK ÂDET VE SON TOKAT

Japonya'da olsaydık "çiçeklenmeyi", hazırlanan büyük yemekte elmalı şekerleme ve kırmızı pirinç yiyerek kutlar, Brezilya'da saç modelimizi değiştirir, Avustralya'da ise dans ederdik. Tokat atmak Batı'da geçerliliğini koruyan tek menarş –ilk âdet kanaması– ritüeli. Bu, –en kibar şekliyle– pek de uğurlu sayılmayacak türden bir şiddet biçimi.

1960'lı yıllarda, nalburlarda hâlâ kırbaç satılırdı ve ilkokulda çelik cetvelin gölgesi hâlâ hüküm sürmekteydi: Küçük

8. 1974 yılında basılan Stephen King romanından uyarlanan *Brian de Palma* filmi 1976'da vizyona girmiştir.

bir hatadan dolayı avuç içine, ciddi bir hata içinse parmak uçlarına vurulurdu. Popoya vurulması veya tokat yemek sıradan deneyimler arasındaydı. İstisnai olan ise benim ailemdi: Bedensel ceza ailem için tiksinti vericiydi, masada benim ve erkek kardeşimin söz söyleme hakkı vardı ve istediğimiz zaman dışarı çıkabilirdik.

Sonuna kadar götürüp bize alışılmadık kişilikler kazandırmak için bir de boşanmışlardı. O dönemde, anne ve babamın medeni hâlleri bize ani bir sosyal çöküşe mal olabilirdi: Ebeveynleri boşanan kız ya da erkek çocukların evine gidilmezdi. Doğum kontrolü 1967'de çıkan bir yasayla onaylansa da, karşılıklı rızayla gerçekleşen boşanmaların meşrulaşması ancak Temmuz 1975'te ilan edilmişti. Annem ve babam, yargıcı evliliklerini sonlandırmaya ikna edebilmek için nefret içerikli gerekçeler uydurmak zorunda kalmışlardı. Hayal güçleri zengindi, amaçlarına ulaşabilmek için bir yol bulmuşlardı, birbirlerini karşılıklı olarak ihmalkârlık ve aldatma ile suçlamışlar fakat arkadaşlık ilişkilerini sürdürmüş ve yeni eşleriyle sık sık görüşmeye devam etmişlerdi. Boşanmış ya da evli, hâlâ komünistlerdi ve politik sadakatleri nedeniyle bağlarını koruyorlardı. Şanssızlığım ise, beni düzenli olarak, sıklıkla âdet olduğum zamanlara denk gelen ve bana ölümcül acılar çektiren *fêtes de l'Huma*'ya [İnsanlık Bayramı] ve diğer devrimci gösterilere sürüklemeleriydi. Ortaokulda ise ikinci dil olarak elbette Rusça öğrenmeliydim ve yaz kampları mecburen Doğu Almanya gibi yoldaş ülkelerde yapılmalıydı. Ergenliğimin büyük bir kısmını, okulun içerisinde etkili olan propagandistlerden kaçmakla ve diğer politik eylemlerden sıvışmak için kitap okumakla geçirdim: Okumak, anne ve babamın, beni Courneuve Parkı'ndaki bitmek bilmez konserlerden, ortak programdaki ciddi gösteri ve mitinglerden azat edecekleri ölçüde saygı duydukları tek eylemdi.

Eğer annem yeni âdet olan genç bir kıza tokat atma geleneğinin Doğu Avrupalılara ait olduğunu bilmiş olsaydı, *Enternasyonel Marşı*'nı söylerken coşkuya kapılıp bana tokat atabilirdi. Fakat neyse ki kimse onu bu konuda uyarmamıştı. Tat'jana

Agapkina'ya göre, anne veya ailedeki diğer bir kadının, ilk âdetini gören kıza tokat attığı bu yaygın Rus geleneği "kızın yanaklarına renk vermeyi" amaçlar: "Beyaz Rusya'da ise genç kıza sertçe tokat atılmasının sebebi onu korkutmak, sonrasında düzenli bir âdet döngüsüne sahip olmasını ve kızın yüzünün âdet dönemlerinde bile canlı görünmesini sağlamaktı (böylelikle etrafındaki hiç kimse bu durumun farkına varamazdı). Sırplarda ise, anne, kızı mutlu olsun ve sağlıklı gönünsün diye ilk âdet kanını hafifçe kızın alnına ve kaşlarına sürerdi.[9]"

İlk âdet kanaması geleneği, tokadın yarattığı şaşkınlıkla, yetişkinliğe geçişi belirterek unutulmazlığını da ilan eder: Bu, tıpkı şövalyeliğe geçiş töreninde olduğu gibi karşılık vermeden yenilen son tokattır. Tarih bunun aksini iddia ederek; bu şamarın bir son değil, kadınların kuşaklar boyunca sadece birkaç önemsiz tokatla karşılık vereceği bir dayanıklılık testinin başlangıcı olduğunu kanıtlıyor. Kırmızı aynı zamanda Bolşeviklerin de rengidir, bu yüzden ailemin, bu egzotik gelenekte devrimci bilincimi uyandırmanın bir yolunu görmüş olmalarını beklerdim. Fakat konu benim erginliğe geçişime gelince aile, yerini daha çok babanın tüm kabileye kızının artık bir kadın olduğunu ilan etmek için çadırından çıktığı, diğerlerinin ise ona bitkisel tütsüler hazırladığı bir Kızılderili geleneğine bıraktı. Babamın o zamanlar beline kadar gelen uzun saçları vardı ve tütsüleme aşamasını üstlenecek derecede hatırı sayılır ölçüde ot içiyordu. Annem ilk âdetimi kutlamak üzere onu ve sevgilisini, en sevdiğim yemeği –patates graten– pişirdiği bir akşam yemeğine davet etmişti (tarifi büyükanneme aitti). Üstü kapalı derin bir sessizliğin hüküm sürdüğü yemeğin sonunda, babam son kadeh şarabını benim şerefime kaldırdı ve alaycı bir tonla, "Evet, demek bir kadın oldun öyle mi?" diye sordu.

Klişe bir soruydu bu, belki biraz da ironikti. O sıralarda yılın popüler şarkılarından biri Nicole Croisille'in *Femme, je suis devenue faaaamme avec toiaaaa* [Kadın, ben seninle kadın

9. Tat'jana Agapkina, "Les Menstrues dans la mythologie et les rites slaves", *Revue des études slaves*, Cilt 69, 4. fasikül, 1997, s. 529-543.

oldum] isimli şarkısıydı –bu ağır suçun sorumlusu besbelli, *gai comme un Italien quand il sait qu'il aura de l'amour et du vin* [Aşka ve şaraba kavuşacağını bilen bir İtalyan kadar mutlu] bir adamdı. Nicole Croisille herhangi bir şarkıyı işitsel bir suikasta dönüştürebilme yeteneğine sahipti. Bu yüzden o gece babamın sorusunu sertçe yanıtladım: "Daha önce ne olduğumu sanıyordun? Maymun mu?"

O gece boyunca ne olduğunu ifade edemediğim bir şeyin içimde kaynadığını hatırlıyorum. Bugün, kişisel bir durumun bu şekilde ilan edilmesinin aslında bir anda özgürce hareket edemeyecek duruma gelen genç kadınlara karşı gerçekleştirilen bir şiddet olduğunu biliyorum. Erkeklerin, ilk meni olarak da bilinen ilk gece boşalmalarını kutlayan hiçbir modern ritüel yok. Kimsenin aklına bütün aileyi davet ettikleri bir akşam yemeğinde genç ergene: "Görünüşe bakışırsa dün boşalmışsın. Bravo, artık erkek oldun, geçen gece gördüğün ıslak rüyalara bakılırsa artık kendi çarşaflarını yıkama zamanın geldi" demek gelmez.

Claude Lévi-Strauss, *L'Origine des manières de table* isimli kitabında Amerikan yerlisi halkların büyük çoğunluğunun çağlar boyunca âdet dönemleri ile (özellikle ilk âdet kanaması ile) çok katı bir beslenme biçimini bir araya getirdiklerinden bahseder:

> Genç kızların tüketmesi yasaklanan çeşitli besin maddeleri arasından, ortak paydada buluşan bazıları belirtilebilir. Yasakların geleneksel toprağı Kuzey Amerika'nın batı ve kuzey batısında, genç kızlar ılık haricinde ne soğuk ne de sıcak içecekler tüketemezlerdi. Katı gıdalar da ılık olmalıydı, (Eskimoların besinleri tükettikleri gibi) ne çiğ olmalı, Shuswaplara göre ne kanlı ne de çok taze olmalı, Şayenlerde ise kaynatılmış olmamalıydı.[10]

İlk âdet ritüelleri ile beslenmeyle ilgili görgü kurallarını birbirine bağlayan Lévi-Strauss bu öğreti üzerine çeşitli örnekler

10. Claude Lévi-Strauss, *L'Origine des manières de table*, Plon, Paris, 1968, s. 416.

veriyor: "İlk kez âdet kanaması yaşayan genç Chaco yerlisi kadınlar ve civar bölgedekiler, Lengua'da üç güne, Chiriguano'da ise iki aya kadar varan bir süre boyunca hamağa bağlı kalırdı[11]". O gece elbette iki ay boyunca kurutulmuş bir sosis gibi bağlı kalma fikri aklımın ucundan bile geçmedi, ama yine de beni etkisi altında bırakan bir çeşit tehdit hissetmiştim.

Yetişkinler, içkilerini yudumlamaya, sigara içip politikadan bahsetmeye devam ederken ben yıldızları seyretmek için balkona çıktım. O gece ay görünmüyordu. Babam yanıma geldi ve bana barış çubuğu yerine sarılmış ot uzattı. Bir süre tek kelime etmeden içtik, ben kadın olmuştum, o değildi. Daha sonra kafamdaki sorular, hijyenik pedim ve beni henüz terk etmeyen büyük oyuncak ayımla yatmaya gittim. Bir daha asla ota el sürmedim. Ama aklımda, sormaya cüret edemediğim, kimsenin cevap verecek gibi görünmediği çok fazla soru vardı. Herkesin varlığını görmezden geldiği büyük bir sırra bu şekilde ulaşmıştım.

CANIM ERGENLİK

Babamın sevgilisi Bri, kamaşmış gözlerimin önünde heyecanla çizdiği genital sistem kesitiyle aylar boyunca beni aydınlatmaya çalıştı. Âdeti ilerici ve feminist bir bakış açısıyla, keşfedilecek bir saha gibi ele alıp olumlama konusunda benzersiz bir yeteneği vardı. Ailemdeki kadınların var olmadığını öne sürdüğü âdet ağrıları konusunda yaşanan anlaşmazlıklar tam da o zaman başladı. Eğer çok sancım varsa büyük ihtimalle ilgi çekmeye çalışıyordum. Eğer acılar içinde kıvranıyorsam, bu kesinlikle psikolojik sorunlarım, reddettiğim kadınlığım, (kelimenin en geniş manasıyla) üstesinden gelinememiş *oedipus* kompleksim veya piyasadaki diğer bütün psikanalitik yorum karmaşasından dolayıydı. Bunun yanı sıra komünizm sayesinde acıya duyarsız hâle gelen Sovyet kadınlarını örnek almalıydım. Eşitliği elde etmiş kadın, fabrikada erkekler gibi çalışıyor ve çocuklarını kreşe bırakıyordu. Doğum kontrolü ve

11. A.g.e., s. 416.

kürtaj hakkına sahipti. Kadınsı olması istenmiyordu. Devrimci olması yeterliydi. Bu kadınların yanlarında kullandığı hijyenik pedlerin, âdet kanına bulanmadan önce bile kızıl olduğunu düşünüyorum.

Kısacası, 1975 yılının o nisan akşamından beri geleceğimi düşünüp oldukça yalnız hissediyordum. Artık annemin laf arasında fark etmemi sağladığı gibi "doğurgandım". Bizler cinsel yaşamına güvence altında başlayan ilk nesildik: Doğum kontrol haplarının kullanımı onaylanalı birkaç yıl olmuştu ve ilk âdetimden 3 ay önce, 17 Ocak 1975'te Simone Veil gebeliğin iradi olarak sonlandırılması yasasının meclisten geçmesini sağlayan harika fikrini öne sürmüştü. Bu, anne ve babamın beni nasıl bilgilendireceklerini bilmedikleri yeni bir durumdu. Hamile kalma korkusu, yaşanan sessizlik ve hiçbir açıklama yapılmamasıyla bana da bulaşmıştı, bu, bekâretim konusunda endişe ettiklerinden değil, annemin benimle ilgili hamilelikle bağdaşmayan büyük planlara sahip olmasındandı: Everest'in doruklarına tırmanacak, çölleri aşacak, karmaşık yabancı diller (tercihen Rusça, Arapça ve Çince) konuşacak ve belki de kadın ve erkekler arasındaki eşitliği ele alacak bir kitap yazacaktım. Annem, beni etkilememek için planlarının hiçbirini benimle paylaşmadı. Bense deyim yerindeyse onu hayal kırıklığına uğratmaya mahkûmdum.

İlk âdetim bir hafta sürdü ve 14 yaşında, sevgilimle deniz kıyısında kamp yaptığımız bir sonraki yaza kadar geri dönmedi. İşte o zaman anne ve babamın korkuları yeniden su yüzüne çıktı. Sevgilimle bedenlerimizi yakıp kavuran erojen bölgelerimizi ürkekçe keşfetmek dışında pek de bir şey yapmıyorduk, tabii yaşadığımız aşk oyunlarının babamın atalarının geldiği bölgede bütünüyle kabul gören bir gelenek olduğunu bilmiyordum. Alsas'ta gerçekleştirilen geleneksel evlilikler üzerine yazılmış bir makalede, Marie-Noële Denis, Basse Alsas bölgesinde "Kommächten" (gelecek geceler) diye adlandırılan bu gelenek Haute-Alsas'da ise "Schwammen" olarak geçer. "Âşık erkeğin; salı, perşembe, cumartesi ve pazar geceleri sevgilisini yatağın-

da ziyaret etme hakkı vardır. İsviçre, Almanya ve İsveç'te de 'Kiltgang' adı altında uygulanan bu gelenek, Munster vadisinde 19. yüzyılın ortalarına kadar sürdürülmüştür.[12]"

Margaret Mead ya da Bronislaw Malinowski tarafından betimlenen Okyanusya kültürlerinde olduğu gibi, hamile kalmadan ve hiçbir doğum kontrol yöntemi kullanmadan aşkı keşfedebilirdim. Bu konuda biyoloji de benim tarafımdaydı, çünkü modern jinekologlara göre genç bir kızın ilk âdet kanamaları, yumurtlama olmaksızın gerçekleşir. Dolayısıyla büyük bir risk almadan sevişebilirdim ama ağırdan alabilmek için dürtülerimize ket vurmak konusunda anlaşmıştık. Öyle korkuyordum ki, sevgilimin büyük ihtimalle başka seçeneği kalmamıştı.

Tampon takmayı beceremediğim ve pedler bacaklarımın arasında büyük bir çıkıntı oluşturduğu için denize giremeden geçirdiğim uzun günleri hatırlıyorum. Yarı giyinik bir biçimde keyifsizce plajda oturuyor, diğerlerinin denize girişini izliyordum. Kendimi kirli, utanmış hissediyordum, ilk defa vücut kokumdan dolayı rahatsızdım ve neredeyse yürüyemeyecek derecede ağrı yaşıyordum. Bu tabu beni; annemi, büyükannemi veya dünya üzerindeki milyonlarca kadını etkilediği ölçüde etkilemese de, mutlu bir anı değildi. Her gece çadırda soluğum endişeyle kesilene dek Bram Stoker'ın *Drakula*'sını okumuştum.

Âdet kanıyla olan hikâyem daha yeni başlamıştı.

12. Marie-Noële Denis, "Le mariage traditionnel en Alsace, Exemple d'un village du comté de Hanau-Lichtenberg de 1737 à 1837", *Revue des sciences sociales de la France de l'Est*, Sayı 8, 1979.



DİŞE DİŞ KANA KAN

2015 yılının ekim ayında İsveç televizyonlarında *Hipp hurra för mens* isimli bir çocuk şarkısı yayımlandı. Düşünülenin aksine buradaki *mens* kelimesi "erkek" değil "menstrüasyon" anlamına geliyor. Sunucu Alex Hermansson hareketli müzik eşliğinde bulaşıcı bir coşkuyla âdetin şarkısını söylüyor: "Bu, her kızın ara sıra yaşadığı bir şey / Kızlar bundan bahsetmek istemezler / Belki de bu durumdan biraz utanıyorlar / Fakat bu son derece normal / Tek yapmamız gereken onlara karşı biraz daha nazik davranmak / Sabırlı olalım / Yalnızca biraz kan!" Nakarat ise şu şekilde: "Regl, regl, yaşasın regl olmak, vücut tam da olması gerektiği gibi çalışıyor, bu harika!"

Alex Hermansson kırmızı bir halı üzerinde ukulelesini çalarken ve korsan kılığına girmiş hijyenik tamponlar, pedlerle oluşturulan dekorun önünde mazurka dansı yaparken kameraya sıçrayan kan damlalarını seyretmek bizi neredeyse 7/24 regl olmaya heveslendirecek oluyor. *SVT* kanalı çocuk programları sorumlusu Petter Bragée'ye göre hedef kitlesi kız ve

erkek çocukları olan bu klip, tabuların gizemini aydınlatmayı amaçlıyor: "Toplumun yarısını etkileyen bu çok doğal durum hakkında konuşabilmeliyiz".

Sevimsiz görünmek istemezdim fakat benim şarkıdan anladığım tam olarak bu değil. Ki zaten şarkının sözleri de şüphe doğuruyor. "Bu, her kızın ara sıra yaşadığı bir şey?" Zayıf bir kelime. Ortalama 28, 29 veya 30 günde bir, kısacası yaklaşık kırk yıl boyunca neredeyse her ay, gerçekleşen âdet döngüsünden bahsetmek için "sık sık" kelimesi çok daha uygun olabilirdi.

Kızların neden bu konudan bahsetmek istemediklerini, hatta eğer bu durum "son derece normal" ise neden bundan utandıklarını sorgulayabiliriz. Ayrıca böyle zamanlarda neden "sabırlı" ve "biraz daha nazik" olunması gerekiyor? Çünkü sonuçta bir şey ya harikadır ve hep bir ağızdan nakaratı söyleriz ya da berbattır ve bu noktada daha fazla açıklamaya ihtiyaç duyarız. Eğer 6 yaşında bir kız olsaydım ve bu şarkıyı dinleseydim benden bir şey saklandığına kesinlikle emin olurdum.

Kızım kısa bir süre önce bana, ablasının "orasından" kan aktığını öğrenen küçük bir kızın hüngür hüngür ağladığı bir video gönderdi. Kahkahalar atan söz konusu abla, "Neden ağlıyorsun?" diye sorduğunda küçük kız onu, "Çünkü öleceksin!" diye yanıtlıyor. Benzer şekilde, mizahçı Nawell Madani bir skecinde âdet olduğunu fark eden ve bağırmaya başlayan ayaktakımından genç bir kızın şaşkınlığından bahsediyor: "Oramdan vuruldum, oramdan vuruldum! Bu savaş demektir!"

Kuruntulu olduğum düşünülebilir fakat ölümün de doğal bir olay olduğunu hatırlatmak isterim. *Normal* şartlar altında, beden yaşlanır, buruşur ve ölür. Eğer ABBA fanı değilseniz, kimse size İsveççe bir çocuk şarkısı söylemez. Fakat cenazelerdeki anma konuşmaları ölümü evet, yaşasın, Tanrı sizi yanına çağırdı (ve siz de bu çağrıya yanıt verecek kadar enayiydiniz) diye açıklıyor. Tıpkı Bowie'nin dediği gibi *ashes to ashes, funk to funk, we know Major Tom is a junkie*, [küller küllere, korkular korkulara, Binbaşı Tom'un bir bağımlı olduğunu biliyoruz] toprağız, toprağa geri döneceğiz. Sakin olun kızlar, bu, ölümlü

olduğumuza göre her şeyin yolunda gittiğinin bir işareti. Doğa bu durumun kasvetini hafifletmek için bize genlerimizi bir sonraki nesle aktararak bu macerayı sürdürme imkânı tanıyor. Dinler ise bizi hayatın sonbahardan sonra devam edeceğine inandırmaya çabalasa da, en hayalperestler dahi öbür dünyanın belki de yalnızca bir metafor olduğunu biliyor.

Burada, sizlere her ay gerçekleşen bu efsanenin en kanlı –bazen de en şaşırtıcı– hikâyelerini anlatmayı tercih ettim. Âdet kanamasının gizemini anlamaya çalışmak, benim de deneyimlediğim gibi, hiç de kolay bir iş değil. Âdeti çevreleyen tabu; mitler, gerçekler, batıl inançlar ve en güncel bilimsel görüşler arasında birçok farklı şekle bürünüyor. Korku filmleri ya da komedi skeçleriyle arasındaki bütün benzerlik bir tesadüften fazlası olamaz.

SOLMUŞ MENEKŞE KOKUSU MU?

1975'te, ailemin "özgür" olarak tanımlanabilecek kadınları, âdetin pis olmadığını, ağrıya neden olmadığını, her şeyi trajik yönünden algılama alışkanlığımdan dolayı büyük olasılıkla abarttığımı ileri sürmüşlerdi. Ağrı çektiğim ve kendimi pis hissettiğim için aptal olduğumu düşünüyordum, kız arkadaşlarımla paylaştığım en büyük korkum ise elbette gün ortasında popomda şeytanın lekesini görmekti.

Bana ne oldu bilmiyorum ama bir akşam, televizyon izlerken çıkardığım hijyenik pedimi salondaki kanepenin üzerinde unutup yatmaya gitmişim. Sonraki gün annem beni kenara çekip müstakbel eski kocasının[1] sabah suç aletini bulduğunu ve kirli pedleri ortada bırakmanın Windsor protokolünün bir parçası olmadığını açıklamıştı (annemin bana bir görgü kuralını öğretirken kullandığı favori cümlesi: "İngiliz Kraliçesi'nin davetine katıldığında ne yapacaksın?" idi. O daveti hâlâ bekliyorum...).

Utandığımı hatırlıyorum. Ama bu "yakışıksız" hareketin, daha sonrasında anneme verdiğim yanıtın da kanıtladığı türden

1. Ailemi meydana getiren tüm bireyleri belirlediğimde, oturup başka bir kitap yazacağım. Bu süreçte sabrınız için teşekkür ederim.

bilinçdışı bir gerekçesi olmalıydı: "Ne yani, ben âdetin kirli olmadığını ve bu konudan bahsedebileceğimizi sanıyordum?" Annem küstahlığımı bana yedirmek için yakama yapışmayacak derecede nazikti. Yine de beni cevapsız sorularımla yalnız bıraktı.

Zor zamanlarda bana hep güç vermiş olan edebiyat dahi lafı dolandırıyordu. Bana ne olduğunu anlayabilmeme yardım edebilecek kitapları ararken kütüphaneyi yağmaladığımı hatırlıyorum. Ergenlik yıllarımda, bu konuyu ele alan yalnızca iki ya da üç kitap buldum: Marie Cardinal'in daha çok *metroraji*, yani bitmeyen âdet kanamasını konu edinen *Les Mots pour le dire*'i ve Annie Leclerc'in *Paroles de femme* isimli kitabı. O zaman bu kitapta okuduğum tanım bana bir beddua gibi gelmişti: "Diğer şeyler (özellikle doğum yapmak) kadınlara sonsuz zorlukta ve korkunç görünse de, âdet kanaması kadınların cinsel organlarının; en utanç verici, en aşağılayıcı buldukları ve en çok nefret ettikleri parçasıdır[2]".

Bana bir miktar yardımcı olan tek kitap, Simone de Beauvoir'ın, 17 yaşında okuduğum ve ailemdeki kadınların baskın bakış açısını özetleyen *La Deuxième Sexe*'ti.* Kitap beni heyecanlandırmış olsa da, tatmin olmamıştım. Çünkü bir kadının dünyayla mücadele edebilmek için cinsiyetinin kısıtlamalarından özgürleşme olasılığını ilk defa 1949 yılında ortaya çıkaran özgürleştirici satırları; dişiliğe, anneliğe ve hatta biyolojiye duyulan tiksintiyi belirten bakış açılarıyla birleşiyordu. Bu kitabı okuduğumda; ilk olarak baskın kültürün âdeti damgalaması, sonrasında ise feministlerin kraliçesinin dahi, âdeti izleyen rahatsızlıkları hayallere ya da kişilik zayıflıklarına bağlayıp âdeti küçümseyerek ele almasından dolayı iki kere utanmıştım.

Bu çelişkinin tam ortasında, 1979 yılında altını kurşun kalemle çizdiğim şu satırlara rastlıyorum:

2. Annie Leclerc, *Paroles de femme*, Babelio, Paris, 2001 (1972), s. 72.

* Simone De Beauvoir, *Kadın İkinci Cins I*, Çev. Bertan Onaran, Payel Yayınları, 1993. (y.h.n.)

> İşte o zaman, küçük kız etsel yanı gereğinden çok ağır basan vücudundan tiksinmeye başlar ya da tiksintisi artar. Üstelik ilk şaşkınlık geçtikten sonra bile, her ay yinelenen tatsız durum ortadan kalkmaz. Genç kız bedeninden çıkan o tatsız, durgun su kokusu –solmuş menekşe ya da bataklık kokusu– karşısında her seferinde aynı tiksintiyi duyar.[3]

Tatsız, durgun su kokusu mu? Bataklık ve solmuş menekşe kokusu mu? Ben deniz kenarında büyüdüm ve bahçede kırmızı balıkların yüzdüğü süs havuzunun hemen yanında, hep arkasına saklandığım bir menekşelik vardı. Bu çiçeklere olan tutkumu bilen babam bana Violetta diye seslenirdi, annemse bana hep menekşe parfümü hediye ederdi. Solmuş menekşe kokusuna aşinayım ve bu kokunun ne âdet kanının kokusuyla ne de bataklık ya da durgun su kokusuyla en ufak bir benzerliği olduğunu düşünüyorum.

Âdet kanının kokusu vardır, bu kesin. Tıpkı ter ve idrar kokusu gibi döneme ve kişilere bağlı olarak farklılık gösterebilir. Kişisel olarak ben; gül, limon, portakal çiçeği kokusunu severim fakat aynı zamanda peynir, deniz, ıslak toprak, fırtına, yeni kesilmiş ot, mum, benzin, yanık, ızgara et, soyulmuş domates, fesleğen ve çiğ sarımsak kokusunu da severim. Koltukaltı kokusunun büyük ölçüde soğan kokusuna benzediğini fark etmiş miydiniz? Soğan midenizi bulandırıyor mu? Benim bulandırmıyor. Âdet kanı, binlerce gün boyunca vücut kokumun bir parçası oldu. Bu koku kırmızı et kokusunu anımsatabilir. Köpekler bu kokuyu kolayca fark eder. Bize bundan utanmayı öğretmiş olsalar da kendi kokumuzu sevdiğimiz herkesçe bilinen bir durumdur, dolayısıyla ben de bazen bu kanı gizlice koklarım. Dişi genlerime binlerce yıl boyunca kazınan koşullanmaya ve "malum günlerde bile ferah kalma" zorunluluğunu dayatan reklamlara rağmen, kendimden hiçbir zaman âdet kanını durgun su kokusuna benzetecek ölçüde nefret etmeyi başaramadım. Ferah kalmanın bana hamamda gibi terlemekten çok daha az

3. A.g.e, s. 285.

ilginç görünmesine ilaveten, kardeşimin en sevdiği söze uymayı tercih ederim: "Başı serin, kıçı sıcak tut, tersini asla yapma!"

Sevmediğimiz insanların kokusunu alamadığımız söylenir. Bunun tam tersinin de doğru olduğu pek vurgulanmaz. Ben, bana yakın olan insanların koltukaltı kokusunu ve hâlâ tabu olan cinsel bölgelerinden gelen kokuları seviyorum. Bu kokuyu yapay bir deodorantın veya sabunun ardına saklamak bana hep canice gelmiştir.

KOD ADI: KELEBEK KANATLARI

Osez le féminisme hareketinin 2015 yılında başlattığı "Sang Tabou" kampanyasının 40 sene sonra belirttiği üzere, âdet ile ilgili ilk önyargı kirli olması ve kötü kokması üzerinedir. Bu düşünce, hijyen, Avrupa toplumlarında bir standart oluşturmaktan uzak olduğundan, oldukça şaşırtıcı. Sabun kullanımı ve kişisel bakım oldukça yeni alışkanlıklar. Ben çocukken banyo lükstü, diş fırçalamak isteğe bağlıydı ve okulda diş sağlığı dersi görmeden önce kimsenin umursadığı yoktu.

Fransa'da herkes yemek esnasında bağırsak hareketlerinden bahsetmekten hoşlansa da, anne salatayı hazırlarken ondan ped istemek pek de hoş karşılanmaz. "Nasıl gidiyor?" (*comment ça va?*) veya "Nasılsınız?" (*comment allez-vous?*) ifadelerinin, önceleri, konuşulan kişinin bağırsak hareketleriyle ilgili bilgi edinmeye yaradığını ve aslında, "Helada işler nasıl gitti?" anlamına geldiği bilinir. 18. yüzyılda dünya meseleleri üzerine sohbet ederken, oturaklı tuvaletlere herkesin önünde kaka yapmakta uygunsuz bir durum yoktu, idrarın duruluğu, kokusu ve yapılma sıklığı ise bitmek bilmeyen tartışmalara sebebiyet verirdi. Tükürmek, terlemek, ağlamak ve hatta emzirmek bile kanın, özellikle âdet kanının hassas ruhlar üzerinde yarattığı dehşeti yaratmazdı.

Bugün hâlâ, İsveçli Alex'in ve diğer âdet kanı aktivistlerinin takdire şayan çabalarına rağmen kimse bilgisayarının üzerinden tiz bir sesle, "Hey tamponun var mı? Öküz gibi kanıyorum*"

* *Saigner comme un boeuf.* Çok kanaması olmak anlamında kullanılıyor. (ç.n.)

diye bağırmıyor. İnek gibi değil öküz gibi kanamak, deniyor. Sığır etine lezzetli, fakat danalara deli* diyoruz. Kısacası, kelime eğer dişiyse zaten *Scrabble*'da birkaç puan kaybetmişizdir ve puanın üçle çarpılması söz konusu bile değildir. Bir arkadaşım da benzer bir sebeple babası ve erkek kardeşini rahatsız etmemek için ped kelimesi yerine bir kod adı bulmak zorunda kaldığından bahsetmişti: "kelebeğin kanatları". Aynı şekilde 2015 yılında oluşturulan feminist internet sitesi *Passion menstrues*'nün[4] mutlak krallığında hüküm süren gazeteci Jack Parker'a göre, "Burnumuz kanadığında utanmıyoruz". Fark, burnumuzun her ay düzenli olarak kanamamasından ve burnumuzu sümkürerek çocuk doğurmamamızdan kaynaklanıyor olabilir –çok eğlenceli olsa da burun karıştırarak orgazm olmaktan bahsetmiyorum bile.

HİPOKRAT YEMİNİ

Doktorların atası Hipokrat, âdet konusunda sahip olduğumuz hatalı bakış açısının ağır sorumluluğunu taşıyor. Hipokrat birçok kadının âdet öncesindeki günlerde migren, kramp, ruh hâli değişimi, kas ağrısı gibi dertlerden muzdarip olduğunu ve bu problemlerin âdet olur olmaz kesildiğini gözlemlemiş. Bundan, kanamanın sağlıklı olabilmek için kaçınılmaz olduğu sonucunu çıkarmış. Çünkü kanama, organizmayı zehirleyen "kötü ruhların" vücuttan atılmasını sağlıyormuş. Hipokrat, ünlü yemininde[5] "Âdet olamayan bir kadının yaşadığı burun kanaması sağlıklıdır" diye belirtiyor. Çünkü kadın bu şekilde kendisini zehirleyen "fazla" kanı tahliye etmiş oluyor. Martin Winckler'e[6] göre 19. yüzyıla kadar sürdürülen zararlı bir uygulama olan hacamatı da Hipokrat'a borçluyuz. Kadınlara

* Türkçeye deli dana hastalığı olarak geçen ifade Fransızcada *la vache folle*, deli inek olarak kullanılır. Dolayısıyla yazar lezzetli bir et yemeğinin dana etinden yapıldığını fakat hastalığa sahip olan hayvanların dişi olduğunun vurgulandığını belirtiyor. (ç.n.)

4. (www.passionmenstrues.org).

5. Hipokrat, *Diseases of Women*.

6. Martin Winckler, *Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur les règles sans jamais avoir osé le demander*. Fleurus, Paris, 2008, s. 34.

(hatta hamilelere) olduğu kadar erkeklere de uygulanan bu yöntem, tedavi edilen kişiyi öldürerek birçok kez kesin iyileşme sağlamıştır.

Bu görüş o kadar uzun bir süre geçerliliğini korudu ki, ancak neredeyse 100 yıl önce, 1920'de doktor Bèla Schick *menotoksin* teorisini yeniden ele aldı. Âdet gören genç bir kıza bir gül buketi verdikten sonra çiçeklerin sonraki gün hemen solduklarını görmekten rahatsızlık duyup, âdet dönemindeki kadınların bitkilerden başlayarak, herhangi bir şeyi soldurabilen zehirli salgılar ürettiği sonucuna vardı. Teori ortaya atıldığı tarih itibariyle çürütülse de, antik dönemlerde su yüzüne çıkan popüler kültüre yerleşmiş önyargıları destekler nitelikteydi. 20 yaşındaki kızım dahi, yakın bir zamanda bana doğum kontrol hapı kullanmak istemediğini, çünkü âdet olmanın sağlığı için "kötü" kanını dışarı atmasına yardımcı olduğunu söyledi. Bu düşünce kadınların sağlığı için âdet kanından çok daha zehirlidir, özellikle gebelik önleyici iki paket hap arasında tahliye edilen kan ile âdet kanının pek de bir ilgisi olmadığından. Çünkü bu yöntem, hipotalamus isimli şaşkını, yumurtlama komutu verilen kadının zaten hamile olduğuna inandırmayı amaçlayan hormonal bir hileye dayanır. Gerçekleşmemiş bir döngünün bitimini işaret etmekten uzak olan bu durum, kanamayı tetikleyen fakat endometrial mukusun dışarı atılmadığı, hormon seviyesindeki düşüşün sonucundan ibarettir. Çünkü o, yumurtlama gerçekleşmediğinde banyoda her ay yapılan büyük duvar kaplama işleminden haberdar değildir.

Bu sebeple, neden yalnızca kadınların her ay belirli bir miktar kirli kandan kurtulması gerektiği merak konusu. Neticede, toksinleri atmak için çiş ve kaka gibi daha etkili başka yöntemlere de sahibiz. Bizi kederden kurtarmak için gözleri kayganlaştıran antikorlarla yüklü gözyaşlarımız var. Ter, vücut sıcaklığının düzenlenmesini ve bazı çekici feromonların yayılmasını sağlar. Sperm ise, herkesin bildiği gibi, gebe kalınmasını sağlar. İnternette düzenli olarak yayılan söylentiler ise bizleri spermin sağlığa yararlı olduğuna ve kadınlar tarafından absorbe edil-

mesinin birçok hastalığı önlediğine inandırmayı hedefliyor. Fakat modern tıbbın bugün doğruladığı üzere, âdet kanı rahmi terk ettikten sonra belirli bir işleve sahip değil: Başarısızlığa uğramış üremenin bir göstergesinden fazlası değil.

Bu, İsveçli dostumuzun sözünü ettiği utanç olabilir. Çünkü psikanalist Serge Tisseron'a göre utanç, toplumsal anlamda önemli bir rol oynuyor: "Yalnızca özsaygıyı etkileyen mahcubiyet ve yakınlarının sevgisini kaybetme korkusuna bağlanan suçluluk duygusundan farklı olarak utanç, kişinin kendi çevresi içerisinde bir özne olma inancını da tehdit ediyor".[7] Çünkü utanç "kırılgan hâlde olan herkes üzerinde egemenlik kurmak için kullanılan" akıl karıştıran ve yalnızlaştıran bir silahtır.

YAŞLI PLİNİUS'UN PENCERESİNDEN

Konu âdet kanamasını şeytan gibi göstermeye gelince kimse Yaşlı Plinius'un eline su dökemez. Birbirinden çılgın batıl inançların derlemesi olan *Histoire naturelle* isimli kitabı, uzun süre güvenilir bir kaynak olarak görülmüştür. Birlikte bakalım:

> Âdet kanaması kadar uğursuz bir şey bulabilmek zordur. Âdet gören bir kadın, yaklaştığında tatlı şarabı ekşitir, dokunduğu tahılların verimliliğini etkiler, aşılanan ağaçları öldürür, bahçe bitkilerini kavurur; sırtını yasladığı meyve ağaçları devrilir; bakışları, ışıldayan aynaların rengini soldurur, çeliği ve parlak fildişini paslandırır; arılar kovanlarında ölür; çanlar ve kılıçları pas kaplar ve ortalığa iğrenç bir koku yayılır. Bu kanı tadan köpekler kuduz olur ve ısırıkları tedavi edilemez bir zehir yayar. Dahası, yılın belli bir döneminde Lut Gölü'nün [Ölüdeniz] üzerinde yüzen, hiçbir şekilde parçalara ayrılmayan, dokunduğu her şeye bulaşan, yapışkan ve akışkan bir madde olan, *asfaltiti*, yalnızca bu virüs parçalara ayırabilir. Küçücük hayvanlar olan karıncalar bile bu etkiyi hissedip taşıdıkları taneleri bir daha dokunmamak üzere bırakırlar. Kadın, bu denli zehirli bu akıntıyı her otuz günde bir yaşar ve kanama her üç ayda bir, çok daha yoğun gerçekleşir.[8]

7. Serge Tisseron, *La Honte. Psychanalyse d'un lien social*, Dunod, Paris, 2014, s. 17.
8. Yaşlı Plinius, *Histoire naturelle*, VII. Kitap, 13. Bölüm.

Plinius, bir kadın "âdet dönemindeyken gün doğumunda körpe üzüm asmalarının önünde soyunursa, bitkilerin geri dönüşü olmayacak şekilde çürümesine neden olur[9]" diyecek kadar ileri gitmişti. Hz. İsa'nın zamanında sabahın erken saatlerinde asma bağlarında çıplak bir şekilde koşmanın alışılagelmiş bir durum olup olmadığını bilmiyorum fakat 23 yılında doğan Plinius, âdet dönemindeki bir kadının denizde gerçekleşen bir fırtınayı da dindirebileceğini düşünüyormuş. Bu karmaşık fikirler, atalarımın, benim bugün maalesef mahrum olduğum özel uğraşlara sahip olduklarını düşündürüyor. Marsilya yamaçlarında yaşayan ve ailesindeki birçok erkeği denizde kaybeden büyük büyükannem Mira belli ki denizlerin kabarmasına neden oluyormuş. Büyük büyükannemin mavi gözleriyle fırtınalara meydan okurken çıplak olup olmadığını bilmiyorum. Bir aile efsanesine göre büyük büyükannem aynı zamanda, oğlu Jean'ın deniz ticaret filosuna katılmasını önlemek için, kendini evlerinin çatısından atmak istemiş. Böylelikle Jean Nîmes'de radyo tamiratçısı olup en büyük hayalinden vazgeçmek zorunda kalmış.

Konu birayı ve şarabı ekşitmeye, sütün kesilmesine, dana konservesinin veya tuzlanmış domuz etinin bozulmasına gelince, kanaması olan kadına neredeyse simyacılığa benzer bir dönüştürme gücü atfediyoruz. Jean-Yves le Naour ve Catherine Valenti'nin[10] aktardığı üzere 20. yüzyılın başında Anjou bölgesine gönderilen âdet gören kadınlar, böcek öldürme özelliklerinden dolayı tırtılları öldürmek için lahana tarlalarında koşuyorlardı. Ben de Marsilya yakınlarındaki ailemize ait kulübeye tatile gittiğimizde böcekleri yok etmek gibi bir becerim olsun çok isterdim, fakat maalesef sinekler hiçbir zaman bacaklarımın arasından akan kandan etkilenmediler.

Sözde zararlı etkilerinin yanında; cüzamı, hemoroiti, gut hastalığını, epilepsiyi ve migreni iyileştirme gücü atfedilen

9. A.g.e., XXVIII. Kitap, 21. Bölüm.
10. Jean-Yves le Naour ve Catherine Valenti, "Du sang des femmes, Histoire médicale de la menstruation à la Belle Époque", *Clio Histoire, femmes et sociétés*, Sayı 14, 2001.

âdet kanı, her türlü aşk iksiri bileşiminin içerisine de girmiştir. Helenist Odile Tresch, ünlü fahişe Laïs de Corinthe'in İsa'dan önce 4. yüzyılda "içerisinde âdet kanı da olan, düşük yapmaya yarayan, gebelik önleyici ve hatta döllenmeyi önleyen tarifler" verdiğinden bahseder.

> Çünkü âdet kanı, aynı zamanda gut hastalığı, çıban, kulak iltihabı ve kan çıbanı tedavisi gibi tıbbi meziyetleri için de kullanılırdı..., epilepsi hastalarını kendilerine getirmek için âdet kanı ayak tabanlarının altına sürülür, kurutulup küçük parçalara ayrılan kan, yük hayvanlarını ve baş ağrısı yaşayan kadınları tedavi etmek için kullanılan ilaçlarının bileşeni içinde yer alırdı. Bir parça âdet kanı ile ıslatılmış kumaş parçası veya pamuk, asfaltı aşındırma becerisinin dışında, kuduz köpek ısırıklarını tedavi eder, köpek ısırması sonrasında yaşanan sudan tiksinme durumunu ortadan kaldırır, sıtma ve malarya nöbetlerini tedavi eder. Sıtma ve malarya nöbeti âdet başlangıcında yaşanan cinsel birliktelikle de aynı ölçüde tedavi edilebilir.[11]

Âdet kanının bu tedavi edici niteliğinin 2007 yılı itibariyle gelecek vaat eden bilimsel gelişmeler yaşayacağı görülecektir. Fakat bu metinleri okurken asıl rahatsızlık veren, âdet kanıyla hiçbir ilişkisi bulunmayan, gerçek bir felaketi öngörüyor olmaları. Zira bugün tahılların verimi, genetiği değiştirilmiş organizmalar tarafından bütünüyle yok ediliyor, arılar zirai ilaçlar dolayısıyla ölüp öldürülüyor ve petrol, Ortadoğu'da kanlı savaşlara neden oluyor. Tabu ya da değil, kadınların kanının çok daha tesirli felaketlerle yer değiştirdiğini kabul etmeliyiz.

KAN MI KIZILCIK ŞERBETİ Mİ?

Bu bağlantıdan yararlanarak pornografi dünyasına kısa süreli bir baskın yapmayı öneriyorum. *YouPorn*'da "âdet döneminde seks" yazıp aratırsanız, alışıldığı üzere sodomi, altın duş [part-

11. Odile Tresch, "Rites et pratiques religiesuses dans la vie intime des femmes d'après la littérature et les inscriptions grecques", Doktora tezi, École pratique des hautes études, Paris, 2001.

nerin üzerine işeme] sahneleri veya fışkıran idrar, bir iki kanlı cinsel birleşme görüntüsü bulursunuz ama erkeklere yapılan oral seks dur durak bilmeden devam ederken âdet dönemindeki kadınlara oral seks yapıldığına asla rastlamazsınız.

Bununla birlikte, *Orange Is The New Black* dizisinin 4. sezonunda, âdet kanına bulanmış ped ve külotlardan tahrik olan ve bu konuda özelleşmiş bir internet sitesinde bir araya gelen oldukça kapalı bir erkek grubu vardır. Bir Amerikan hapishanesindeki tutukluların, dişi kokularına ilgi duyan ve âdet kanının yaydığı ince kokuyu beğenen bu amatörlere yönelik düzenlediği ilginç bir kirli külot trafiği görürüz. Dizide, merak edenler için, soya sosu ve Gorgonzola peynirinden oluşan karışımın bu kokuya ikna edici ölçüde benzediğini öğreniyoruz.

17. yüzyılın bilge *libertenlerinden* Jean-Jacques Bouchard, ilginç bir kitabında,[12] baş kahramanı Oreste'in, iktidarsızlığına çare bulmak için âdet gören bir hizmetçiyle nasıl cinsel ilişkiye girdiğinden bahseder. Metin, eski Fransızcaya hâkim olmayanlar için anlaşılması zor olsa da bu durumu, aşığı Allisbée'nin (Isabelle isminin anagramı) âdet olduğunu belirtmek için kullandığı "şekerlendim" ifadesinden anlıyoruz. Oreste, âdet kanının tam olarak nereden geldiğini görmek ve "doktorların âdet kanı hakkında söylediklerinin gerçek olup olmadığını" doğrulamak için kızla birçok deneyim yaşadığından bahseder. Aynı zamanda bu sıvının "otları ve üzüm asması tomurcuklarını öldürdüğü" ve "köpekleri kuduz ettiği" fikirlerini çürütmeye çalışır. Tadını "kendi dilinin üzerinde" hissettikten sonra Oreste bu sıvının "kekremsi ve acı" bir tadı olmadığını ve "çiçeklenen kadınların baktıkları aynanın rengini soldurduğu ya da salamura yiyecekleri bozdukları" konusunda ikna olmadığını belirtir. Allisbée'yi erkeklerin de "şekerlendikleri"ne inandıran Oreste kıza, kendi organını sıvazlayıp fışkıracak kanı görmesini teklif eder. Kız kabul eder çünkü erkeklerin de kanama yaşayabile-

12. *Les Confessions de Jean-Jacques Bouchar Parisien, suivies de son Voyage de Paris à Rome en 1630*, ilk olarak les Manuscrits de l'Auteur tarafından yayımlandı, Isildore Liseux (Ed.), Paris, 1881.

cekleri fikri ona inanılmaz gelir. Şüphesinde haklıdır, aşığının son boşalmasında kanıtladığı üzere, bunun kanla hiçbir ilgisi yoktur. Bu durum Allisbée'nin önce "kahkahayı patlatmasına" hemen sonrasında ise utanıp küçük düşmesine neden olur. Fakat gözyaşları kurumuş ve arzu geri dönmüştür, âşıklar aşk oyunlarını "şekeri elde etmeye" adanmış yöntemlerle belirler.

BİRKAÇ YUMURTA KIRMADAN MAYONEZ YAPILMAZ

Bugün artık hiç kimse âdet olunduğunda mayonez yapılmayacağı konusunda ciddi anlamda ısrarcı olmuyor.* Bunun temel nedeni; mayonezi, tarım gıda endüstrisi tarafından üretilen ketçap ve diğer bedensel olmayan sıvılarla birlikte marketlerden aldığımız için artık –neredeyse– hiç kimsenin evde mayonez yapmıyor olması.

Âdet kanının etrafını saran batıl inançların hâlâ fazlasıyla dirençli olduğu 1970'li yıllarda durum böyle değildi. Yeni deneyimlere susamış olmamdan ve engel tanımaz kişiliğimden dolayı, bir gün bu laneti kendi ellerimle deneyimleme merakına kapıldım. Hey yıl Marsilya yakınlarında; deniz eğlenceleri, uzun kâğıt oyunları ve ailevi dramlarla dolu bir yaz tatili için bir araya gelirdik. Babam; arkadaşlar, çocuklar, gençler, âşıklar ve eski dostların doluştuğu elli metrekarelik küçük kulübenin çevresine ördüğü taş duvarlar, badem ağaçları arasına kurduğu hamaklar ve çadırlarla kendi saltanatını kurmuştu. Ailenin ve komşuların katıldığı; yahni, sarımsaklı mayonez, balık çorbası ya da pesto soslu çorbanın tadını çıkardığımız en az üç ziyafet vermek gelenek hâline gelmişti. Gece boyunca hazırlanan yemeklerin tarifleri ve ideal malzemeleri üzerine yaşanan tartışmalar destansıydı. Yahniye kıvam vermek için un konmalı mı konmamalı mı? Portakal kabuğu mu yoksa limon kabuğu mu? Yahninin yanında makarna mı yoksa patates mi iyi gider? Balık çorbası kıtır ekmek ve rouille sosunu, kesme makarna ve rendelenmiş gravyer peynirini kaldırabilir

* Fransa'da oldukça yaygın bir inanışa göre âdet gören kadının yaptığı mayonezin kıvamı tutmaz. (ç.n.)

mi? Ve Pesto için havan yerine, mikser kullanılırsa başımıza taş yağar mı?

Âdet olduğum (âdet için artık "muayyen günler" ifadesi kullanılmıyor) bir güne denk gelen akşam yemeğinde sarımsaklı mayonez yapmam gerekti. Babam meze olarak morina balığı ve sebze pişirmişti. Bense, tarifi mayonezle birebir aynı olan, yalnızca daha çok sarımsak eklenen sarımsaklı mayonez yapmakla görevliydim. Bitmek bilmez bir çileydi. Tüm çabalarıma rağmen mayonezin kıvamı tutmamıştı ve beni bu utançtan kurtarabilecek annem yanımda değildi. Yaklaşık on beş kişi masada bekliyordu. Karnım ağrıyordu, denize girememiştim ve babamın dediği gibi, yüzümden düşen bin parçaydı. Tek isteğim dışarı çıkıp dans etmekti. Hayatımın erkeği de –yani o yaz göz koyduğum çocuk– köydeki dansa gitmişti. Şu lanet sarımsaklı mayonez bana ölüm sancıları çektiriyordu. Sonunda babam, âdet olma bahanesiyle yaygara koparmak yerine neden gidip hayatımı kolaylaştırabilecek o tamponu takmadığımı açıkça sordu. Olay, Marcel Pagnol'ün oyunlarına benzeyen ve ailemizin vazgeçilmezi olan ağız dalaşıyla sona erdi, ben de pılımı pırtımı toplayıp dansa gitmeye karar verdim. Yemeğe gelince, bugün hâlâ nasıl sona erdiğini bilmiyorum.

TEHLİKE KORKUSU

19. yüzyılda yaşayan antropolog Salomon Reinach'a göre, "Tabuların genel nedeni tehlike karşısında duyulan korkudur[13]". Ona göre bu ölüm tehlikesi, ilahi cezalara duyulan bu korku "gelişigüzel genellemelerin" bir sonucudur: "Bir gün, düştüm ve yaralandım, çünkü sabah evden çıkarken bir yılan görmüştüm". Böylelikle, yılan ve düşmek arasında bir nedensellik ilişkisi bulunmasa da, her yılan gördüğümüzde düşmekten ve yaralanmaktan korkar hâle geliriz. Yine de Reinach'ın metaforu göründüğü kadar masum değil. Bu metafora, Havva'nın bir yılanla karşılaşıp insanlığın Cennet'ten düşmesine ("düştüm")

13. Salomon Reinach, *Cultes, mythes et religions*, Robert Laffont, Bouquins koleksiyonu, Paris, 1996 (1905), s. 52.

sebep olduğu Yaratılış'ta da rastlarız. Sonrasında olanları biliyoruz: "Kadına dedi ki: 'Zahmetini ve gebeliğini ziyadesiyle çoğaltacağım; ağrı ile evlat doğuracaksın ve arzun kocana olacak, o da sana hâkim olacaktır' ". "Erkeğe dedi ki: 'Karının sözünü dinlediğin ve ondan yemeyeceksin diye sana emrettiğim ağaçtan yediğin için, toprak senin yüzünden lanetlendi; ömrünün bütün günlerinde zahmetle ondan yiyeceksin[14]'... " *Hallelujah*. Daha açık olması bakımından üç büyük tektanrılı dinin bu konuda hemfikir olduğunu belirteyim.

Salomon Reinach'ın metaforunun aksine âdet, genellemelerin benzersiz bir durumdan değil, yıllar geçtikçe nispeten düzenli aralıklarla tekrar eden olgulardan başlayarak gerçekleşen kendine has bir özelliğe sahip. Bu garip akıntının; kadınların kanamasını, hamileliklerini, doğumlarını ve dünyaya getirdikleri kız ve erkek çocuklarını gören nesillerin, *Homo sapiens* ve *Neandertal* kuşağı üzerinde yaratmış olduğu sorgulamaları da hesaba katmak gerekiyor.

Doğum yapmanın insan türü için özellikle tehlikeli bir süreç olduğu bilinir. Hatta Amerikalı antropolog ve biyolog Wenda Trevathan'a göre insanda doğum, hayvanlar alemindeki diğer bütün türlerden çok daha ağrılı gerçekleşiyor.[15] Şüphesiz cesur bir açıklama çünkü diğer türlerdeki bireylerin hissettiği acının niteliğini ölçmek temelde zordur ve kendi türümüzde hissedilen acı dahi kişiden kişiye belirgin yoğunluk ve algılama farklılıkları gösterir. Fakat ilk kez doğuran bir kadında ortalama 9,5 saat süren bir doğum için insanın; dişi bir şempanzeden 5 kat, bir yunus ya da balinadan ise10 kat daha fazla zamana ihtiyacı vardır. Yani bu iş çocuk oyuncağı değildir.

Her şey, 3,5 milyon yıl önce uzak atalarımızın ayağa kalkmaya karar vermesiyle başladı. İki ayak üzerinde yürümek leğen kemiğinin öne doğru eğilmesiyle doğmak isteyen bebeğin eğimli çıkıştan zorlukla ilerlemek zorunda kalacağı ölçüde anatomi-

14. İncil, *Yaratılış* 3:16.
15. Wenda Trevathan, "Primate pelvic anatomy and implications for birth", *Philosophical Transactions fort he Royal Society B: Biological Sciences*, Cilt 370, Sayı 1663, 2015.

mizi değiştirecekti. Bunun yanı sıra, türümüz 2 milyon yılda kelimenin tam manasıyla kafa tutup, kafatasını 600 cm^3'ten yaklaşık olarak 1500 cm^3'e kadar çıkardı. Kafatası boyutlarındaki artış, şapka boyutlarını bu yeni ölçülere uydurma zorunluluğunun getirdiği zahmet dışında, doğumla ilgili pratikte başka problemler de yaratıyor. Kadınlarda gebelik, büyüyen kafatasının sıkışmasını önlemek için yalnızca 9 ay sürerken, dişi balina bebeğini mükemmelleştirmek için 18 aylık uzun bir süreye, fil ise, yavru file son rötuşlarını yapmak için 22 aya sahip. Bizler ise, oldukça uzun bir süre boyunca yürüyemeyen, ayağa kalkamayan, kendi başına beslenemeyen ve hayatta kalabilmek için gerekli tüm diğer eylemleri gerçekleştiremeyen canlılar doğurmaya mecburuz.

Uzak atalarımızın –kadın ve erkeklerin–, iki kanlı kasılma arasında gevşeyebilmek için epidural ve aromaterapi cihazları olmaksızın, genellikle bir mağaranın içerisinde gerçekleşen bir doğum manzarası karşısında hissettiği büyük korkuyu tahmin edebiliriz. Bu sebepten kadınların kanı öncelikle, en iyi ihtimalle bir bebekle sonlanacak bu doğumun kanıdır. İki yüzyıl önce 1000 doğumda 10 aralığında olan gebelikte anne ölümü, bugün bin kat daha fazla. Bebek dünyaya getirmek kahramanca bir eyleme dönüştü.

Tarihöncesi dönemde yaşamasam da, ilerleyen yaşıma ve beslenmek için avlanmanın ne olduğunu bilmememe rağmen yine de mağarada yaşayan atalarımızın kaygılarından birinin yırtıcıların kan kokusuna doğru çekilmeleri olduğunu tahmin edebiliyorum. Bu bakış açısıyla, tabunun kaynağının *tehlike korkusu* olduğunu savunan Reinach'ın hipotezi olabildiğince gerçekçidir.

Kadınlar bu sebeple yırtıcılardan kaçmak ve kabileyi korumak için âdetleri süresince kendilerini korunaklı bir bölgede soyutlama alışkanlığını geliştirmiş olabilirler. İngiliz antropolog Chris Knight[16] gibi birçok antropolog, seçilen bu soyutlanma-

16. Chris Knight, *Blood Relations. Menstruation and the Origins of Culture*, Yale University Press, New Haven ve Londra, 1991.

nın kadınları aynı zamanda bütün kültürlerde izleri görülen –özellikle yakın zamanda yapılan çalışmalara[17] göre erkekler tarafından değil kadınlar tarafından da yapılmış mağara resimlerinde– şamanik bir tinsellik geliştirmeye yönlendirmiş olabileceğini öne sürmüşlerdir. Bu kadınlar gönüllü inzivalarında, sonrasında geçici olarak tanrıçalara dönüşecekleri dünyanın gizemlerini araştırıp kavrayacak vakti bulmuş olabilirler. Bu kadınlar günlük uğraşlarının alacağı vakti erkek egemenliğinden uzakta, ortak yaşamı düzenli ve somut bir biçimde düşünmek, tasarlamak, kurmak için zamana sahip olmuş olabilirler. Chris Knight'a göre yiyecekleri klana paylaştırma görevi bu kadınlara aittir.[18] İngiliz antropolog, kadınların yeterli miktarda et getirmeyen erkekleri reddederek "seks grevi" dahi yaptıklarını ileri sürüyor (20.000 yaşından küçüklerin bilmeyeceği zamanlardan söz ediyorum). İşte o zaman dokunulmak istemediklerini ya da yeniden seks grevinde olduklarını belirtmek için dövmeler ve vücut boyama ile "bedenlerini fark ettirmenin" cazibesini keşfetmiş olabilirler.

Sonunda bir gün erkeklerin kendi yokluklarında örgütlenmesiyle ve –genel olarak avda, savaşta, şiddetle– fışkıran kanın, bacaklarının arasından düzenli olarak akan kana üstün gelmesiyle onları bitirdiğini keşfeden kadınların büyük bir şaşkınlık yaşadıklarını tahmin ediyorum.

TABU VE DAMGA, HATTA SAVAŞ?

Antropolog Daniel de Coppet'ye[19] göre "tabu" kelimesi, ünlü denizci James Cook'un 1778'de Hawai adalarına yaptığı kısa gezi sırasında Polinezya dillerinden alınmıştır. Tabu iki ayrı kelimeden türemiştir: "belirtmek / işaret etmek" anlamına gelen "ta" ve yoğunluğu ifade eden "pu". Kelimenin anlamı

17. Amerikalı antropolog Dean R. Snow'a göre, tarihöncesi mağaralardaki oyma ve resimleri çevreleyen el izlerinin %75'i kadınlara ait. Virginia Hughes, "Were the first artist mostly women?" *National Geographic*, 9 Ekim 2013.
18. Chris Knight, a.g.e.
19. Daniel De Coppet, "Tabou", *Encyclopedia Universalis*, (http://www.universalis.fr)

böylelikle "güçlü bir şekilde belirtilen" yani bir tehlikeyi işaret eden ve saygı veya sakınmaya mecbur eden belirgin, ayırt edici gösterge(ler) taşıyıcısıdır. Zıtı "noa" ise sıradan, genel ve izin verileni ifade eder.

Bugüne kadar farklı kullanımları içinde, içerdiği ikilem ile dikkat çeken kelime; hem yasaklanmış, kirli, tehlikeli olana hem de kutsal, gizemli, tanrısal güce bağlı olana işaret eder. Bu nedenle âdet kanının (Tahiti dilinde "toto"), Polinezya kültüründe "tapu" olması hiç de şaşırtıcı değildir. Birçok yazar "tabu" kelimesinin Polinezya dilindeki "tapua" yani "menstrüasyon"dan geldiğini tasarlayacak derecede ileri giden anlamlar çıkarmışlardır. Fakat Fransızca-Tahitice bir sözlüğe göre bu hipotez doğru değildir: "tapua" kelimesi "yıkamak/sabunlamak" eylemini belirtir. Âdet kanına ise "havari" denir.

Teselli bulmak için, Eski Yunancadan alınan "yara izi" ("stigma") başka bir ifadeyle "damgalanmak" kelimesinin "tabu" ile birebir aynı şeyi simgelediğini de eklemiş olalım. Âdet olan kadınları etkileyen bu damgalamanın, tabunun Batılı bir yorumu olduğu ve kadınların, Batı toplumlarında etkisini hâlâ sürdüren Yahudi-Hıristiyan kültürü içerisinde bu tabunun büyüsüne maruz kaldığı görülecektir.

Öyleyse âdet tabusu nereden geldi ve bu tabuya neredeyse bütün kültürlerde rastlamamızın sebebi nedir? Salomon Reinach'a göre burada söz konusu olan bir hayatta kalma kuralı, çünkü:

> Güçlü hayvanlar yalnızca, içgüdü denilen, atalardan kalma deneyim kalıntılarına itaat etmezler, fiziksel güçlerini kullanırken çekinceler tarafından da durdurulurlar. Atasözünde dendiği gibi, kurt kurdu yemez, bu konuda karşılaşılabilecek istisnalar kaideyi bozmaz. Türün kanını dökme veya etinin tadına bakma çekincesi ilkel olmayabilir, fakat küçüklerin meme emmeye ya da korunmaya ihtiyaç duyduğu bütün türlerde bu, korunmalarının temel şartıdır.[20]

20. Salomon Reinach, *Cultes, mythes et religions*, Robert Laffont, Bouquins koleksiyonu, Paris, 1996 (1905), s. 7.

Dolayısıyla tabu, türün hayatta kalmasıyla bağlantılı olabilir. Bu arada, diğer hayal ürünü gözlemleri arasında kadınların erkeklerden daha az dişe sahip olduğunu iddia eden Aristoteles'in tezine göre, âdet kanına uzun süre spermin gebe kalınmasındaki rolüne benzer bir rol atfedilmiştir. Yaklaşık olarak 2. yüzyılda yaşamış olan Yunan hekim Galen ise, fetüsü oluşturabilmek için rahim içerisinde spermle karışan dişi bir spermin var olduğunu düşünür. Fakat Galen aynı zamanda âdet kanının sperm tarafından bir şekilde "pıhtılaştırıldığını" ve bu şekilde bedeni oluşturduğunu da öne sürer. Ortaçağa kadar yaygınlığını koruyan bu düşünce, âdet kanının fetüsün gelişmesini sağlayıp onu besleyen bir bileşen olduğunu, dolayısıyla gebelik boyunca akmadığını açıklar. Sonrasında ise bu kan, bedenin yeni bir fetüsü beslemeye hazır olduğunu belirten âdet kanaması geri dönene dek anne sütüne dönüşür.

Görünüşte cinsellikle ilgili kaygılardan oldukça uzak alanlarda, beklenmedik sonuçlar doğuran ve birçok spekülasyona konu olan âdet kanaması, tüm toplumlarda gizemini korumaktadır. Dolayısıyla bu tabu, antropolog Alain Testart'a göre cinsiyetlere dayalı işbölümünü açıklar. Testart, *L'Amazone et la Cuisinière*[21] isimli kitabında bu ayrımın yakın bir zamana kadar, binlerce yıl boyunca değişmeden kaldığına işaret eder. Testart, ham maddelerin ayrıştırılması fenomeni üzerine çalışan Amerikalı araştırmacı G. P. Murdoch tarafından gerçekleştirilen bir ankete dayanarak endüstri işletmeleri üzerine örnekler verir:

> Sert malzemeler üzerinde çalışanlar neredeyse her zaman erkeklerdir: Bu durum metal için %99,8, ahşap için %98,8, taş için %95,9, kemik, boynuz ya da deniz kabukları için %94,6'dır. Kadınlar ise çoğunlukla ince, yumuşak ve esnek maddeler üzerinde çalışırlar. %86,4 oranında iplik eğirme, çömlek yapımı için %78,9, dokuma için %67,6, hasır yapımı için %62,4 , sepet örmek için %57,5, deri yapımı için ise %46,8'dir.

21. Alain Testart, *L'Amazone et la Cuisinière. Anthropologie de la division sexuelle du travail*, Gallimard, Paris, 2014.

Bu işbölümü, tıpkı ezici bir çoğunlukla erkek tahakkümü altında kalan balık tutma ve avlanma gibi eylemlerin dağılımı gibi, bugüne kadar dikkate değer ölçüde istikrarını korumuştur (Bu şartlar altında Artemis'in neden av tanrıçası olduğu pek tabii merak edilebilir, bu konuyu 3. ve 6. bölümlerde ele alacağız).

Alain Testart'a göre kadınların bu kanlı etkinliklerden dışlanmaları daha güçsüz ve daha az hareketli olmalarıyla açıklanamaz. Bu "natüralist" yaklaşımlar yeterince mantıklı değildir. Örneğin Eskimolar, buzun üstünde açtıkları deliğin yanında son derece hareketsiz kalarak fok avladıklarından, bu iş özel bir kas gücü gerektirmez. Diğer durumlarda ise kadınlar yalnızca küçük avlar ya da avı sürmek için ava katılırlar. Alain Testard bu ayrımı yaratanın eylemler değil kullanılan aletler olduğunu iler sürer: "Kan döken silahlar kadınların kullanmadığı silahlardır". Erkeklere büyük keskin bıçaklar, kılıçlar, kavisli kılıçlar ve baltalar, kadınlara ise kazı çubukları ve kanatabilen fakat kan akıtmayan küçük iğneler.

Bu tabu kadınların can verebileceği ve bu sebeple can alamayacakları olgusuyla mı ilişkilidir? Başka bir yol izlemeyi seçen Testart'a göre bunun açıklaması kısa ve öz: Bu, bugün hâlâ karşılaştığımız cinsiyete dayalı işbölümüne sebep olan kanları (âdet kanı ve akıtılan kan) karıştırmanın sembolik bir yasağıdır. Bu yasak şüphesiz kan bağı korkusuna dayanan ensest ile bağlantılıdır. Âdetle ilgi bu hikâyeye ilgi gösterdikçe, insan toplumunun kurucu temel ilkelerine gitgide daha fazla yaklaşıyoruz.

Tuzlama ile ilgili yasaklar da, tuz tüm kurban törenlerinde bulunduğundan, bu durumla bağlantılıdır. Yiyeceklerin "çürümesini" engelleyen tuz sırf mecazi olarak kanı simgeleyen bir içeceğin hayali panzehrini oluşturduğu için şarap lekelerini temizlemekte de –asla işe yaramıyor– kullanılır. Üzüm ve şarapla ilişkili batıl inançlara gelince, Katoliklerin Komünyon Ayinleri[22] sırasında âdet olduğu üzere "İsa'nı kanını" içtiklerini hatırlatmak yeterli olacaktır.

22. 3. ve 8. bölümde bu konuya geri döneceğim.

Konu yumurta ve mayoneze gelince yine kana geri dönüyoruz. Çünkü Alain Testart yumurtanın sarısının sarı olmadığını açıklıyor: "İtalyancada yumurta sarısını belirtmek için aynı zamanda kırmızı,[23] *il rosso* olarak da adlandırılan özel bir kelime vardır: *tuorlo*. Testart, Batı'da yumurtanın her zaman için Paskalya bayramıyla, yani Hz. İsa'nın dirilişiyle ilişkilendirildiğinin üzerinde durup, âdet ve yumurta arasında kurulan ilişkide kanların imkânsız ve tehlikeli karışımına yapılan sembolik bir hatırlatma görür.

Anneme göre, 1979'un o korkunç yazında sarımsaklı mayonez yapmayı beceememiş olmamın nedeni, iyi bir mayonez yapmak için tüm malzemelerin aynı ısıda olması gerekirken, benim yumurtaları buzdolabından almış olmamdı. Fakat nihai yargı, ailemin Katalanlarından geliyor: Onlara göre gerçek bir sarımsaklı mayonezde yumurta falan olmaz. Mayonezi uygun sıcaklıkta sabırla bir diş sarımsağı yağ ile ezerek çırpmak, gerekirse haşlanmış patates veya ekmekle kıvamını artırmak gerekir. Hz. İsa konusuna gelince, iyi inançsızlar olan ailemin usta aşçıları bu konunun dışında kalmanın daha iyi olacağı konusunda hemfikirler.

23. Alain Testart, a.g.e.



LANETLİ KAN

Ergenliğimde âdet olduğumuzu söylemek için çevremde kullanılan en yaygın ifade "İngilizler karaya çıktı" idi. Herkes gibi ben de bu cümlenin Haziran 1944'te yapılan Normandiya Çıkarması'na atıfta bulunduğunu sanıyordum fakat bu ifade aslında Fransızların kaybettiği 1815 Waterloo Savaşı'na dayanıyor. (İsveçli grup Abba'nın 1974'te söylediği "Waterloo! Waterloo!" şarkısıyla İsveç, bu konuda kuşkusuz dikkatleri üzerine çekmiştir.) Fransa'yı işgal eden İngilizlerin kırmızı üniformaları bu ironik benzetmenin doğmasına neden olmuştur. Bazı ailelerde, İngilizlerin yerini Kızıl Ordu alsa da anne ve babamın bizleri Nazizmden kurtaran Sovyet kahramanlığını âdet kanamama atıfta bulunarak lekelememi destekleyeceklerini sanmıyorum.

Bugün hâlâ, Belçika'da veya Yunanistan'da Ruslar geldi denirken, Hollanda'da "kızıl bayrak", hatta "Japon bayrağı çekildi" denir. Hollandalılar aplikatörlü tamponlardan bahsederken "Ferrari kapının önünde" ya da "patlama zamanı" demeye bayılırlar. Halk dili âdet kanamasını çağrıştıran sözler konusunda zengindir: çiçeklenmek, gelinciklenmek, gününde olmak, ayında olmak, gül bahçesinde olmak en şiirsel olanlarıyken; ketçap ve domates salçası ise gurmelere göredir. Polonya'dan

gelen nine, Amerika'dan gelen hala (*Aunt Flo*, âdet kanaması *flow* ve "akıntı" [Fr. *flux*] arasında kurulan bir kelime oyunu), Almanya'dan gelen kuzen ya da İtalya'dan gelen bir Marki örneğinde olduğu üzere, yurtdışından sık sık misafir gelir.

Bu konuda, âdet tabusunu "kanların karmaşasına", başka deyişle enseste ve karşıtı egzogamiye [dış evlilik] duyulan korkuya bağlayan Alain Testart'a bakacak olursak bu yaygın ifadelerin başka anlamlara da gelebileceği görülecektir: Kadınların kanı, erkeklerin savaş meydanlarında döktükleri kana veya kabilenin atalarının kanına –hatta belki de halkın kanına– yönlendirilen bir referansa dönüşür.

Bana gelince, Gaskonca tutku ya da arzu anlamına geldiğini sonradan öğrendiğim *arrouganh* kelimesinden gelen *ragnagnas*'ı seviyorum. Âdet olduğumu belirtmek için emrime amade binlerce kelime arasından hiç bilmeden seçtiğim kelimenin özünde hoş bir anlamı olmasıyla gurur duymadım desem yalan olur.

Yine de âdetten bahsederken kullanılan tüm ifadeler arasında favorim, babamın tercih ettiği "*ayım*dayım"dır. Bu, kökeni pek de belirgin olmayan bir kalıp. Bazıları bunun, bugün artık kullanılmayan, modası geçmiş bir ifade olan "gününde olmak" ile yaşanan bir anlam kayması olduğunu düşünüyor.* Diğerleri ise bu kullanımı, isminin anlamı "güçlü dişi ayı" olan Ay Tanrıçası Artemis'e bağlıyor.

AYICIKLAR

Helenist Lilly Kahil'e göre, Artemis ve dişi ayı arasındaki yakın ilişki ayının insana en yakın hayvan olmasıyla açıklanabilir. Çünkü Aristoteles ve Plutarkhos'un gözlemlerine göre "ayılar uzanarak çiftleşirler, bazen arka ayakları üzerinde doğrulur ve bu şekilde yürüyebilirler, yavrularını anne şefkatiyle beslerler[1]".

---

* *Avoir ses jours* (gününde olmak) ve *avoir ses ourses* (*ayım*dayım) ifadeleri okunuşları bakımından birbirine yakındır. (ç.n.)

1. Lilly Kahil, "Le sanctuaire de Brauron et la religion grecque", *Comptes rendus des séances de l'Acaémie des Inscriptions et Belles-Lettres*, 132. yılı, Sayı 4, 1988, s. 799-813.

Ayı, Avrupa'da en yaygın totemdir. Varlığına dair izlere Neandartellere kadar uzanan, çok sayıdaki tarihöncesi mağarada rastlanmıştır –insanlar ayıları totem olarak seçmeden önce, onları yerleşmek istedikleri mağaralardan kovmak zorunda kalmışlardır. Sibirya'da kadın şamanlar dişi ayı olarak adlandırılır. En az üç büyük Avrupa şehri bu hayvanı sembol olarak belirlemiştir: –anlamı "küçük ayı" olan– Berlin, Madrid ve Bern. Ben de çocukluğumu kendi ayıma sarılarak; Pimprenelle, Nicolas ve Nounours'un maceralarının anlatıldığı *Bonne nuit les petits* [İyi geceler çocuklar] isimli diziyi izleyerek geçirdim. Theodore Roosevelt'in 1902'de yavru bir ayıyı vurmaktan vazgeçmesi oyuncak üreticilerine "Teddy Bear" –Teddy, Theodore'un kısaltılmış hâlidir– isimli bugün hâlâ Batı dünyasının en popüler oyuncağı olan bir pelüş yapma fikri vermiştir.

"*Ayım*dayım" ifadesi aracılığıyla tabu totemle buluşur, Sigmund Freud bunu şöyle açıklar:

> Totem her şeyden önce klanın atasıdır. İkincisi, klanın koruyucu ruhu ya da gözetenidir, klan halkına güç zamanlarda yol gösterir, diğerleri için tehlikeliyken çocukları daima tanır ve korur. Bunun için totemdaşlar totemlerini öldürmek ya da ona zarar vermemek, onun etini yememek ya da ondan herhangi bir biçimde yararlanmamak konusunda kutsal bir borç altındadır.[2]

Freud için totem, kalıtımsal ve öncelikli olarak anneden, daha sonrasında babadan geçer ve "Bu totemin bulunduğu hemen her yerde aynı zamanda şu yasa da vardır: Aynı toteme bağlı olanlar birbirleriyle cinsel ilişkide bulunamaz, birbirleriyle evlenemez. Bu, totemle birlikte egzogami denen kuralın da kabul edildiğini gösteriyor[3]".

Brauron'daki Artemis Tapınağı'nda ayı ve tanrıça arasında kurulan ilişki, bir efsaneye dayanır: Uzun bir zaman önce bir

2. Sigmund Freud, *Totem et Tabou. Interprétation par la psychanalyse de la vie sociale des peuples primitifs*, Petite Bibliothèque Payot Classiques, Paris, 2001, s. 26. [*Totem ve Tabu*, Çev. Niyazi Berkes, Remzi Kitabevi, 1971, s. 7.]
3. A.g.e., s. 8-9.

dişi ayı, gelen ziyaretçiler tarafından evcilleştirildiği, sığınacağı bir tapınak bulmuş. Bir gün hayvan, kendisini rahatsız eden küçük bir kıza pençe atmış ve çocuğun erkek kardeşleri tarafından öldürülmüş. Kendi tapınağındaki Artemis bu durumdan rahatsızlık duymuş, şehre veba yollayarak intikam almaya karar vermiş.[4] Bu olay sonrasında, Atinalı genç kızlar bilgeliği, "dişi ayı gibi olmayı" öğrenebilmeleri ve gerçek kadınlara dönüşebilmeleri için Artemis Tapınağı'na gönderilmişler. Kendilerini Tanrıça'ya adayan "ayıcıklar", evlenene kadar yıllarca devam edebilen bir erginleme törenini izlermiş. Karşılığında, kendi annesi Léto'ya ikiz kardeşi Apollon'u acısız bir şekilde doğurmasında yardımcı olan Artemis –onu onurlandırmaya devam etmeleri şartıyla– kızlara doğum yaparlarken ilahi korumasının güvencesini vermiş.

Kızlar erginleme süresince; dokuma sanatı, müzik, dans öğrenip koşu egzersizi yaparlarmış. "Ayıcıklar" tapınak çevresinde gerçekleşen bu gizli ritüellerde, anlaşılması güç olaylarda önemli bir rol oynarlarmış. Genç *arktoilar,* üzerlerine giydikleri ayı postunu andıran safran renkli *crocote*'ları ve ayrıca evli bir kadının veya bir fahişenin takıları ile Artemis'in kutsal avı gibi ritüellere katılırlarmış. Ayrıca Brauron'da her dört yılda bir gerçekleşen büyük festivallere de katılmak zorundalarmış. Erginleme töreninin sonunda, elbiselerini çıkarıp çıplak bir şekilde bir ateş etrafında koşarlarmış. Bu durum Yaşlı Plinius'un kadınların her mevsim çırılçıplak koşma alışkanlığına neden gönderme yaptığını açıklıyor. Bununla birlikte antik yazarlar bu çıplaklığın arzu uyandırabileceğinden bahsederler: Dans ritüelleri sırasında, Karyes'teki veya Sparta'daki Artemis Tapınaklarında olduğu gibi, genç kızların kaçırılmaları ve tecavüze uğramaları nadir yaşanan bir durum değilmiş.

4. Thukydides'in *Peloponnessos Savaşları*'nda bahsettiği üzere MÖ 430 ile 426 arasında Atina'da yaşanan veba salgını bilinen, tarihi bir olgudur. Antik Yunan'ı etkileyen salgın on binlerce insanın ölümüne neden olmuştur.

ARTEMİS KEMER SIKTIĞINDA

Önceden de alıntıladığımız[5] Odile Tresch, Artemis'in Brauron'daki tapınağıyla ilişkili olan bir başka ritüeli detaylı bir biçimde ele alır. Burada söz konusu olan, kadınların Tanrıça'ya sundukları, âdet kanıyla ya da loşiya [doğum sonrası yaşanan kanama] ile ıslatılmış kumaşları içeren adaklardır. Tapınağın kolonları üzerinde keşfedilen, depolanan adak giyim eşyalarının listelendiği yazıtlarda, kıymetli giysilerin ve el işlemeleri betimlemelerinin yanında *rakos*, "çaput" ya da "paçavra" olarak çevrilebilecek bir ifadeden bahsedilir. Bu ifade dönemin bazı belgelerine göre kadınların üzerinde doğum yaptıkları kumaş ya da Yunanların âdete verdikleri isim olan "kadınsı şeyler" anlamına gelir. Âdet kanıyla ilişkili olan bu adak ritüelini *Diseases of Women* adlı kitabında ele alan Hipokrat, ritüelin MÖ 5. yüzyılda dahi yaşanan âdet sancılarını giderme konusundaki etkisinden şüphe eder.

Bu konu uzmanlar arasında sık sık tartışma konusu olsa da, Romalılar tarafından Avcı Diana adıyla tanınan Artemis'in doğum tanrıçası olduğu kesindir. Artemis her zaman başının üzerindeki hilal ile temsil edilir ve avı, hayvanları, yaban hayatı yönetir. Parturyen kadının [doğurmak üzere olan kadın] üzerinde doğum yaptığı ya da doğum yaparken ölen kadınların anısına bırakılan "kemer" adağı (aslında eteklik ya da peştamal), Artemis'in zor doğumları çözen bir "kemer gevşetici" olduğunu hatırlatıyor.

Bu "büyülü kemer" bugünün kutsal bir imgesi olarak duruyor: "Kutsal Kemer" kültü, Artemis kültünün birçok niteliği ve ritüelinin yerini alan Bakire Meryem'in en değerli kutsal emanetidir. Kemer, Bakire'nin cenazesine katılmamış olan ve onun göğe yükselişinden şüphe ettiğinden mezarını açıp çiçeklerle dolu olduğunu keşfeden Aziz Thomas'a bırakılmıştır (buradaki çiçekler de bir âdet metaforudur: Âdet olduğumuzu belirtmek için "çiçeklendim" demiyor muyuz?*) Bakire göğe

5. Odlie Tresch, *Rites et pratiques dans la vie intime des femmes d'après la littérature et les inscriptions grecques*, Paris, 2001.

* *Avoir ses fleurs.* (ç.n.)

yükselirken kemerini Aziz Thomas'a kesin bir kanıt olması için atmış olabilir. (Neden bilmiyorum ama bu sahneyi hayalimde canlandırırken Monty Python'un, *The Evangelists*'in senaryosunun içinde yer alıp almadığını hep merak etmişimdir.)

Efsanevi bir yazgısı olan, doğurganlığı artırdığı ve doğum yapmayı kolaylaştırdığı varsayılan bu kemer, tarihin cilvelerine bakılacak olursa birçok ülkeye gönderilmek üzere birçok parçaya ayrılmış olmalı. Parçalardan biri Suriye'nin Humus şehrinde, biri Toskana'da Duomo di Prato Katedrali'nde, en az iki tanesi Fransa'da Angers yakınlarındaki Puy-Notre-Dame psikoposluğu ve Haçlı Seferleri dönüşünde yerel Lord Geoffroy Botherel'in Kutsal Topraklardan getirdiği Quintin'in küçük bir Breton köyünde bulunmuştur.

Fakat 2011 yılına kadar hiç dışarı çıkarılmamış olan bu kutsal emanetin ana parçası, kadınların girmesine izin verilmeyen Athos Dağı'ndaki Vatopedi Manastırı'ndadır. 2011'de *Libération* gazetesine[6] göre, "2009 yılında sağ iktidarın düşmesine neden olan emlak skandalının baş kahramanı" başkeşiş Efrem, devlet ona –sonunda!– vergi ödetmeyi tasarladığında Kutsal Kemeri Yunanistan Kilisesi'nin kasalarını doldurmak için gezdirmeye karar vermiş.

Kutsal bir emanetin yolculuğu seyahat olarak adlandırılır. Bakire Meryem'in kemeri böylelikle bir ay boyunca Ural Bölgesi'nden ve Sibirya'dan geçerek St. Petersburg'dan Moskova'ya tüm Rusya'yı seyahat etmiş ve milyonlarca inanan ona dokunmak için çabalamış. Rusya Devlet Başkanı Vladimir Putin, kemeri karşılamak için St. Petersburg'a bizzat gitmiş ve en az bir milyon Moskovalı, Kurtarıcı İsa Katedrali önünde toplanmış. Dondurucu kasım soğuğunda oluşan kuyruklar o kadar uzunmuş ki üç bin kişi baygınlık geçirmiş, 52 kişi hastaneye kaldırılmış ve Acil Durumlar Bakanlığı'nın ambulans, dinlenme kamyonları ve sıcak yemeği kapsayan önlemlerine

6. Fransız haber ajansı *Libération* gazetesinin internet sitesinde 29 Kasım 2011'de yayımlanan haber: "L'Église orthodoxe grecque se mobilise pour la libération d'un moine du mont Athos".

rağmen 84 yaşındaki bir kadın soğuktan ve yorgunluktan ölmüş.[7] Patrikhane, Bakire'nin kemerinin sadece kısırlığa değil onkolojik hastalıklara da çare olacağının güvencesini vermiş, öyle ki inananlar kemere yaklaşıp kanserden kurtulmak için 12-18 saat beklemeye hazırlarmış.

Fakat Kutsal Kemer'in getirilmesinin asıl sebebi, Rusya'nın durgunlaşan nüfusunu yeniden yükseltme umuduydu. Doğurganlık oranının 1990'lı yıllarda doğurganlık yenilenme düzeyi eşiğinin altına inip aniden düştüğü bir ülkede Putin, Rusları, doğum yapan kadınlara "para, araba, buzdolabı ve çeşitli ödüller[8]" teklif edecek kadar ileri giderek topluca üremeye teşvik etmiştir. Sonunda 2012 yılında –kutsal kemerin seyahatinden bir yıl sonra– Rusya, Sovyetler Birliği'nin dağılmasından beri ilk defa doğum sayısının ölüme üstün geldiği, nüfusunun toparlandığı bir dönem yaşamıştır.

Aynı yıl Pussy Riot isimli feminist punk-rock grubu, Putin'i ve Rus Ortodoks Kilisesi'ndeki yozlaşmayı protesto etmek için Kurtarıcı İsa Katedrali'nin içinde bir klip çekmeye karar vermiş. Video *YouTube*'ta hâlâ mevcut. Videoda yüzleri renkli kar maskeleriyle örtülmüş dört kadının, normalde kadınlara yasak olan sunak üzerinde avazları çıktığınca şarkı söylediklerini görüyoruz: "Bakire Meryem, Tanrı'nın annesi, Putin'den kurtul, Putin'den kurtul, Putin'den kurtul... Azizleri gücendirmemek için, kadınlar hayatlarını ve aşklarını vermek zorundalar. Bok, bok, kutsal bok!... Bakire Meryem, Tanrı'nın annesi, feminist ol, feminist ol... Bakire'nin kemeri protestoların yerini alamaz, Bakire mücadelemizde bizlerle birlikte. Bakire Meryem, Tanrı'nın annesi, Putin'den kurtul, Putin'den kurtul, Putin'den kurtul!"

Bu klibi izleyen süreçte, Pussy Riot'un üç üyesi Nadejda Tolokonnikova, Ekaterine Samoutsevitch ve Maria Alekhina tutuklanıp "holiganlık" ve "dinsel nefreti körüklemekten" iki

7. "Reliques. 52 Russes hospitalisés pour avoir voulu admirer la ceinture de la vierge Marie", *Le Monde*, 23 Kasım 2011.

8. Joshua Keating, "La Russie a-t-elle vraiment boosté son taux de natalité en offrant de l'"argent et des réfrigérateurs aux futures mamans?", *Slate*, 4 Kasım 2014.

yıllık ağır iş cezasına mahkûm edildiler. Evet doğru okudunuz, patrikhanenin yönettiği bir kilisede punk bir dua seslendirmekten dolayı ağır iş cezasına çarptırıldılar.

Gördüğünüz üzere kelime oyunlarından nefret ederim; yine de bu kemerin bir âdeti sona erdirdiği nasıl fark edilmez? Hıristiyanlığın ilk zamanlarında, şimdilerin yangın yeri Filistin topraklarından yola çıkan ve Athos Dağı'na ulaşan kemer, seyahatini 2011 Yunanistan ekonomik krizinde takas edilerek tamamladı. Tüm bunlar bankaları kurtarmak ve ülkeye açgözlü yatırımcıların işine yarayacak satışlar yaptırmak için Yunanlara Berlin'den (ayılar şehri, hatırlatıyorum) kanunsuz bir borcu ödetme emri verdiği bilinen Angela Merkel adında inatçı bir kadının ihtiyaçlarını karşılamak içindi. Bu, sahiden de kutsal kemerin diyar diyar gezmeyi bıraktığı ve kadınların tabu olduğu bir manastırda bu yazgıyı gerçekleştirmek için miydi?

Pussy Riot'un kanunsuz yargılanması böylelikle antik dönem kurban törenlerine benzer bir hâl alıyor. Konu kurban olunca akıllara İphigeneia geliyor. Babamın dediği gibi daha önümüzde uzun bir yol var.

İPHİGENEİA'NIN DEHASI

Efsaneye göre İphigeneia'nın mezarı Brauron'daki bir mağara tapınağında. Artemis'le özdeşleşen bir tanrıça olan bu kadın kahraman, ilham verdiği çok sayıdaki eser ile tanınıyor.

Her şey, Helen'in Paris tarafından kaçırıldığı efsanevi Truva Savaşı sırasında başlar. Kral Menelaos, Truva'daki eşini geri almak için abisi Agamemnon'dan bir ordu toplamasını ister. Agamemnon yüz gemisini deniz saldırısı için suya indirdiği sırada bir sorun çıkar: Aulis'te yaprak kıpırdamaz (ve antikçağda olduğumuz için ne motor ne de uçak vardır, İkarus ise balmumundan kanatları ile Güneş'e çok fazla yaklaşarak çuvallamıştır). O anda Artemis, Kahin Kalkhas'ın sesiyle sahneye girer. Kahine göre Tanrıça Agamemnon'a çok sinirlidir, Yunan yazarların farklı yorumlarına göre Agamemnon'u birçok konuda suçlar: İlk olarak Artemis'ten daha iyi ok attığını iddia eder

(Artemis'in av tanrıçası olduğunu yineliyorum), ikinci olarak bir geyiği uygun görülmeyen bir şekilde öldürmüştür, üçüncü olarak kızının doğumundan sonra gerektiği gibi adak adamamıştır. Acaba Agamemnon, Klytaimestra'nın doğum sonrası kanıyla ıslatılmış kumaş parçalarını Tanrıça'nın tapınağına bırakmayı unutmuş olabilir mi? Ne olursa olsun Artemis'in kararı kesindir: Eğer Agamemnon hemen orada kızı İphigeneia'yı kendisi için kurban etmezse, gemiler asla demir alamayacaklardır.

Agamemnon kızını kurban etmek konusunda bir an bile tereddüt etmez. Mitin yorumlarından birine göre, İphigeneia'yi adak alanına getirmek için onu Akhilleus (topukları hassas olan tip) ile evleneceğine inandırır.

Evlilik ritüeli ile adak ritüeli yalnızca sunak konusunda benzeşir. Kurban edilen insan ya da hayvanın kanı bu büyük taş üzerine akıtılır. İnsan kurban etmek, kurbanın ölümüne neden olmadan boğazını çizip yararak kanını dökmeyi kapsayan ritüelde olduğu gibi, az ya da çok ölümcül biçimler alabilir. Yani Alain Testart'ın iddia ettiğinin aksine, Tanrıça –veya Yüce Rahibe– kan dökme gücüne sahiptir. Fakat antropolog, Eski Yunanların av için erkek değil de dişi bir tanrıça hayal etmiş olan tek toplulukolduğunu kabul etse de, bu özel bir durumdur. Çünkü Artemis "bakireliğiyle nam salmış, bekaretini şiddetle savunan, etrafı yalnızca kadınlarla çevrili bir tanrıçadır. Yunanlarda avı yöneten kadın, aynı Yunanların gözünde tam olarak bir kadın değildir; ne evliliği ne çocuk doğurmayı ne bekaret kanını ne de doğum esnasında akan kanı bilir[9]". Buna bağlı olarak âdet kanından da bihaber olduğunu varsayabiliriz.

Öte yandan kan akıtma fikri sadece kadınları değil erkekleri de Artemis kültüne bağlar. Spartalı genç erkeklerin Artemis Tapınağı'nda gerçekleşen ve büyük bir kırbaçlanmayla sona eren bir erginleme töreni vardır. Genç erkekler Artemis'in ağaçlarından biri olan fındık ağacının dalları ile kanları dökülene dek, hatta bazen ölümüne kamçılanırmış. Coğrafyacı Pausanias'ın

9. Alain Testart, *L'Amazone et la Cuisinière, Anthropologie de la division sexuelle du travail*, Gallimard, Paris, 2014, s. 28.

MS 2. yüzyılda detaylı bir biçimde söz ettiği üzere: "Limnatisli, Cynosourieli, Mesoalı ve Pitaneli Spartalılar Artemis'e adak adarlarken, kan dökme noktasına geldiklerinde anlaşmazlığa düştüler; birçoğu sunakta can verirken, diğerlerinin başına bir felaket geldi. Böylelikle gönderilen bir kahin onlara sunağı insan kanıyla sulamalarını buyurdu. Bu tarihten itibaren kaderin tayin ettikleri feda edildi. Fakat Likurgus, sunak aynı şekilde insan kanıyla kaplansın diye geleneği delikanlıları kırbaçla cezalandırmaya dönüştürdü[10]".

Dolayısıyla, Artemis aniden siniri yatışıp bu komediye son vermeye karar verdiğinde ve zavallı bakirenin yerine dişi bir geyik koyduğunda, İphigeneia ecel terleri dökmekteydi. Mitin bazı yorumları İphigeneia'nın kendini iradesiyle kurban ettiğini ve bu durumun Tanrıça'nın kalbini yumuşattığını öne sürer. Her ne sebeple olursa olsun, son dakikada gerçekleşen yer değişiminden sonra Artemis İphigeneia'yı Tauris'e, şimdiki Kırım'a götürürken rüzgâr yükselmiş, yüz gemi sonunda dalgaları aşarak Truva'ya doğru ilerlemiş. Genç bakire orada, tapınağının baş rahibesi olmuş ve tapınağının kıyısına yaklaşan mahkûm ve denizcileri kurban etme görevini üstlenmiş. Ama zamanında kendi de kurban olarak sunulduğundan bu görevi gönül rahatlığıyla yapmamış. Yaşanan birçok serüvenin sonunda, gece tanrıçası Hekate olarak da adlandırılan tanrıçanın yerine geçeceği Brauron'a geri dönmüş. Bir kadın doğum esnasında öldüğünde adanan adaklar özellikle İphigeneia'ya sunulur.

YA ERKEKLER ÂDET OLSAYDI?

İphigeneia'nın kurban edilişi, İncil'de anlatılan bir başka kurbanı akla getiriyor: Tanrı'nın şerefine, son anda bir kuzu (Hz. İsa ile birlikte Tanrı'nın kuzusu adını alır) ile yer değiştirecek olan biricik oğlu İshak'ı öldürmeyi kabul eden Hz. İbrahim'in kurbanını.

Hz. İshak'ın özel şartlar altında doğduğu bilinir çünkü Hz. İbrahim'in eşi Saray kısırdır. Yine de Yahve, saygı göreceği 90

10. Pausanias, *Description de la Grèce*, III, 16, 10.

yaşına ulaşan zavallı kadına çocuğun doğumunu bildirir ve bu durum ilk olarak kadını oldukça güldürür. Saray, oğlu İshak'ın –isminin anlamı "gülen kişi"dir– doğumundan birkaç yıl sonra Tanrı, Hz. İbrahim'den oğlunu kurban etmesini istediğinde pek de gülemeyecektir. Fakat, sonuç olarak İshak kurtulduğu için, o yaşta hâlâ dişleri olduğunu söylemek zor olsa da, 100 yaşını gülerek karşıladığını varsayabiliriz.

İncil'de yer alan bu hikâye âdet üzerine iki ilginç bakış açısı sunuyor. İlki Saray'ın –Hz. İshak'ın doğumundan sonra ismi Sara olmuştur– İncil'de de belirtildiği üzere menopoza girmiş olmasıdır: "Sara âdetten kesilmişti". Bu küçük mucize daha sonra oğlu Aziz Jean Baptiste'i dünyaya getirdiğinde ileri bir yaşa ulaşmış Elisabet'te ve elbette asla âdet olmadığı söylenen ya da hafızalarda "realist" bir filozof olarak kalacak Aziz Aquinolu Thomas'a göre, âdet kanıyla hiçbir ilgisi olmayan temiz bir kana sahip kuzeni Bakire Meryem'de de tekrarlandı.

Sembolik olarak patriarkal Tanrı inancının yerleşmesi, âdet kanının geçersiz kılınması esasına dayanır. Oysa antik doktorlar, bu kanın bebeği oluşturan madde olduğunu varsaymışlardı. Bu kurucu mitin (Hz. İbrahim kurbanı) yazarları hikâyelerini daha inandırıcı kılabilmek için küçük bir ayrıntıyı atladıklarını işte böyle fark ettiler ve bu nedenle hoş bir ritüel eklediler: sünnet ritüeli. İncil'de, Hz. İbrahim bir oğlu olacağını öğrendiği anda, aynı zamanda sünnet derisini de kesmesi gerektiğini, Yahve tarafından bildirilen pek de açık olmayan ifadelerle öğrenir.

> Sünnet olmalısınız. Sünnet aramızdaki antlaşmanın belirtisi olacak. Evinizde doğmuş ya da soyunuzdan olmayan bir yabancıdan satın alınmış köleler dahil, sekiz günlük her erkek çocuk sünnet edilecek. Evinizde doğan ya da satın aldığınız her çocuk kesinlikle sünnet edilecek. Bedeninizdeki bu belirti sonsuza dek sürecek antlaşmamın simgesi olacak. Sünnet edilmemiş her erkek halkının arasından atılacak, çünkü antlaşmamı bozmuş sayılacak.[11]

11. *İncil, Yaratılış*, 17:11 Cité *in* Françoise Gange, *Avant les Dieux, la Mère universelle*, Alphée, Paris, 2006.

Böylelikle 99 yaşındaki Hz. İbrahim; tanrısal iradeyi oğlu İshak, bir köleden dünyaya gelen, 13 yaşındaki diğer oğlu İsmail ve kendi üzerinde gerçekleştirmek için bıçağını eline alır. Bu şekilde, bir yandan âdet kanının yokluğu ve diğer yandan erkek cinsel organının sünnetiyle dökülen kanın varlığı arasında, hem nesli hem de antlaşmayı sağlamlaştırmak için biri diğerinin yerine geçecek biçimde bir ilişki kurulur. Tarihçi Claire Soussen'in Ecole des hautes études en sciences sociales'deki[12] [Sosyal Bilimler Yüksek Okulu] bir konferansta açıkladığı üzere, ortaçağda bundan şüphe duyan Kabalistlere kadınlar sünnet olmadığından bu antlaşmanın bir parçası olup olmadıkları sorulduğunda; kadınların buna ihtiyacı olmadığını çünkü zaten âdet gördüklerini belirtmişler. 17. yüzyılda skolastik düşünürler arasında Yahudi ve Hıristiyan tartışmaları şiddetlenirken, Yahudi erkeklerin, tarihçi Cathy McClive'ın "Çarmıha gerilmenin bir cezası"[13] olduğunu söylediği, düzenli olarak kanayan hemoroidler yoluyla âdet oldukları söylentisi dolaşıyormuş.

Güce sahip olmak için âdet kanamasını taklit eden erkeklerin arzusu daha sonra birçok toplumda ve birçok dönemde görülmüştür. Burada söz konusu olan kültürleri ve farklı zamansallıkları açığa çıkaran olguları karşılaştırmak veya birleştirmek değil, âdet kanının, nefret edilmek şöyle dursun, tabunun iki yönlü kabulü dolayısıyla kıskanılmış olduğu ve hâlâ kıskanıldığıdır: Âdet kanı bir yandan yasaklanan, saklanan, uğursuz bir şeydir, diğer yandan kutsal, ilahi ve güçlü.

İskoçyalı antropolog James George Frazer'ın Avustralya'da Wonkgongaru kabilesindeki erkeklerce gerçekleştirildiğini aktardığı aşağıdaki ritüel, 19. yüzyıl sonunda meslektaşları Spencer ve Gillen tarafından tekrar hatırlatılmıştır: "Balık

12. "Genre, humeurs et fluides corporels", 19 Mayıs 2016'da Geneviève Bührer-Thierry (Université Paris-1), Didier Lett (Université Paris-7), Clyde Plumauzille (École des Hautes études en sciences sociales) ve Sylvie Steinberg (EHESS) tarafından düzenlenen konferans.

13. Cathy Mcclive, *Menstruation and Procreation in Early Modern France*, Ashgate Farnham (Royaume-Uni), 2015.

totemi şefi balık sayısını artırmak istediğinde tüm vücudunu kırmızı toprak boyasıyla boyar, sonrasında küçük sivri kemikler toplar ve bir gölete girer. Orada, testis torbasını ve göbek deliği etrafındaki deriyi kemiklerle deler. Yaralarından akan kanlar suyla karışarak balıklara can verir[14]".

1970 yılında Avustralyalı etnolog Ian Hobgin, *L'Île des hommes menstrués*[15] adlı kitabında, Yeni Gine'deki Wogeo halkı erkeklerinin "kirli kanı" tahliye etmek için düzenli ve ayinsel bir biçimde penislerini kesip açmalarını içeren bir gelenekten bahseder. Dolayısıyla normal hayatlarına geri dönmeden önce kadınlar gibi yasaklı bir inziva dönemi yaşarlar. Bu âdet ritüeli, onlar için kano yapmak, avlanmak veya seyahat etmek gibi önemli bir eylemi tasarlamadan önce gerçekleştirilmesi gereken zorunlu bir önkoşuldur.

Psikanalist Jacqueline Schaeffer benzer bir şekilde, Avustralya, Fiji Adaları ve Afrika'da uygulanan "âdet olarak adlandırılan, düzenli kanamalar yaşayabilmek için yaşam boyunca düzenli olarak yinelenen, penisi boylu boyunca çizip yarma işlemini içeren *subinsizyon* ritüelini tanımlar. Erginlenen kişinin bedeninin üzerine, 'İşte penisin sütü, bizler sizin eril anneleriniz olduk' cümlesi eşliğinde babasının penisinin kanı dökülür. Yasaklanan ritüeller âdet kanı ritüelleriyle aynıdır[16]".

Mısır ve Sudan'da, MÖ 3000 yılından itibaren sünnetin uygulandığı biliniyor. Bu uygulama, kadın sünneti ile başlayan diğer genital mutilasyon [sakatlama] kurban ritüelleri ile bağlantılı olabilir. Etnolog ve felsefeci Françoise Gange örnek olarak, Tanrıça Kibele ve Efesli Artemis kültü çevresinde gözlemlenebilen, Tanrıça'ya hizmet edebilme hakkına sahip olmak için vazgeçilmez bir şart olan, kastrasyon [hadım] ritüellerinden

14. James George Frazer, *Le Rameau D'or. Le roi magicien dans la société primitive*, Robert Laffont, Bouquins koleksiyonu, Paris, 1981. [*Altın Dal*, Çev. Mehmet H. Doğan, Payel Yayınları, 2004.]
15. Ian Hobgin, *The Island of Menstruating Men: Religion in Wogeo*, Waveleand Press, New Guinea, 1970.
16. Jacqueline Schaeffer, "Le fil rouge du sang de la femme", *Champ psychosamotique*, 2005/4, Sayı 40.

bahseder.[17] Frazer'ın *Le Rameau D'or* isimli kitabında yer alan metinde Hierapolis'te Tanrıça Astarte onuruna her yıl gerçekleştirilen büyük şöleni yeniden ele alan Gagne, Klasik Dönem'de bazı şehirlerde sayıları 5000'e varan hadım rahiplerin varlığını doğrular:

> Suriye halkları ve komşu bölgeler, kitleler hâlinde aceleyle tapınağa koştururlar. Flüt ve tamburların sesiyle yavaş yavaş kabaran medcezire benzeyen dinsel coşkunlukları zirveye ulaşan hadım rahipler, kendilerini bıçakları ile yaralarlar (...) akan kan bakışları bir mıknatıs gibi kendine çeker. (...) Sonrasında şehirde toplanan erkekler, havaya kaldırdıkları kanlı organları, çılgın kalabalık hâlinde önünden geçtikleri evlere fırlatırlar.[18]

Françoise Gange bu kurban ritüellerini, kültün istisnai bir aşk kavramına dayandığı, Büyük Tanrıça'nın onurlandırıldığı dönemle ilişkilendirir. Büyük Tanrıça her yıl zorlu sınavlarından zaferle çıkan bir aşığıyla yatağını paylaşırmış. Sorun ise, bir yıl sonunda, seçilmiş şanslı kişinin mahsuller verimli hâle gelsin diye hadım edilip kurban edilmesiymiş. Hem kardeş hem de evli olan İsis ve Osiris kültü bu antik mite örnek olabilir: Vücudu parçalara ayrılmış, penisi bir balık tarafından yenmiş, sonrasında İsis tarafından parçaları birleştirilip, canlandırılıp bir çocuk sahibi olan Osiris, daha eski kültlerde kurban edilmeden önce hadım edilen bu "prensi" anımsatıyor.

Kimileri bundan, eski çağlarda dünyada hüküm süren ilksel anaerkilliğin varlığı üzerine bir sonuç çıkarıyor. Aralarına antropolog Françoise Héritier gibi en feministlerin de dahil olduğu günümüz antropologlarına göre, anasoylu ya da babasoylu olsun, tüm toplumlar kadınların değerinin erkeklerden aşağıda olduğu hikâyelere dayanıyor, bu da bunun zıttı farklı bir yapıyı hayal etmeyi bile engelliyor. Simone de Beauvoir dahi, ilkel anaerki teorisyeni Johann Jakob Bachofen'in yazılarını "hayal mahsülü" olarak yorumlamıştır.

17. Françoise Gagne, *Avant les Dieux, la Mère universelle*, Alphée, Paris, 2006.
18. A.g.e.

Ne olursa olsun, İncil'in başpapazları Büyük Tanrıça'ya inananları kendi sınıfları içerisine, Tesniye'de de belirtildiği üzere, kabul etmezlerdi: "Testisleri veya penisi kesilmiş bir erkek Yahve'nin meclisine giremez". Sünnetin, yeni patriarkal dinin inananlarına takım taklavatları konusunda kayda değer bir gelişme getirmesi gerektiğini anlıyoruz.

Buna rağmen hadım uygulaması hâlâ sürmekteydi. Avrupa'da kadınların sahnede görünmesini, onların yerine kastra erkekleri yerleştirerek yasaklamak isteyen kilisenin onayıyla kastralar 17. yüzyılda altın çağını yaşadı. Bu acımasız kurban töreninin 7 yaşında testisleri kesilen erkek çocukları açısından temsil ettiği önemi hiçbir şekilde küçümsemesem de, öyle görünüyor ki burada söz konusu durum, kadınların yerini, tam manasıyla onların seslerine el koyarak almış olmak. Operada çalıştırılmak amacıyla gerçekleştirilen hadım uygulamaları Fransa'da 1770 yılına kadar sürdü.

ÜÇ TEKTANRILI DİNDE ÂDETLERE UYGUN KANAMAK

İncil'de ele alınan hâliyle antlaşma metni, sünnet kanının el çabukluğuyla âdet kanının yerini almasıyla, ister istemez tektanrılı dinlerin bütün büyük metinlerinde âdetin damgalanmasına neden oldu. Metnin tutarlı olabilmesi için kadınların kanının "lanetli" yani tam manasıyla "lanetlenen" olması gerekiyordu. Bu sembolik zaferi kuvvetlendirecek en temel durum, kadını biyolojik doğasından utandırmaya, hatta rahminden akan kanı tüm dünyadan saklamaya itmeye dayandırıldı. Bunlar, ilkel kadınların huzur içinde kanamalarını yaşamak için kendilerini kulübelerine kapattıkları zamanlardı, sonra erkeklere, aşk "döneminin" başlayabileceğini gösteren, âdet kanıyla lekelenen başlarını tekrar dışarı çıkarırlardı. Sonra dudağı boyamak için kan yerine ruj icat edildi. Fakat seksin keyif vermesinden ve yılbaşı süslemelerinden pek de hoşlanmayan tektanrılı dinler kısa sürede daha az kozmetik içeren yeni bir yaklaşım benimsediler.

Âdet dönemi, aynı mantık çerçevesinde, Levililer'de (Tevrat'ın beş kitabından üçüncüsü) kirlilik olarak belirtilmiştir:

> Âdet gördüğü için kan kaybeden kadın yedi gün kirli sayılacak. Ona dokunan da akşama kadar kirli sayılacak. Âdet gördüğü günlerde kadının üzerine yattığı ya da oturduğu her şey kirli sayılacaktır. Kim kadının yatağına dokunursa, giysilerini yıkayacak, yıkanacak, akşama kadar kirli sayılacaktır. Kadının yatağındaki ya da oturduğu şeyin üzerindeki herhangi bir eşyaya dokunan herkes akşama kadar kirli sayılacaktır. Âdet gören kadının kirliliği onunla yatan adama da bulaşır. Adam yedi gün kirli kalır ve yattığı her yatak kirli sayılır.
> Eğer bir kadının âdet günleri dışında uzun süreli bir kanaması varsa ya da kanaması âdet günlerinden sonra da devam ediyorsa, kanaması olduğu sürece âdet günlerinde olduğu gibi kirli sayılır. Kanaması olduğu sürece, âdet günlerinde olduğu gibi, yattığı her yatak ve üzerine oturduğu her şey kirli sayılacaktır. Kim bunlara dokunursa kirli sayılacak. Giysilerini yıkayacak, yıkanacak, akşama kadar kirli kalacaktır. Ama kanama durursa, kadın yedi gün bekleyecek, sonra temiz sayılacaktır. Sekizinci gün iki kumru ya da iki güvercin alıp Buluşma Çadırı'nın giriş bölümüne getirecek ve bunları kâhine verecek. Kahin birini günah sunusu, ötekini yakmalık sunu olarak sunacak. Böylece kadını, kanamasından doğan kirlilikten Rab'bin huzurunda arıtacak.

Kumruların kurban edildiği bu eski gelenek modern dönemde varlığını sürdürmese de, dini görevlerini yerine getiren aileler için yasaklar etkisini göstermeye devam ediyor ve kadınların sözde kirliliklerinden, tesadüfen ya da bilmeden, hastalık kapma korkusuyla hâlâ daha devam eden *niddah* ritüelini kanıt göstererek hiçbir kadının elini sıkmayan ya da yanlarına oturmayan Ortodoks hahamlarına dair şehir efsaneleri sürüyor.

İslam'da ise, âdetin kötü, kusurlu ya da pis olarak betimlendiği Kuran, yasağı destekler: "Âdet hâlinde kadınlardan uzak durunuz ve temizleninceye kadar onlara yaklaşmayınız[19]".

19. Kuran, Bakara Suresi 222. Ayet.

Cinsel birliktelik yasak olsa da, karı koca arasındaki okşamalar hoş görülür. Diğer taraftan bu günlerde kadınların dua okuması ve camiye gitmesi yasaktır, Kuran'a ne dokunabilirler ne de okuyabilirler ve içinde bulundukları kirlilik hâlinden dolayı tuttukları oruç geçersizdir. Kuran, erkeklere bu durumda ne yapmaları gerektiğini söylese de kadınlara öğüt verme konusunda sessizliğini korur. Kuran ve günlük hayattaki uygulamalarına yer veren internet siteleri bugün hâlâ bitmek bilmeyen sorularla dolu: Kanama nedeniyle oruç tutulamayan günler nasıl telafi edilir? Bahsi geçen kanama nasıl anlaşılır? Âdet kanaması (kirli) ile âdete ait olmayan kanamayı (daha az kirli) veya bu renksel tekdüzeliğe farklılık katan ürogenital akıntıların sarı rengi birbirinden nasıl ayırt edilir?...

Bununla birlikte İslam öncesi gelenekte, Kâbe'de diğer yüz dişi ve erkek put ile birlikte tapılan "Ay Tanrısı" Sin'i onurlandıran bir kült vardır. Kuran'ın, Hıristiyanlar ve Yahudilerle ortak olan tek Tanrısı Allah, Mısır kültüründeki karşılığı Sin ya da Toth ile karıştırılmamalıdır. Fakat Müslümanlıkta, bu eski pagan tanrısını çağrıştıran, belki de en belirgin simgesi hilal şeklindeki ay olan, işaretler vardır. Bunun yanında Kâbe'deki Siyah Taşın [Hacerü'l-Esved], Hz. Muhammed öncesinde kadınların bazı ritüellerini anımsatan özel bir kült nesnesi olduğu bilinir. Tarihçi Jawad Ali'ye göre Mekke'deki İslami haccı belirten *hajj* kelimesi aslında Arapça "sürtünme" anlamına gelen *hack* kelimesinden türemiştir. Bu da "kadınların doğurganlıklarını artırmak için genital organlarını siyah bir taşa sürttükleri eski bir pagan ritüelini" anımsatıyor. "Kadınlar taşı âdet kanlarıyla kaplayıp etrafında çıplak bir şekilde dönerlermiş."[20] Bugün hâlâ gümüş çerçevesi içindeki Siyah Taş, belirgin bir biçimde doğum anındaki dişilik organını akıllara getiriyor. Ve ritüel hâlâ Kâbe etrafında dönmeyi gerektiriyor. Fakat âdet kanı, Yahudilikte olduğu gibi Müslümanlıkta da, eril gücün merkezindeki tektanrı yararına bir sembolün mutlak yıkımıyla dışlanmıştır.

20. Jawad Ali, *L'Histoire des Arabes avant l'islam*, Bağdat Üniversitesi'nin katkılarıyla yayımlanmıştır, 1993 (2. Basım), 5. Bölüm, s. 223.

Katolikler için kirlilik kavramı Aziz Paul'ün Galatyalılara Mektubunda ifade ettiği gibi, ilk bakışta daha az katı görünür: "Vaftizde Mesih'le birleşenlerinizin hepsi Mesih'i giyindi. Artık ne Yahudi ne Grek, ne köle ne özgür, ne erkek ne dişi ayrımı var. Hepiniz Mesih İsa'da birsiniz." İlan edilen bu eşitlik hâli fark edilebileceği gibi bir gösteriden ibaretti. Ortaçağda kadınlar; âdetleri süresince Komünyon Ayini'ne katılamaz, kilise korosuna yaklaşamazlardı ve doğum yaptıktan sonra kiliseye gidebilmek için kırk gün beklemek zorundalardı. Âdet kanı öyle kötü görülürdü ki teologlar, daha önce de bahsettiğim gibi, Bakire'nin âdet gördüğünü de kabul etmezlerdi.

Sünneti reddeden Hıristiyanlık, Antlaşmayı simgeleyecek yeni bir ritüel bulmak zorundaydı. Vaftiz bir süreliğine bu amaca hizmet edecek gibi görünmüştü. En sonunda İsa'nın aklına "Son Akşam Yemeği" adıyla bilinen veda yemeğinde açıkladığı başka bir düşünce geldi. Şarap kadehini havaya kaldırıp, yamyamvari doğasına rağmen (veya yamyamvari doğasından dolayı) o anda coşkuyla karşılanan bir kokteyl önerisinde bulundu. "Hepiniz bundan için. Çünkü bu benim kanımdır, günahların bağışlanması için birçokları uğruna akıtılan Antlaşma kanıdır..."

Komünyon ayiniyle, kutsal âdet kanının erkekler tarafından kabul edilmesi sürecinin tamamlanmasına tanık olunur. Herkesin bildiği gibi, bu töz değişimi ritüelinde, İsa'nın bedeni ve kanı inananlar tarafından ekmek ve şarap olarak tüketilir. Eski dini ayinlerde sıkça tüketilen saf sperm (ekmek) ile âdet kanının (sembolik olarak bağlı olduğu bilinen şarap) birleşimine benzer bir ihtimalin üzerinde durmak istemiyorum fakat Komünyon Ayini, Tanrılar ve Tanrıçalar arasında oynanan sandalye kapma yarışının yeni turuna benziyor. Anlamı "şükretmek" olan "Komünyon" aslında Yunanca merhamet anlamına gelen *charis* kelimesinden gelir. Bununla birlikte yaşam ve mutluluğu temsil eden –Romalılarca *Graces* ismiyle benimsenen ve genellikle üç rakamıyla gösterilen– Harites (Charites), Antik Yunanlılar için Güzellik, Doğa, Yaratıcılık ve Doğurganlık Tanrıçalarıydılar.

Güleceksiniz fakat ikonlarda, Harites'in [Üç Güzeller] çoğu zaman çıplak bir biçimde, tıpkı Artemis'in dişi ayıcıkları gibi halka olarak dans ettikleri gösterilir.

DİŞİ KEDİLERİN İSYANI

Artemis'in İphigeniea'yı Tauris'e, yani bugün Ukrayna ve Rusya'nın üzerinde hak iddia ettiği, Bakire Meryem'in kemerinin binlerce yıl önce "seyahate" çıktığı Kırım'a götürdüğünü hatırlıyoruz. Oysa yeni yüzyılın dönüm noktasına, Artemis'in eski yoldaşları gibi, ataerkil zorbalığa karşı çıkmak için çarpıcı bir gösteri eşliğinde memelerini herkesin önünde açmayı içeren Femen ile Ukrayna'da ulaştık.

Kurtarıcı İsa Katedrali'ndeki punk duasından dolayı 2012 yılında ağır iş cezasına çarptırılan Pussy Riot grubunun sanatçı-aktivist üyesi Nadejda Tolokonnikova, daha önce 2008'de Voïna grubuyla kendiliğinden gelişen bir eyleme katılmıştı. "Varis ayıcıklar için sevişin" isimli eylem, anayasa üst üste üçüncü kez adaylığı yasakladığından, başkanlık seçimlerinde kendi yerine Dmitri Medvedev'i aday gösteren Vladimir Putin'in seçim hilelerini ifşa etmeyi amaçlıyordu. Böylelikle birçok çift Moskova'daki Doğa Bilimleri Müzesi'nde doldurulmuş bir ayının önünde seviştiler.

Çıplaklık gibi ayı göndermesi de karşı koyulamaz bir biçimde Artemis'i hatırlatsa da, bu imalar aynı zamanda, 1980'li yıllarda İtalya'da dünya barışını savunmak için *soft* bir erotizmle karışık cinsel özgürlüğü destekleyerek skandal yaratan Cicciolina'yı anımsatıyor. Başı –kendisine çiçekten taçlar sunmanın âdet olduğu Artemis gibi– çiçeklerle kaplı, göğsünün büyük bir bölümü her zaman için açık, yanında sürekli pelüş bir ayı taşıyan Cicciolina. Tanrıça'ya yapılan bu göndermelerin bilinçli olup olmadığını anlamak zor. İtalyan Parlamentosu'na 1987 yılında Radikal Parti adı altında vekil seçilen Cicciolina, nükleerin ve savaş kültürünün ateşli bir karşıtı olarak görülüyordu. Hatta 1990 yılında, Ortadoğu'da tekrar barışın sağlanması adına Saddam Hüseyin'le sevişmeye hazır olduğunu belirtti. Çağrı-

sına kulak verilmedi, fakat uygulanan diğer yöntemlerin de büyük başarılar yakalamadığını kabul etmek gerekir. 2006'da Bağdat'ta asılan Iraklı diktatörün ölümünden beri, Şeriat yönetimi altındaki bir devletin temellerini atmak için "vahşi bir yönetimi" savunan terörist hareketin oluşumuyla birlikte durum hiç de iyiye gitmiyor. Kaos yaratmak için sistemli bir biçimde gerçekleştirilen katliamlar, adam kaçırma, baş kesme ve çarmıha germeler özellikle kadınları hedef alıyor.

Mısırlı blog yazarı Aliaa Magda Elmahdy, 2014 yılında bu terörü protesto etmek amacıyla çıplak bir biçimde âdet kanını İslam Devleti bayrağının (İngilizcesi *Isis*, açılımı Irak ve Şam İslam Devleti, yani Tanrıça İsis'le bir ilgisi yok) üzerine bulaştırırken çekilen bir fotoğrafını *Facebook* üzerinden paylaştı. Yanındaki sırtı dönük diğer kadın ise belindeki Femen sembolü ile orta parmağını göstererek aynı bayrağın üzerine kakasını yapıyordu.

MÖ 356'da Efes Artemis Tapınağı'nı hedef alan tarihin en ünlü terörist saldırısını hatırlayacak olursak, bu kahramanca eylem çok daha iyi anlaşılacaktır. Dünyanın yedi harikasından biri olan Tapınağı yok eden yangının faili yakalanmış ve işkence edilmiştir. Tapınağı ateşe verdiğini çünkü ünlü olmak istediğini itiraf etmiştir. Bu *modus operandi* [çalışma yöntemi], maalesef bugünkü cahil, yönünü kaybetmiş, imkânı olmayan bir tanınırlığa susamış ve her zaman cinsel ve cinsiyetçi şiddetin faili teröristlerin yöntemlerini çağrıştırıyor.

Artık Artemis'in âdet kanıyla ıslatılmış kumaş parçalarını adak olarak kabul ettiği biliniyor. Bitirirken ona kendi hediyemi vermek istiyorum. Bu hediyeyi yaratan Alman sanatçı Elonë. Feminist mesajlarını yazdığı hijyenik pedleri gelişigüzel bir biçimde sokaklara yapıştıran Elonë, 2015 yılında Charlie adındaki bir başka sanatçının tweetini yayınladı: *Imagine if men were as disgusted with rape as they are with periods.* [Erkeklerin âdet kanından iğrendikleri ölçüde tecavüzden de iğrendiklerini bir düşünün.]

Düşünün.



GÖRMEMEM GEREKEN ŞU KANI SAKLAYIN

45 yaşında menopoz öncesi dönemin fırtınalı kıyılarına yaklaşırken, kalp sağlığımı korumak için haftada üç kez evimin yanındaki parkta koşmaya karar verdim. İyi bir koşucu değilim ve disiplinli olmak bana göre değil. Kısa sürede kararlılığım zayıfladı, koşmak yerine tempolu yürüyüşte, sonrasında ise tek tük gittiğim bir spor salonuna yazılmakta karar kıldım, sonunda Lou Reed'in bu sporun meraklısı olduğu bahanesiyle son derece durağan (fakat hâlâ öngörülmesi zor) bir egzersiz olan tai-chi'ye yöneldim.

Herkes bir atlet olmadığımı anlayacaktır. Bunun yanı sıra Nisan 2015'te 26 yaşında Londra Maratonu'nu tamamlayan Hint kökenli Amerikalı müzisyen Kiran Gandhi'nin performansını da bugün hâlâ olağanüstü buluyorum. Amatör erkek ve kadın sporculara yönelik maraton, 42,195 km –yani Maraton kenti ile Atina arasındaki tahmini mesafeyi koşmayı gerektiriyor. 1896 yılında ilk Modern Olimpiyat Oyunları sırasında başlatılan koşu yarışı, İsa'dan önce 490'da ilk Pers-Yunan Savaşları sırasında Yunan ulak Pheidippides'in Maraton zaferini bildirmek için koştuğu efsanevi olaydan ilham almıştır. Pers-Yunan Savaşlarıyla ilgilenmediğinizin farkındayım fakat Yunanistan'ın Artemis'in

anavatanı olduğunu ve koşunun ayıcıkların egzersizlerinden biri olduğunu hatırlatırım.

Zira Kiran Gandhi 42,195 km boyunca koşmakla kalmadı, bu performansı âdetinin ilk gününde ve –Pheidippides'in aksine– ölmeden, 4 saat 49 dakika 11 saniyede tamamladı. Yalnızca âdet görürken koşmakla kalmadı, tampon veya ped de kullanmamaya karar verdi. Binlerce insan ona sosyal medya üzerinden iğrenç ve –"incelikten yoksun" olarak çevirmek dışında elimden bir şey gelmeyen– *unladylike* olduğunu söylemek için mesaj gönderirken, Gandhi fotoğraflarda, koşu sonrasında bacaklarının arasına hafifçe yayılan kandan memnun görünüyordu.

Kiran Gandhi, bu doğaçlama meydan okumayı, kadınların kurban hâline geldiği damgalamayı ifşa etmek için gerçekleştirdi. Maraton günü âdet olacağını bilmiyordu fakat vazgeçmek yerine kasıtlı bir biçimde kışkırtıcı olan bu kararı aldı: James Bond filmlerinin ismine benzer bir biçimde, koştu ve kanın akmasına izin verdi.

MARATON ÂDETLERİ

Kiran Gandhi, 2016 yılının temmuz ayında yayımlanan bir metinde "damgalama" ile neyi kastettiğini açıklıyor:

> Batı'da çoğu insan bu "damgalamaya" inanmıyor. Çünkü bu kelime çoğu kez âdet gören kişilerden uzaklaşıldığını veya onları taşladığımızı ima eder görünüyor. Fakat damgalama bu değil. Damgalama, kişinin kendi bedeni hakkında açık ve rahat bir biçimde konuşamamasıdır. Âdet hakkında konuşurken özür dileme ihtiyacı hissetmektir. Arkadaşından ped isterken, yara bandına ihtiyacımız olduğunda yaptığımız gibi açık bir biçimde değil, sesini alçaltarak konuşmaktır. Benzer bir şekilde bozulmuş bir yiyecek yediğimizde yaşadığımız karın ağrısında olduğu gibi hissettiğimiz ağrıdan açıkyüreklilikle bahsedebilmek yerine, yaşadığımız ciddi ağrılar konusunda sessizliğimizi korumaktır. Sizi garip ya da rahatsız hissettirmek yerine güvende veya basit bir biçimde normal hissettirecek kelimeleri kullanamamaktır. (...) Oysa kendi bedenimiz hakkında konuşamamak bas-

> kının en etkili biçimidir. Bu durum, kadınların biyolojik olarak neler yaşadıklarından güvenle bahsetmelerini engeller. Daha kötüsü aynı zamanda gerçekleşebilecek tıbbi problemlerin çözülmesini de engeller. Bu, âdetin o kadar da rahatsız edici olmadığını ve bu konudan bahsetmenizin tek sebebinin dikkatleri kendi üzerinize çekmek istemeniz olduğunu düşündüren bir kültür yaratıyor.[1]

Kiran Gandhi maraton koşmadan önce de ilginç bir yol izliyormuş. Georgetown Üniversitesi Siyasal Bilgiler ve Matematik bölümleri çift anadal mezuniyeti sonrasında Silikon Vadisi'ndeki çeşitli şirketlerde, özellikle Spotify'da çalışmış, sonrasında Harvard Üniversitesi'nden mezun olmuş. Bugünlerde konferanslar veriyor, aynı zamanda bateri çalıyor, Madame Gandhi isimli grubuyla şarkı söylüyor ve beste yapıyor. Baterinin başındayken, tıpkı âdet tabusunu ortadan kaldırmak için ruhları yardıma çağıran eski dönem şamanlarına benziyor.

Gandhi, *Binti International Sivil Toplum Örgütü* ile, yalnızca Amerika'da değil köklerinin bağlı olduğu Hindistan'da da âdet konusunda yaşanan eşitsizliklerle mücadele etmek istiyor. Bacaklarının arasındaki kan lekesinin, dünyadaki kadınların büyük çoğunluğunun makul fiyatlara dönemsel koruma ürünlerine ulaşamamalarından çok daha büyük bir öfkeye neden olmasına bugün hâlâ şaşırıyor. Amerika'da ped ve tamponlardan alınan vergileri ve bu ürünlerin Hindistan, Kenya veya Nepal'deki gözle görülür eksikliğini gözler önüne seren Gandhi, âdet görmenin sorun yaratmadığı, okula veya işe gitmeyi engellemeyeceği bir dünya için mücadele etmek istediğini belirtiyor.

2015 Londra Maratonu'nun birincisi, Kiran Gandhi'ye göre geç kızların cinsel ilişki karşılığında hijyenik koruma ürünleri alacak noktaya geldikleri Kenya'dan çıktı: Eliud Kipchoge yarışı 2 saat, 4 dakika, 15 saniyede tamamlayarak erkekler birincisi olurken, Etiyopyalı Tigist Tufa ise 2 saat, 28 dakika, 15 saniye ile

1. Kiran Gandhi ve Manjit K. Gill, "The menstrual taboo in India and in the US: What does it look like, why does it exist?" *Thomson Reuters Foundation News*, 7 Temmuz 2016.

kadınlar arasında birinci oldu. Aynı yarışla ilgili *Vikipedi* makalesi, yaşanan dikkat çekici olaylar arasında Paul Martelletti'nin o yıl Örümcek Adam kostümü giyerek maratonda dünya rekoru kırdığından, İngiliz Paula Radcliffe'in "elit" kategorisinde son koşusunu yaptığından ve Formula 1 pilotu Jenson Button'ın çok daha iyi bir performans sergilediğinden bahsediyor. Fakat Kiran Gandhi hakkında tek bir kelime söylenmiyor.

Sanatçı ve şair Rupi Kaur'un, Kiran Gandhi'nin performansından birkaç gün önce *Instagram*'da yayınladığı, eşofmanı ve çarşafının üzerinde kan lekesi olan sırtı dönük fotoğrafında kanıtladığı gibi, söz konusu âdet kanaması olunca sessizlik hüküm sürmeye devam ediyor. "Görsel bilginin farklı mecralarda ele alınma biçimlerini incelemek" için gerçekleştirilen proje, Kaur'un Toronto Üniversitesi'ndeki derslerinin bir parçası. Bu fotoğraf *Instagram* tarafından âdetlere karşı geldiği için birçok kez silinmiş. Rupi Kaur'un –kanın gerçek olmadığını özellikle belirten– kız kardeşi tarafından çekilen bu fotoğrafta aslında şaşırtıcı ya da cinsel içerikli hiçbir şey yoktu.

Rupi Kaur bu sansürü *Huffington Post Canada* isimli blog üzerinden değerlendirdi: "*Instagram*, pijamasının üzerindeki âdet kanı lekesiyle uyuyan kız fotoğrafını sürekli olarak kaldırdığında, bu durum, bir okul projesinden daha fazlası hâline geldi. Bir anda ilkokul günlerine geri dönüyorsunuz. Aklınızdan zorbalık yapan çocuklar geçiyor. O an, yıllar öncesinden dönüşmeniz gereken kişi olup olmayacağınıza karar vermeniz gereken andır[2]".

Kanada'da yaşayan Rupi Kaur'un da Hint kökenli olması ilginç bir tesadüf. Resimli şiirlerden oluşan ilk derlemesi *Milk and Honey** isimli kitabını ilk olarak kendi çabasıyla yayımlatmış, sonrasında ise Kuzey Amerikalı büyük bir yayınevi tarafından basılan kitabı 500.000 kopya satmış. Günümüz kadınının hayatını ve günlük yaşamını basit bir şekilde, "açıkyüreklilikle"

2. Rupi Kaur, "If the photo of my period made you uncomfortable, ask yourself why", *Blog Huffington Post Canada*, 2 Nisan 2015.

* Rupi Kaur, *Süt ve Bal*, Çev. Elif Tozlu, Pegasus, 2017. (y.h.n.)

ifade etme arzusu, hedefi tam da on ikiden vuruyor; çizimleri ve bakışları dinginliği yansıtsa da uysal bir kadın olduğunu düşünmek hata olacaktır. *Instagram*'daki âdet fotoğrafı hakkında:

> Bu fotoğrafın sizi rahatsız hissettirmesi gerekirdi. Rahatlık veya rahatsızlıkla alakalı basit düşüncelerimizin ötesine geçen diyaloglar başlatan ve karışıklığa sebebiyet veren bir unsur olarak işlev görmeliydi. Bazı toplumlardaki kadınların yaşadığı ötekileştirme gibi, gerçek bir dünyada gerçek sonuçlar doğuran bu güçlü sessizliğe karşı savaşma konusunda bizlere hizmet etmeliydi. Yeni bir insana hayat vermemizi sağlayan doğal bir süreçten niçin bu kadar korkuyoruz? Tamponumuzu çantamızdan kazara çıkardığımızda onu tekrar içeri sokmak için neden böylesine acele ediyoruz? "Kaltak", "sürtük" ve "orospu" diye bağırmakta tereddüt etmezken "âdet" derken neden fısıldıyoruz? Bu kelimelerin hangisi daha olumsuz? Vücudumuzun çalışma biçiminde bizi bu kadar utandıran nedir? Cinsel obje hâline getirilmiş bedenler görmekten memnunuz fakat cinselliğe dair egomuza hizmet etmeyen bir şeye bakmak bizi incitiyor. Vajinanın seksten başka bir şey için kullanıldığını vurgulamak, manikürlü kadın kimliğine duyduğumuz huzurlu anlayışımıza doğrudan bir saldırı gibi görünüyor.[3]

Onlar âdet kanını gözler önüne serme kararını vermiş olan ne ilk ne de tek sanatçılar, fakat Kiran Gandhi ve Rupi Kaur konuyu ele alış biçimleriyle bir kırılma noktasını temsil ediyor gibi görünüyor. Çünkü onlar milyonlarca kadının kendilerinde gördüğü ve bir anda temsil edildiklerini hissettikleri âdet gerçeğini kesin ve sade bir biçimde yeniden kurmayı başardılar: Aramızda hanginiz âdet olduğunda pantolonunu ya da çarşaflarını lekelemedi? Hanginiz "hasta" olduğu için bir zorluğun üstesinden gelmekten vazgeçmedi? Bu konudan, tıpkı Çinli yüzücü Fu Yuanhui'nin 2016 Rio Olimpiyat Oyunları'nda yaptığı gibi, açık bir biçimde bahseden sporcular bu sessizlik

3. Rupi Kaur, "If the photo of my period made you uncomfortable, ask yourself why", *Blog Huffington Post Canada*, 2 Nisan 2015.

yemininin bozulmasına katkıda bulunuyorlar. Çin'in 4. olarak tamamladığı 4x100 karışık bayrak yarışında profesyonel sporcu Yuanhui, "Bugün çok iyi değildim, takım arkadaşlarımı yüzüstü bırakmış gibi hissettim. Dün regl oldum ve çok yorgun hissediyorum" açıklamasını yaptı.

Yine de bu tarz bir demeç, herkesin kadınların spordaki yetersizliğini kanıtlamak için beklediği bir platformda biyolojik açıklamalar yapılmasıyla iki ucu keskin bir kılıç hâline gelebilir. 1896 yılında Modern Olimpiyat Oyunları'nın "babası" Pierre de Coubertin'in kadınların stada girmesini yasakladığını "kadınların yer alacağı bir olimpiyat elverişsiz, cansız, biçimsiz ve yakışıksız olur" diyerek savunduğunu unutmayalım. Bu yüzden Fu Yuanhui'nin, "Bunun bir bahane olmadığının farkındayım, hangi nedenle olursa olsun iyi yüzmedim" diye eklemekte haklı olduğu anlaşılıyor.

Yıllar önce, 2005'te Portekizli sanatçı Joana Vasconcelos, Venedik Bienali'nde dev bir avize oluşturmak için o.b. marka 25.000 tamponu bir araya getirdiği *The Bride* [gelin] isimli eserini sergileyerek skandal yarattı. 2012'de Jeff Koons'un (Bir önceki bölümde adı geçen Cicciolina'nın eski eşi) ardından Versay Sarayı'nın konuk sanatçısı olunca, aynı eserin böyle bir ortamda uygun görülmeyecek, "cinsel içerikli yönü" dolayısıyla reddedildiğini gördü. *The Bride* nihayet bir başka sanat mekânında, Paris'te Le Cent Quatre'da sergilendi.

Kadın cinsel organı, özellikle eğer âdet dönemindeyse ve Fransa'nın imajını etkiliyorsa –Versay Sarayı bu temsiliyetin sembollerinden biri değil midir?– tabu olarak kalmaya devam eder. 2015 yılında Hint kökenli İngiliz sanatçı Anish Kapoor, Versay Sarayı Bahçeleri'nde yine skandala sahne olan devasa bir eser sergiledi: *Dirty Corner* [Kirli Köşe]. Aynı zamanda "kraliçenin vajinası" olarak da adlandırılan eser Yahudi karşıtı yazılarla tahrip edildi.

Oysa Marie-Antoinette'in herkesçe bilinen menstrüel hikâyesinin de kanıtlayacağı üzere, kraliçelerin kanı da kırmızıdır. Kraliçe ilk âdet kanamasını, Mayıs 1770'te müstakbel Louis XVI

ile gerçekleşen evliliğinden üç ay sonra yaşadı. Marie-Antoinette 14, veliaht 15 yaşındaydı. İlk cinsel birlikteliklerini yedi yıl sonra yaşayabildiler. Rahminde tümör veya kanser olduğundan şüphelenilecek ölçüde ağrılı âdetleriyle meşhur kraliçe, darağacına kan kaybı yaşarken çıktı. Yaşamının sonuna dair metinler, hapse atıldığında aşırı kanaması olduğundan ve kanı temizleyebilmek için durmadan yeni iç çamaşırı ve *chauffoirs* (kumaş katmanı tabakasına verilen isim) istediğinden birçok kez bahseder. 16 Ekim 1793'te idam edildikten sonra kafası bacaklarının arasına yerleştirilmiştir. Fışkıran kan ve âdet kanı, bu iki kan, sonunda karışmıştır.

Bense, iki tai-chi dersi arasında, menopozlu (dolayısıyla koruyucu östrojen hormonundan mahrum kalan) kalbime göz kulak olmak için koşubandında koşmaya geri döndüm. Fakat performansımın mütevazı bir seviyede kaldığını kabul etmem gerekiyor. Kadınların oyunun içinde kalmak için şafak vaktinde gelip kan ter içinde kaldıkları spor salonunda bile hijyenik tampon ya da ped otomatı yok. Beni desteklemek için yanımda koşan 20 yaşındaki kızımın eşofmanının kanla lekelendiği gün, utanmış ve üzgün bir biçimde başımızı eğip oradan çıkmaktan başka bir çıkar yolumuz yoktu. 42,195 kilometre koşmaya gelince, bahsetmeye bile değmezdi.

MODADAN BAHSEDELİM

Hijyenik tamponla ilk karşılaşmam, ilk âdetimden iki yıl önce, 1973 yılında yaşandı. O sırada 8 yaşında olan erkek kardeşim, annemin dolabının içinde bir kutu Tampax marka tampon bulmuş ve onları küçük askerleriyle oynarken top mermileri olarak kullanmıştı. Annem, menstrüasyonun ne olduğunu bize açıklama zamanının geldiğini böylelikle fark etmiş oldu. Kardeşim bizleri bugün hâlâ güldüren şu sonucu çıkardı: "Öyleyse, kanayan bir kadın gördüğümde bu onun bir cinayete kurban gittiği anlamına gelmiyor, öyle mi?"

Birçok erkek bana, annesinin bacakları arasından akan kanı tesadüfen görmeleriyle yaşadıkları travmadan ve kadınların

–tüm kadınların!– bu şekilde hiç ağlamadan ve yardım istemeden düzenli olarak kan kaybettikleri fikriyle kapıldıkları huzursuzluktan bahsetti. Benzer bir şekilde, Léo Ferré'nin *Cette blessure* [Bu Yara] isimli şarkısını hüngür hüngür ağlamadan dinleyemeyen bir arkadaşım bana, "Bir şey ya da birinin anneme zarar verdiği düşüncesini aklımdan çıkaramıyorum" dedi. Kadınların kanadığını öğrenen kardeşim onlara saldıran bu hayali düşmanla savaşma planını çoktan ilan etmişti. Böylelikle hijyenik oyuncağını asıl işleviyle, ölümcül bir silah olarak, saklayabilecekti.

Bir kutu dolusu tamponu kardeşimin oyuncak askerleriyle yürüttüğü gizli bir savaşta çoktan kaybetmiş olan annem, zulasının yerini değiştirdi. Böylelikle kardeşimi, bildiğim kadarıyla yalnızca Amerikalı bir sanatçının devam ettirdiği Tampax'ın bu yaratıcı işlevinden mahrum etmiş oldu. *Détournement*'a* dahil olan diğer işlerinin yanında, "kadınsal tedbir"[4] isimli anlamlı sloganıyla eserinin tanıtımını yapan Ingrid Goldbloom Bloch, tampon aplikatörlerinden pembe bir tabanca yarattı. Kendilerini korumak adına; tabanca satın alma, kullanma ve bulundurma özgürlüklerini kimsenin engelleyemeyeceğine ikna olmuş Amerikalılar için, silahlar ve âdet kanını emmesi için vajina içerisine yerleştirilen nesneler arasında kurulan benzerlik, külotun kenarındaki bir terör saldırısını anıştıran "tedbir" kelimesiyle buluşuyor.

Tampon ve pedlerin bizi hangi tehlikeye karşı koruduğu varsayılıyor? "Hijyenik" veya "dönemsel" gibi niteleme sıfatları, endişeyi daha da artırıyor: Dönemsel korumadansa büyük ölçüde kalıcı koruma tercih edilir ve hijyen kavramı bizlere o günler boyunca kirli olduğumuzu tam zamanında hatırlatır.

Ergenliğimde tampon bana başlı başına şeytani bir nesne gibi görünüyordu ve kamasutra'ya yaraşır (fakat maalesef sonucu

* Türkçeye *tersine döndürme*, *saptırma* olarak çevrilebilecek bu terim, kabul gören sistem veya hareket içerisindeki bir nesneyi çoğunlukla orijinal ürünün karşıtı yeni bir imge yaratmak için kullanma işlemini ifade eder. (ç.n.)

4. "Feminine Protection", (www.igbstudio.com).

çok daha az hoş olan) inanılmaz hareketler denesem de, vajinamın içine bir tanesini yerleştirmeyi başarabilmem aylarımı almıştı. Kulak çöpünü kulağın içine soktuğumuz gibi (genelde onu tüm gün içerde bırakmasak da), tamponu içime sokarak özgürmüşüm gibi davranmak istesem de, bakire vajinam direnç gösteriyordu. Başlangıçta tek isteği huzur içinde kanamaktı. Eğer ona fikri sorulacak olsaydı, günlerini *Let It Bleed*[5] dinleyerek, bana bezlendiğim bebeklik günlerimi hatırlatan pamuktan, kalın eski moda bir ped üzerinde, polisiye bir roman, bir kalıp çikolata ve karnında sıcak su torbası eşliğinde geçirirdi. Söz konusu, bir parça sıkıştırılmış pamukla bekaretini almaya gelince, en iyisi bu konuyu hiç düşünmemekti.

Dürüst olmak gerekirse onu tatlılıkla ikna etme noktasına nasıl getirdim bilmiyorum. Mick Jagger, Lou Reed ve David Bowie onunla benim yerime konuşmuş olmalıydı. Bunun yanında, 40 yıllık menstrüel hayatım boyunca, seçeneklerin neden bu kadar sınırlı olduğunu sorgulamaksızın, bir zamazingonun mukozama sürtündüğünü hissetmek ya da bebek bezi taktığım izlenimine kapılmak arasında gidip gelerek, hiçbir zaman rahat bulmadığım ped ve tamponları dönüşümlü olarak kullandım. Âdet dönemine doğru, bazı ped veya tamponlarla temas hâlinde ortaya çıkıp yoğunlaşan bir dizi sistit, mantar, döküntü ve iltihap biriktirdim. Yine de Marie-Antoinette'i düşünecek olursam, görülmemiş bir rahatlıktan faydalanıyordum, özellikle de ben, onun gibi "Ağrılı ve yoğun kanamalar yaşamanızın yanı sıra giyotinle ölüme mahkûm edildiniz" cümlesini duymak zorunda kalmadım.

Her ne kadar senelerdir üzerlerine sıkılan kokular tahammül sınırında olsa ve bende her çeşit döküntüye neden olsa da, yıkanabilir kumaşlar ve yıkanabilir bebek bezlerinin kıskaçlara tutturulduğu büyükannelerimizin âdet kemerlerine kıyasla, katlanabilir ve her yere taşınabilir, kendinden yapışkanlı, kanatlı hijyenik pedler aslında bir gelişme. Peki ya âdeti görünmez

5. Rolling Stones'un bu parçası, Beatles'ın *Let It Be* isimli şarkısına cevaptır. Çocukluğuma ait iki parça da 1969 tarihlidir.

kılan, aynı zamanda akan kan konusunda endişelenmeden havuza veya plaja gitmeyi sağlayan tamponlara ne demeli? Reklamlar o kadar çekici ve davetkâr ki tamponu yalnızca zevk için takmak istemenize neden oluyor. Tıpkı Noel'de Tampax isteyen çocukla alakalı fıkrada olduğu gibi: "Çünkü hiç kimse fark etmeden yüzebilir, koşabilir, zıplayabilir, bisiklet sürebilir, buz pateni ve kayak yapabilir ve ata binebilirsiniz".

Jean Eustache'ın 1973'te yayınlanan *La Maman et la Putain* [Anne ve Fahişe] isimli filminde Françoise Lebrun'un canlandırdığı kadın karakterin sevişmeden önce tampon taktığını unutup iç çektiği sahnede hayretler içinde kalmıştım: "Oh, şimdi yeniden jinekoloğa gidip onu çıkarmasını istemek zorundayım". Bu tarz bir diyalog Fransa'da Tampax'ın ilk defa piyasaya sürüldüğü 1938 yılından önce yaşanamazdı. 1947'de o.b. markası Almanya'da çıktı ve 1950'li yıllar itibariyle tampon kullanımı Avrupa ve Amerika'da yaygınlaştı.

Bu icat devrimsel nitelikte gibi görünse de, düşünüldüğü kadar yeni değil. Aslında ilk tampon kalıntıları Antik Mısır'a dayanır. Papirüsler; pamuk, keten veya yün şeritlerle çevrili küçük çubuklarla yapılan tamponların varlığından söz eder. Yunan hekim Hipokrat ise kadınlara âdeti geri getirmek, rahmi tedavi etmek, gebe kalmayı önlemek veya desteklemek için tedavi amaçlı ovül önerirdi. Yün ya da pamuk şeritleri ıslatma hazırlıkları birçok bitkinin yanı sıra şarap, süt, keçi peyniri, nar tanesi, incir, lahana, maya, inek gübresi veya domuz yağı içerebiliyordu. Bunun doğrudan gebelik önleyici veya tedavi edici olmaktan çok tiksindirici bir etki yarattığını tahmin ediyorum.

Antik dönem kadınlarının âdet kanıyla nasıl başa çıktıkları merak edilebilir, ama unutmayalım ki onlar bugüne oranla daha nadir âdet görüyorlardı. İlk olarak, tarihöncesi zamanlarda kadınlar daha geç âdet olup daha erken ölürlerdi,[6] ayrıca sadece bir ya da iki çocukları olurdu. Bu da genel olarak âdetin kesildiği emzirme ve gebelik dışında, şimdilerde yaşanan 450

6. Martin Winckler, *Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur les règles sans jamais avoir osé le demander*, Fleurs, Paris, 2008.

döngü yerine zaten 50 kadar döngü yaşandığı anlamına geliyor. Kadınlar ancak Neolitik dönemde, tarımla ve dolayısıyla besin depolanmasıyla birlikte devamlı çocuk yapmaya, hatta bazı dönemlerde birçok çocuğun öldüğünü görmeye başladılar: 18. yüzyılda iki çocuktan biri 10 yaşından önce ölüyordu.[7] Döngüleriyle ilgili sonuç benzerdi: İlk âdetle birlikte evlenilirdi ve çocuklar, bugüne oranla oldukça küçük bir yaştan ölünceye kadar peş peşe sıralanırdı: İlk (ve tek) çocuğumu tarihöncesi kadının genel olarak doğum yapmayı sonlandırdığı bir yaşta dünyaya getirdim.

İnziva ritüeli, âdet akıntısını belki de bu amaçla tasarlanmış kapların içinde, bakışlardan uzakta biriktirmeyi sağlıyordu. Görünen o ki asırlar boyunca milyonlarca kadın kanlarından kurtulmaya çalışmadan âdet oldular. 19. yüzyıla dek, köylerde ve orta sınıf kadınlarda akan kanı durdurmaya çalışmadan akmasına izin vermek olağandı. Art arda çocuk doğurmaları beklenmeyen rahibelere gelince, onlar yavaş yavaş âdet görmeyi keserlerdi: İlk olarak beslenme biçimlerinin zayıflığından ve tuttukları oruçlardan, sonrasında ise bugün hâlâ karnı doyan mahkûmların dahi âdetlerinin kesilmesine neden olan tutukluluk hâlinden dolayı.

Diğer bütün kadınlar ise "kumaş" kullanırdı. Her kadının önce bir araya getirilip dikilen, âdet döneminde kullanılan sonra yıkanıp yeniden kullanılan artık kumaş ya da çarşaf parçalarını koydukları kutuları vardı. Söz konusu âdet olunca, çamaşır günlerinde mahremiyeti sağlama almak pek de mümkün değildi.

KEMERDEN TAMPONA

19. yüzyıl sonunda, sanayileşme ve şehirleşme ile birlikte âdet kanını hapsetmek için ilk ped ve kemerler ortaya çıktı, fakat tek kullanımlık değillerdi. 1994 yılında Amerikalı hayalperest Harry Finley'nin Maryland'deki evinde kurduğu

7. Gilles Pison, "France 2004: l'espérance de vie franchit le seuil des 80 ans", *Population et sociétés*, Sayı 410, Mart 2005.

Menstrüasyon Müzesi, bu eski tampon ve pedlerin yalnızca Amerika'daki değil Avrupa'daki hikâyesini de anlatıyor. Finley, 1998'de sanal ortama aktarılan müzenin internet sitesine âdet ile ilgili mümkün olabilecek ve hayal edilebilecek[8] tüm bilgileri karmakarışık metinler, fotoğraflar ve büyüyen bağlantılar içerisinden bir araya getirip sergilemeye devam ediyor. Bu, tuhaf şeyler müzelerinin internetteki karşılığı, uzun süre ele alınmamış konuların bir araya geldiği bir site; 1867'de taslağı çizilen ilk menstrüel kaptan, Alman bir rehberin 20. yüzyılın başında düğmelerle sabitlenip çıkarılabilen ped ve âdet külotları üretilmesini sağlayan taslaklarına kadar her şeyden bahsediyor. Bu külotların 50 cm uzunluğa kadar varan boyutları sizi şaşırtmasın: Slip külotların olmadığı bir dönemde, pedlerin olağanüstü düzeyde Artemis'inkini anımsatan âdet kemeriyle sabitlenebilmesi için göbekten bele kadar uzanması gerekiyordu. 2016 yılında vefat eden feminist Thérèse Clerc, *Rue 89*'da[9] yayımlanan makalesinde modası geçmiş bu yöntemlerin aslında o kadar da rahatsız edici olmadığından bahseder. Asıl zahmetli olan çamaşır yıkamaktı!

Aslında her şey, 19. yüzyılın sonunda piyasaya sürülmeye başlanan tek kullanımlık pedlerin ortaya çıkmasıyla değişiyor. Âdet konusunun ele alınması saygısızlık sayıldığı için yasak olduğundan, pedler başta reklam yapılmaması yüzünden başarısız oluyor. Sonra hemşireler, Birinci Dünya Savaşı süresince, kendi kullanımları için gazlı bezden ve ara sıra tekrar kullanılabilen kauçuk bantlarıyla su geçirmez hâle getirdikleri, tıpkı kundağa sarılan bebeklerin ilk bezleri gibi, her şeyi çengelli iğne ile tutturdukları pedler yapmaya başladılar.

1937'de Amerikalı pratisyen hekim Earle Cleveland Haas, ilk hijyenik tampon olacak Tampax'ı icat etti. Markanın sitesi her ay tekrarlanan bu efsanenin kahramanını şu şekilde anlatıyor: "Her gün beyaz gömlek giyen ve durmaksızın buluş fikirleri ve yeni ticari projeler ileri süren zarif bir adam. Büyük Buhran

8. (mum.org).
9. Renée Greusard, "Ceintures en caoutchouc, chiffons: l'histore méconnue des règles", *L'Obs/Rue 89*, 9 Aralık 2012.

döneminde emlakçı olarak çalıştı, sonra antiseptik ürünler üreten bir şirketin müdürü oldu ve ardından gebelik önleyici bir araç olan esnek halka diyaframı icat etti, buluşunun patentini sattığında 50.000 dolar kazandı[10]".

Earle Cleveland Haas'ın kadın fizyolojisine ilgisi su götürmez bir gerçek. Tampon fikrinin aklına, arkadaşlarının âdet kanını emmesi için kullandığı vajinal süngerlerden dolayı geldiğini açıklıyor. Efsanevi zarafetine ve emlakçılıktaki yeteneğine rağmen, ulusal ahlak birlikleri, kadınların parmaklarını vajinalarının içine sokmasına kötü gözle baktığından, ürününü kabul ettirmekte zorlandı. En başından itibaren bir aplikatörle birlikte tasarlanan tampon, bizleri oldukça zevkli bu temastan mahrum ederken vajina ve parmaklar arasındaki buluşmanın engellenmesini zaten sağlıyordu.

Tampon, İkinci Dünya Savaşı'nın hemen sonrasında büyük bir atılım yaptı. Tampax markası 1951'den itibaren Fransa'da geniş çapta piyasaya sürülmüşken, Alman mühendis Carl Hahn, 1950'de isminin anlamı *Ohne Binde* (hijyenik pedler olmadan) olan, aplikatörsüz o.b. tamponunu yarattı. Hahn, jinekolog Judith Esser'in (markanın internet sitesi aynı zamanda hırslı bir yüzücü olduğunu belirtiyor) yardımıyla bir anda başarıya ulaştı ve ilk yıldan itibaren Almanya'da on milyon tampon satıldı. 1952 yılından itibaren süper versiyonları kullanıma sunulurken, kızlık zarını zedelemek istemeyen genç kızlar için hazırlanan "mini" versiyonların ortaya çıkması için 1972'yi beklemek gerekiyordu.

Ben de aylar boyunca kızlık zarımı zedelemeden ve de âdet kanından kurtulmayı başaramadan mini tamponla mücadele etmiştim. En azından rahat saklanabiliyordu. Bu tampon, sonraki versiyonlarında bile neredeyse bir tüf tüf borusuna benzeyen Tampax'ın aksine, avucun içerisine, kot pantolonun bir cebine sığabiliyordu. Fakat vajinam tampona uzun yıllar boyunca kendini inatla kapattı: Onu yalnızca başka hiçbir çarem kalmadığında kullandım.

10. "Premier tampon", 2 Eylül 2016, (www.tampax.fr).

Marka, 2007'de Silk Touch ile birlikte, yumuşak kanatçıkları olan, küçük füzelere benzeyen ve bizlere bir bardak suyun içinde âdet kanının aniden maviden mora döndüğünü gösteren reklamlar yardımıyla Pro Comfort'u satışa sundu: Bu yeni tamponların "gizli ve özel ihtiyaçlara" cevap verebileceğine bizi ikna etmeye çalışan tüm bu manevralara rağmen, ben onları kullanmaktan çoktan vazgeçmiş ve tercihimi daha az tahriş ettiklerini fark ettiğim %100 pamuk, tercihen organik olanlar lehine kullanmıştım.

O dönemde, tamponlar –1950'li yıllarda satışların yalnızca %10'unu temsil ettiğini unutmayalım– Batı dünyasını fethetmiş ve Amerika'da olduğu gibi Avrupa'daki kadınların da %80'i tarafından kullanılmıştır.

KÂRLI KANLI PARA

30 milyar dolar yani 26 milyar euro: Bu, dönemsel korunmanın yıllık piyasasını, yani Bahreyn'in gayri safi yurtiçi hasılasına eşdeğer, hiç kuşkusuz bunu duyduğuna memnun olacak Suudi Arabistan'ın güneyindeki petrol çıkaran bir yarımadayı temsil ediyor.

Fransa'da tüketim üzerine mesleki bir dergi olan *LSA*'ya göre kadın hijyen ürünlerinin 2014 yılı cirosu; 170 milyonu hijyenik pedler, 103 milyonu günlük pedler ve 49 milyonu ise %5'lik bir düşüş yaşayan tamponlar olmak üzere 423 milyon euro ediyordu.[11]

Küresel piyasa 2000'lerin başında üç büyük şirket arasında bölüşülmüştü: Lider, 2001'de Tampax'ı yeniden satın alan Procter & Gamble; o.b.'yi satın alan Johnson & Johnson ve Fransa'da pek fazla varlık göstermeyen Kotex markasını piyasaya süren Kimberly-Clark'tı. Bunlara, 1926'da kurulan İsveçli kâğıt firması SCA'ya (Svenska Cellulosa) bağlı olan ve internet sitesinde medyumlara benzer biçimde "vizyonlarını": "Günlük temel ihtiyaçlara cevap vererek fark yaratıyoruz" diye belirten Nana markası eklendi.

11. Marianne Bailly, "L'hygiène féminine plutôt en forme", *LSA*, Sayı 2313, 3 Nisan 2014.

1837'de sırasıyla İngiltere ve İrlanda'dan gelen –mum imalatçısı William Procter ve sabun imalatçısı James Gamble– iki göçmen tarafından kurulan Procter & Gamble markası ise bir "misyona" sahip olmakla övünüyor. "P & G gibi şirketlerin dünyanın itici güçleri" olduğunu savunan ve "sade ve aynı zamanda güçlü varoluş amaçlarının, tüm dünyadaki tüketicilerine, bugün olduğu gibi gelecekte de yaşamlarını iyileştirecek yüksek kalite ve değerde ürün ve hizmetler sunmak" olduğu belirtiliyor.[12]

P & G, Tampax'ın dışında; Always markasını, Prima bebek bezlerini, çamaşır deterjanları Ariel, Dash, Mr Proper, Febreze, Lenor ya da Ace'yi, fakat ayrıca Pantene veya Head & Shoulders gibi şampuanları, Oral-B veya Parogencyl gibi diş macunlarının yanı sıra, tıraş bıçakları Gilette (erkekleri için) ve Venus'ü (kadınlar için) piyasaya sunuyor. 180 ülkede, 4 milyar tüketici tarafından kullanılan 300 marka ile var olan bu çokuluslu şirket, 2015 yılı faaliyet raporunu, hissedarlarına sunduğu hesap beyanıyla yıllık 76 milyar dolarlık cirosu ve 11,9 milyarlık net kazancıyla duyurdu.

P & G'nin baş rakibi Johnson & Johnson (ünlü seksologlar Masters ve Johnson ile karıştırılmamalı) 1886 yılında kuruldu. Tüm dünyada 60 ülkede kurulmuş 250 şirketi ile faaliyet gösteren bu Amerikan şirketi, o.b. tamponlarının yanı sıra, Nett ve Vania markaları, Le Petit Marseillais, Neutrogena ve Roc gibi ürünlerinin yanında, kanser, şizofreni, diyabet, hepatit veya alerji gibi çeşitli hastalıkları tedavi etmek için geliştirilen birçok ilaca sahip. 2015 yılında, sürekli artan bir eğriyi takip ederek küresel olarak 70 milyar dolarlık cirosu ve 14,4 milyarlık net kazancını açıkladı.

Nana ve Tena markalarını (idrar kaçırma üzerine uzmanlaşmışlardır) piyasaya süren İsveçli kâğıt firması SCA'yı da ilave edebileceğimiz bu çokuluslu şirketler, benim ve dünyadaki milyonlarca kadının âdet kanı sayesinde zenginleştiler. Âdet

12. Procter & Gamble Türkiye, "Amacımız, Değerlerimiz ve İlkelerimiz", (www.pg.com.tr).

görme yaşlarında olan kadın sayısı, 2000'li yıllardan öncesine göre daha az olduğundan, Avrupa nüfusu küçülme belirtileri gösterse de, üreticiler pazarlama sözlüğüne göre "ticarileştirme fırsatlarını artırmak" için umutla, *inkontinans* [idrar veya dışkı kaçırma] ve günlük ped piyasasına doğru yöneliyor.

Amaç, kadınları yalnızca dönemsel bir korumaya ihtiyaç duyduklarına değil, âdetleri dışında da hijyenik koruma ürünleri kullanmanın angarya bir iş olmanın ötesinde "cazibeli" olduğuna inandırmaktır. En küçük iyileşme veya değişim şatafatlı bir kelime olan *inovasyon* kılığına bürünüyor. Paketin etrafındaki bir kurdele? Bu bir devrim. Gece için tampon, hafif akıntılar için tampon, aplikatörlü tampon, parfümlü ya da parfümsüz tampon, tanga için veya siyah renkli günlük ped, vücuda uygun biçimler ve hiçbir yere yapışmadan kurtulmak için kullanılan pedi katlama yöntemleri?... Markalar için amaç, "kadınlara olumlu bir deneyim yaşatmaktır".[13] Bunun dışında, "kadınsılığı daha fazla belirtebilmek için dalgalar, kıvrımlar ve çiçeklerle" canlandırılan ambalajlar sayesinde, unutma ihtimalinize karşı, size bir kadın olduğunuzu sağduyulu bir biçimde hatırlatabilirler. Kendime parfümlü günlük pedler satın almaya ihtiyaç duymaksızın birçok olumlu deneyim yaşadım, fakat âdet olduklarında kucak dolusu çiçeği gökyüzüne atmayı unutan kadınların sayısı göz önünde bulundurulduğunda bu, oldukça düşünceli bir endişe.

Vania ultra ince ped reklamındaki tatlı ses gizli mucizeyi açıkladığında, bir arkadaşımla kahkahalara boğulduğumuzu hâlâ hatırlıyorum: Doğal doku, "sıvıları hapsetme" gücüne sahip "bataklık yosunu". Kamaşan gözlerimizin önünde, emici özelliğini kanıtlamak için iki pedi (biri Vania, diğeri değil) mavi sıvıyla ıslatmayı içeren deney, taklit edilmeye çalışılan gerçek kullanımı düşünüldüğünde kendi içinde klasik hâle gelen bir andı. Pedler hâlâ bataklık yosunu içeriyor mu bilmiyorum. Ama o dönemde, bu durum sürekli yinelenen bir şaka konusu

13. Marianne Bailly, "L'hygiène féminine plutôt en forme", *LSA*, Sayı 2313, 3 Nisan 2014.

hâline gelmişti: "Pardon bataklık yosunun var mı?", "Yosunun olsa iyi olur!", "Eğer âdet olduysan, bu hiç yosunlanmaz..."

Dönemsel koruma ürünlerinin içeriği birkaç yıl içerisinde oldukça değişti: pamuğun yerine geçen veya pamuğa eklenen klorla ağartılan selüloz (odun hamuru), viskoz gibi sentetik lifler, her zaman için hidrokarbondan elde edilen emici pudra, plastik, parfüm ve koku giderici maddeler. Aslında pamuk, 13 yaşındayken kullandıklarımla hiçbir ilgisi olmayan dönemsel koruma ürünlerinin içeriğinden neredeyse kayboldu.

Birbirini izleyen bu "inovasyonların" bazıları kuşkusuz günlük yaşamımı iyileştirdiler ama âdeti sevinçle renklenen özel bir deneyim hâline getirme konusunda değil. Bununla birlikte, yine *LSA*'daki aynı makaleye göre markalar, "reyonları yeniden büyüleyici hâle getirmeye" önem veriyorlar. Tampax'ın ve günlük ped Always'in üretim müdürü Amandine Olivier, "Meselenin kâğıt evreninden, adeta kozmetik evrenine geçmek[14]" olduğu üzerinde duruyor. "Tüketicilerimize daha göz alıcı ve daha çekici reyonlarla gerçek bir tüketim deneyimi sunuyoruz." Pazarlama uzmanları bunu "piyasa güzelleştirmesi" olarak adlandırıyor.

Kısa süre sonra güzelleştirme savaşından bahsedeceğim fakat burada hassas bir konuya değiniyoruz. Çünkü dönemsel koruma ürünleri, kozmetik endüstrisinin uyduğu aynı normlara cevap vermek zorunda değil ve hiçbir tıbbi kontrole tabi tutulmuyorlar. Çok yazık çünkü pedler, emme gücü derininkinden çok daha üstün olan mukoza zarıyla temas hâlinde. Hayatım boyunca en az 2400 gün âdet gördüm. Bu, yabancı maddeler ve vajinam arasında 57600 saatlik bir yakın "temas" anlamına geliyor. Kurdeleleri ve küçük çiçekleri çok severim fakat genital bölgemin derinliklerine tam olarak ne yerleştirdiğimi bilsem çok daha iyi olur.

VAJİNAL FLORANIN SAVAŞ ALANI

Önceki bölümde söz ettiğim çokuluslu şirketlere, 40 yıl boyunca ayda bir kez olmak üzere on altı tampon ya da pedle

14. A.g.e.

dolu bir kutu için neredeyse 2.500 euro vermiş olsam da –ki bu, bana göre bir güven ilişkisinin temelini oluşturabilirdi– bu ürünlerin çoğunun potansiyel olarak kanserojen olabileceği veya muhtemelen endokrinal dengemi bozabilecek dioksin, butil hidroksi tolüen (BHT), böcek ilacı ve hatta tarım ilacı gibi madde kalıntıları içerebileceği konusunda hiçbir zaman bilgilendirilmedim.[15]

Oysa, her ne kadar jinekoloğumun ağzından, orada mantar bulunabileceğini duyduğumda çok şaşırmış olsam da, bildiğim kadarıyla, vajinaların içinde zararlı otlar büyümüyordu. Ona göre bu mantar enfeksiyonu "küçük kaşıntılarımı" (ben olsam çalı yangını derdim ama kılı kırk yarmayalım) da açıklıyordu. Kurtulabilmek için elimden geleni yaptım. Çevreci bir arkadaşım vajinamı yoğurt veya hindistancevizi yağı ile kaplamamı ve tampon vajinal salgıları emdiği ve vajinal florayı bozduğu için tampon kullanmaktan kaçınmamı tavsiye ettikten sonra bunu ancak başarabildim.

Çünkü vajina zararlı ot ya da böcek içermese de bir "floraya*" sahiptir. Mukoza zarıma tutunan mikroskobik bakterilerden oluşan flora, gece kulüplerindeki fedailere benzer bir rol oynar. Kötü mikroplar yönetmeliğe uymayan kıyafetler ve alkollü nefesleriyle ortaya çıktığında Döderlein basili[16] ve laktobasili, şiirsel isimleri olan Fermantum, Plantarum, Brevis, Jansenii veya Casei'ye cevap verip, dünyadaki tüm kulüplerde bilinen ünlü sihirli kelimeyi söyleyerek baraj kurarlar: "İçeri girmenizin mümkün olabileceğini sanmıyorum". Biz "çiçeklenene" ve vajinamıza gururla bir tampon sokmayı isteyene kadar flora bizi mikroplardan bu şekilde korur.

15. Başlangıçta Monsanto tarafından üretilen glifosat, dünyada en çok satan yabani ot ilacı *Roundup*'un etkin bileşenidir. Çok sayıda sivil toplum kuruluşu ve vatandaş, kanserojen özelliği Dünya Sağlık Örgütü'ne bağlı Uluslararası Kanser Araştırma Ajansı (IARC) tarafından kabul edildiğinden dolayı yasaklanmasını talep ediyor.

* Flora aynı zamanda bitki örtüsü anlamına geldiğinden, yazar burada kelime oyunu yapıyor. (ç.n.)

16. Adını, onu 1892'de keşfeden Alman jinejolog Albert Döderlein'dan almıştır.

Burada –bu sahneyi hayal etmenizi rica ediyorum– benim küçük ordum, *Asterix*'teki bir Roma sütunu üzerine yıkılan taş bir anıtın yaşadıklarına benzer bir duruma maruz kalır. Bütün güvenlik görevlilerim, buna Alman aksanıyla muhteşem Döderlein de dahil, günlük dilde "vücudum" dediğimiz harika gece kulübüne girmek için şaşkınlıktan yararlanıp vajinal kapıyı çalan isimsiz kimyasal maddelere bulanmış doğal veya yapay dokular tarafından ezilmiş bir hâlde, kendilerini fırtınaya yakalanmış bulurlar. Benim sevgili floram, onu genellikle kısa süren, bir parmak veya penisin, taze meyve ya da sebzelerin, hatta üretilip "isimsiz bir zarfla" gönderilen diğer nesnelerin aniden içeri girmesi gibi olası saldırılara hazırlayıp, ona ihtişamını geri verebilmek amacıyla hormonlarla sulayan, içsalgı bezi adıyla bilinen bir bahçıvanın ilgisiyle yeniden çiçeklenmeden önce, bu yüzleşme çoğu zaman basit bir mukoza zarı kuruması olarak yorumlanır.

Bunun yanında, birkaç yıldan beri vajinal florayı iyileştirmesi için âdet döneminde önlem olarak "dost" bakterilerin enjekte edilmesiyle hormon değişimi veya tekrarlanan enfeksiyonlarla yorgun düşen organizmanın doğal savunmasını güçlendirmesi için tasarlanmış "probiyotik" tamponlar da var. Bu ürünler, mantar enfeksiyonunun oluşumunu engellemek için antibiyotik tedavisiyle aynı zamanda alınan menstrüel haplar ile eşdeğer ürünler.

Bununla birlikte bu iç savaş, nadir olsa da potansiyel olarak ölümcül bir felakete neden olabilir: toksik şok sendromu.

TOKSİK ŞOK SENDROMU: BİR STEPHEN KİNG ROMANI

*Carrie** isimli kitabın yazarı, toksik şok sendromundan bahsederken ona göndermede bulunduğum için umarım beni affeder. Toksik şok sendomu (TSS) masum ve tamamen bilinçsiz bir kişinin canavarlarla karşılaştığı ve zombiler tarafından yendiği bir korku filmini andırıyor.

* Stephen King, *Göz*, Çev. Esat Ören, Altın Kitaplar, 2003. (ç.n.)

Aslına bakılırsa ilginç bir süreç söz konusu. Vajina içerisindeki Stafilokokkus Aureus olarak adlandırılan son derece sıradan bir bakterinin floramın arkası dönükken kurt adama dönüşmek gibi ilginç bir gücü var. Silahı mı? Belirli koşullar içinde ölümcül bir toksin olan TSST-1 üretir, tıpkı "tsst, tsst, bilin bakalım kim hemen intihar edecek? TSS!"

Belirtiler ilk aşamada gribe benzer: yüksek ateş, cilt lezyonları, hatta ciltte soyulma (deri bir soğan gibi soyulmaya başlar) ve bilinç kaybına varacak düzeyde tansiyon düşmesi. Bir ihtimal, ishal olunabilir, kusma ve kas ağrısı da yaşanabilir. Enfeksiyon zamanında tedavi edilmezse, on vakadan birinde meydana geldiği üzere, kişi birkaç gün içerisinde ölebilir. Toksik şok sendromu etkilenen uzvun ampütasyonunun son çare olduğu kangrene de sebep olabilir.

Bu sendrom ilk olarak 1978 yılında tamponlarla bağlantısı olmayan bir biçimde çocuklarda görüldü: Dolayısıyla enfeksiyonun giriş kapısı basit bir sıyrık olabilirdi. İki yıl sonrasında Amerika'da hijyenik tampon kullanımı ile bu enfeksiyon arasında bir bağlantı olduğu keşfedildi. Amerikalı feminizm üzerine çalışan akademisyen Chris Bobel, âdet kanı aktivizmi üzerine yazdığı makalesinde "Ekim 1979 ile Mayıs 1980 arasında 55 TSS vakası ve 7 ölüm tespit edildi. Salgın, 1980'de dönemsel koruma ürünlerine bağlı 38'i ölümle sonuçlanan toplam 813 vaka ile en üst düzeye ulaştı[17]" diye açıklıyor. Hastalık Kontrol ve Korunma Merkezince* yürütülen araştırmalar, 1975 yılında Procter & Gamble tarafından geliştirilen süper emici tampon Rely'nin, içeriğindeki çok güçlü emici etkisi nedeniyle vajinal florayı bozan karboksimetil selüloz (CMC) kristallerinin önemli sayıda TSS vakasına neden olduğunu gösteriyor.

Rely piyasadan geri çekilmiş olsa da, diğer tampon markaları ambalajları üzerinde, tampon kullanımını azaltmayı ve kesinlikle sekiz saatten uzun süre tampon kullanmamayı önererek,

17. Chris Bobel, "From convenience to hazard: a short history of the emergence of the menstrual activism movement, 1971-1992", *Health Care for Women International*, Cilt 29, Sayı 7, 2008.

* Center for Disease Control. (ç.n.)

toksik şok sendromuna bağlı riskleri açık bir biçimde belirtmek zorunda olmalılardı. TSS vakaları düşse de bütünüyle yok olmadı. 2012'de Kotex marka tampon kullanımına bağlı TSS sonrası bir bacağı ampüte edilmek zorunda kalınan Amerikalı oyuncu ve manken Lauren Wasser, bu durumu kanıtlar nitelikte. Wasser sonrasında üreticileri mahkemeye vermeye karar verdi. Fransa'da ölümle sonuçlanan TSS vakalarında artış gözleniyor, 2013'te Limoges'da 20 saat boyunca taponunu değiştirmeyen 16 yaşındaki genç kız gibi.

1985'te bir Arizonalı araştırmacı ekibi, Yunan tarihçi Thukydides'in MÖ 5. yüzyılda *History of the Peloponnesian War'un** birinci kitabında söz ettiği Atina vebası hipotezinin, veba değil, saldırgan bir grip virüsü ve *Stafilokokkus Aureus* enfeksiyonunun birleşimi olabileceğini öne sürdü.[18] Bu garip birleşimde, tapınağında katledilen dişi ayının öcünü almak isteyen Artemis'in parmağı olduğunu söyleyebilir miyiz? Açık uçlu bir soru... Tıbbi araştırmalar devam ediyor. Haziran 2016'da ciddi bir bilim dergisi olan *The Lancet Infectious Diseases*, Avusturya'daki Viyana Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde toksik şok sendromuna karşı geliştirilen aşının klinik deneylerinin umut veren sonuçlarını yayımladı.[19]

Bununla birlikte Ekim 2016'da, Lyon Üniversite Hastanesi Stafilokokkus Ulusal Araştırma Merkezi, TSS'nin Fransa'daki artışı üzerine uyarıda bulundu: 1990'lı yıllarda kaybolmuş gibi görünürken, 2004 yılında dört, 2011'de on dokuz ve 2014'te yirmi iki vaka bildirildi. Sendrom vajinasında bakteriyi taşıyan kadınların yalnızca %1'inde gerçekleşse de, bu artış tedirginlik verici. Üstelik 2016'nın sonuna kadar bir açıklama da getirilemedi.

---

* Thukydides, *Peloponnessos Savaşları*, Çev. Furkan Akdemir, Belge Yayınları, 2000. (ç.n.)

18. Alexander D. Langmuir, Thomas D. Worthen, Jon Solomon, C. George Ray ve Eskild Petersen, "The Thucydides syndrome. Anew hypothesis fort he cause of the plague of Athens", *New England Journal of Medicine*, Sayı 313, 17 Ekim 1985.

19. Michael Schwameis ve ark., "Safety, tolerability, and immunogenicity of a recombinant toxic shock syndrome toxine (rTSST)-1 variant vaccine: a randomised, double-blind, adjuvant-controlled, dose escalation first-in-man trial", *The Lancet Infections Diseases*, 10 Haziran 2016.

MESLEKİ SIRLAR

1980'li yıllardan itibaren Amerikalı kadınlar, hijyenik koruma ürünlerinin çok daha sıkı denetlemelerden geçirilmesini talep etmek için harekete geçtiler. Yalnızca toksik şok riskinden dolayı değil, ayrıca hijyenik koruma ürünlerinin içerisinde barındırdığı kimyasal ürün veya bileşenlerden; meydana geldikleri maddeler (pamuk, selüloz ya da plastik maddeler), maksatlı eklentiler (parfüm, yumuşatıcı, elastik hâle getiren maddeler...) veya endüstriyel üretim sürecinin sonunda ortaya çıkan maddelerden dolayı. Fakat Fransa'da bu farkındalık halk nezdinde çok daha geç gerçekleşti.

Haziran 2015'te bu tehlikeye dikkat çeken, *change.org* üzerinden "Tampax marka tamponların içeriğini görünür kılmak" için düzenlediği imza kampanyasıyla 19 yaşındaki öğrenci Mélanie Doerflinger'dı. Kampanya aynı zamanda Always markasına da hitap ediyordu. Çünkü, inanın ya da inanmayın, tampon veya ped paketini hangi yöne çevirirseniz çevirin vajinanızın tam ortasına yerleştirmeye hazırlandığınız ürünün içeriğini asla bulamayacaksınız. Birkaç hafta içinde Mélanie Doerflinger'ın kampanyası 60.000 imza topladı ve bir yıl sonra yaklaşık 260.000 imzaya ulaşıldı. Kiran Gandhi ve Rupi Kaur için olduğu gibi, sosyal medya üzerine düşeni yaptı. Böylelikle başlangıçta bir kuşku ya da söylenti olarak görünenler doğrulandı.

Ağustos 2015'te bağımsız laboratuvar Analytika; Nett, Tampax ve Casino markalarından alınan altı tampon örneği üzerinde gerçekleştirdiği ilk çalışmasını yayımladı.[20] Çalışma, analiz edilen numuneler içinde ambalajların üzerinde bahsedilmeyen yirmi ila otuz farklı kimyasal bileşenin varlığını ortaya çıkardı. Hatırlayalım, bedensel hijyen ürünleri ile, deriyle doğrudan temas edip orada sekiz saatten fazla kalacak kozmetik ürünler aynı mevzuata tabi tutulmuyor. Bağlı kaldıkları tek yasa kâğıt üretimi ile ilişkili yasa olduğundan, hiçbir tıbbi otorite tarafından denetlenmiyorlar.

20. ANALYTIKA, "Contaminants chimiques organiques présents dans les tampons d'hygiène féminine", *Rapport analytique*, 20 Kasım 2015, (www.analytika.fr).

Dolayısıyla şampuanlar, nemlendirici kremler veya rujlar konusunda yaşananların aksine, tampon ve pedlerin içeriğinde ne olduğunu kimse bilmiyor. Daha kötüsü ise, eğer bir kişi bu sır konusunda bilgilendirilse bile, büyük markalar tarafından açılan davalara maruz kalma riski dolayısıyla, bunu açıklama hakkına sahip değil. Üreticiler mesleki sırların arkasına sığınıyor ve bazı hastalıkların olumsuz etkilerinin tampon veya dönemsel koruma ürünlerine bağlı olarak gelişip gelişmediğini belirlemek için bugüne dek geniş çapta hiçbir çalışma yürütülmedi. Çünkü bilimin üzerinde çalıştığı (her yerde olan) tehlikeler değil, (bir yerlerde olan) risklerdir: Özellikle dönemsel koruma ürünlerini –örneğin, şu ana kadar bilinmeyen hastalıklardaki ani artış nedeniyle– mesele hâline getirmek için hatırı sayılır miktarda "zayıf sinyal" alınmadığından, hiç kimse bu sorunun üzerine eğilme gereği duymadı.

Mart 2016'da *60 Millions de consommateurs* dergisi kendi deney tesisinde gerçekleştirdiği testleri bir kez daha yayımladığında, sonuçlar, üzerinde çalışılan on bir üründen beş tampon ve ped örneği için "yan sanayi ürünü artık ve böcek ilacı kalıntılarının"[21] varlığını doğruladı. Yükselen standartların "farklı yönetmeliklerce belirlenen eşiğin altına yerleştirilmesine" rağmen, burada söz konusu olan önemsiz maddeler değil. Always marka (Procter & Gamble) İpek Koleksiyonu kanatlı normal ped numunelerinde, örneğin endokrin bozucular olduğundan şüphelenilen *organoklorlu* ve *piretroit* böcek ilaçlarının varlığına rastlandı.

Endokrin bozucuların ne olduğunu bilmiyor musunuz? En açık şekliyle, çok düşük yoğunluklarda dahi hormonların hareketlerini taklit edebilen maddelerdir. Hormonlar, sindirim, biyolojik saat, büyüme ve üreme gibi çok sayıda fizyolojik süreci kumanda eden postacılardır. Hayatınızın aşkına bir mesaj gönderdiğinizi ve bir sahtekarın da imzanızı taklit ederek mesajı çarpıttığını hayal edin. Mesajınız biraz değiştirildi. "Seni

21. "Alerte sur les tampons et protections féminines", *60 Millions de consommateurs*, Sayı 513, Mart 2016.

öpmek istiyorum" demek yerine, "seni gömmek istiyorum", "seni özlüyorum" yerine "seni közlüyorum". Hayatınızın aşkı hiç şüphesiz az da olsa rahatsız olmuş ve beklenmedik bir biçimde cevap vermiştir: Kendini bir öpücüğe hazırlamak yerine, ne demeye gömülmesi gerektiğini sorgulamaya başlamıştır. Bu, fizyolojik seviyede aynı şey: Endokrin bozucular organların ve üreme süreçlerinin işleyişinde, bazen kalıtımsal dahi olabilecek ciddi problemlere sebep olarak değişiklikler yaparlar.

60 Millions de consommateurs'ün çalışması Nett Comfort Smooth Technology Super ve o.b. Pro Comfort Normal markalarının (iki ürün de Johnson & Johnson grubuna ait) numunelerindeki dioksini ve Tampax Compact Active Régulier Fresh tamponlarındaki organik halojen bileşimini de ortaya çıkarıyor. Victoire N'Sondé bir makalesinde: "Dünya Sağlık Örgütü'ne (WHO) göre bu atık maddelerin üreme, gelişme, bağışıklık veya hormonal sistem ve kanser açısından sorunlara neden olmaları olası bir ihtimal. Fakat WHO, kanser riskinin belirli bir maruz kalma seviyesinin altında göz ardı edilebilir olabileceğini belirtiyor. Üzerinde en fazla araştırma yürütülen dioksin (TCDD) konusunda ortaya çıkanlar henüz bu kadar. Buna rağmen bu molekül, Dünya Sağlık Örgütü'nün bir ajansı olan Uluslararası Kanser Araştırmaları Merkezi tarafından 'İnsanda kanserojen olduğu onaylanmış maddeler' sınıfına giriyor"[22] der.

Bu riskleri yok sayına konusunda haklı olunup olunmadığını belki de birkaç yıl içinde öğreneceğiz. Fakat bir hastalığın ortaya çıkmasında dönemsel koruma ürünlerinin payına düşen bölümü belirlemek, hiç kuşkusuz aynı ilişkiyi hava kirliliği, beslenme ya da günlük yaşamımızı istila etmiş olan kozmetik ürünlerle kurmaktan daha kolay olmayacak ve ne olursa olsun bugün gösterilen tepki yeterli değil. Mélanie Doeflinger'ın imalatçılardan ürünlerinin içeriğini açıklamalarını istediği imza kampanyasından bir yıl sonra, 260.000 imzacı davayı hâlâ kazanabilmiş değil. Hatta markaların, içeriklerinde isten-

22. Victoire N'Sondé, "Tampons et protections féminines: une réglementation s'impose !"

meyen kimyasal maddelerin varlığı konusundaki sessizliği ve tepkisizliği, kadınları geleneksel dönemsel koruma ürünlerine alternatif aramaya çok daha fazla teşvik ediyor.

ORGANİK ÜRÜNLERE GEÇMEK Mİ?

60 Millions de consommateurs'ün yürüttüğü araştırmaya göre incelenen on bir numunenin altı tanesi zehirli veya alerji yapan maddelerin varlığını ortaya çıkarmıyor. Fakat bu testin en şaşırtıcı sonucu, ürünleri İtalya'da Corman laboratuvarında üretilen Organyc marka organik günlük pedlerle ilgili: Pedlerde az miktarda glifosat bulundu. Bu, derhal testler gerçekleştiren ve bu miktarın sadece "gram başına 25 nanogram" olduğunu belirten marka için ağır bir darbe. Oysa günlük ped içerisindeki pamuklu içerik organik tarım esaslarına uygun bir şekilde yetiştirilmiş olsaydı, içerisinde hiçbir şey bulunmamış olurdu. Organyc böylelikle düzenlediği soruşturmada tedarikçiyi suçlayarak 20150723 numaralı partinin kirlendiği sonucunu çıkardı. Marka aynı partiden (yıllık 6 milyon satış üzerinden) geriye kalan 3100 kutuyu toplatmaya karar verdi ve 25 Şubat 2016 tarihli bildirilerinde "bu hadisenin tekrar yaşanmaması için tüm önlemleri aldıklarını" açıkladı.

60 Millions de consommateurs tarafından incelenen numunelerinde, istenmeyen türden kimyasal maddeler bulunmayan organik etiketli bir diğer dönemsel koruma markası Natracare, klasik markaların aksine organik dönemsel koruma ürünlerinin yalnızca pamuktan yapıldığını açıkladı. Markanın iletişim sorumlusu Jessica Gitsham, "Organik üretim emek isteyen bir süreç olduğundan, üretim kontrolü pamuk tarlalarından taşımacılığa kadar yapılmalı" diye açıklıyor. "Biz, yakınlarında yetiştirilen GDO'lu ürünlerin bulaşma riski taşıyabileceği Hindistan ya da Amerika'dan ürün satın almamaya karar verdik.[23]" 1989'da Bristol'de kurulan İngiltereli aile şirketi, organik dönemsel koruma ürünlerini piyasaya süren ilk firma. Şirket, her yıl imal ettiği 8,8 milyon kutu ürünleri, tampon ve pedle-

23. Haziran 2016'da yapılan telefon röportajı.

ri –Amerika'dan başlayarak– tüm dünyaya dağıtıyor. Fransa, şirketin beşinci pazarını oluşturuyor. Söz konusu hammadde, fabrikalarının tesis bölgesi ve mahsullerin üretilme biçimleri olunca marka, sektörde nadir sayılabilecek bir şeffaflık iddiasında bulunuyor.

Her şey Orta Asya'nın Çin, Özbekistan, Kazakistan ve Tacikistan arasındaki dağlık ülkesi Kırgızistan'da bulunan bir organik pamuk tarlasında başlıyor. Göçebe bir nüfustan gelen köylüler, GDO'suz böcek ilacı ve tarım ilacı olmadan pamuk çiçeği yetiştiriyorlar, bu durum onların sağlıkları veya çevre üzerinde istenmeyen etkilere maruz kalmadan yaşayıp üretim yapmalarına olanak veriyor. Pamuk daha sonra Türkiye'de ayıklanıp klorla değil hidrojen peroksitle beyazlatıldığı, organik olmayan pamuklarla yaşanabilecek olası bulaşmalardan kaçınmak amacıyla özel olarak hizmet veren makinelerin olduğu bir fabrikaya gönderiliyor. Sonrasında pamuk, kamyonlarla tampon, ped ve günlük pedlerin paketlendiği Almanya, İsveç ve Yunanistan'daki fabrikalara gönderiliyor. Daha sonra bütün ürünler yine kamyonlarla Bristol'de, sonrasında toptancılar arasında, stoklandıkları satış noktalarına nakliediliyor. Bu sürecin en az çevreci kısmı büyük ihtimalle taşımacılık, fakat marka kullanım sonrasında hepsi gübreye dönüştürülebilen (biyolojik olarak tamamen bozulabilen) ürünlerindeki karbon ayak izini hesaplamış: Bir ped için ortalama 23,5 gr CO_2 (eğer gübreye dönüştürülmezse 6 gr daha fazla). Natracare'den Jessica Gitsham'a göre bir ağaç, bir pedin sebep olduğu CO_2 salınımını yalnızca 9,5 saatte emiyor.

Belki bu hesaplama sizlere soyut görünebilir fakat Jessica Gitsham'ın klasik dönemsel koruma ürünleri hakkında bana yazdıklarını görene kadar bekleyin: "Birçoğu –bazen %90 oranında– plastik veya türevlerini içeriyor. Bu oranda yıllık olarak atılan 45 milyar dönemsel koruma ürünü, bu öyle büyük bir alanı kapsıyor ki eğer onları arka arkaya dizersek Dünya ve Güneş arasındaki mesafeyi kaplayabilirler[24]". Kullanılmış

24. 12 Mayıs 2016 tarihli e-mail.

pedlerin tek sıra hâlinde dizilip uzaya seyahate çıkmaları az rastlanan bir durum olduğundan tüm bunların nasıl sona erebileceğini kendimize sorarken Dünya üzerinde artan çöp yığınlarını izlemekle yetiniyoruz. Çokuluslu büyük şirketler tarafından üretilen ped ve tamponların karbon ayak izi, tıpkı içerikleri gibi ambalaj üzerinde belirtilmiyor.

Eğer markalar ped ve tamponlarının nelerden oluştuğunu internet sitelerinde belirtmeye zahmet etseydi, ambalajlar tüm bilgilerden muaf kalabilirdi. Procter & Gamble'ın Amerika internet sitesinde gezinmek, istemsiz yapılan bir ironinin doruklarında bir cevap almanızı sağlıyor. Markalarının içeriklerine ayrılmış bir sayfanın açılışında, tüm ürünler –çamaşır deterjanı, kadın hijyen ürünleri, bebek bezi, şampuanlar, parfümler...– karıştırılmış ve site, "Güveniniz bizim en önemli içeriğimiz[25]" demekte tereddüt etmiyor.

Dünyadaki milyonlarca kadının, ilgili ürünleri, içerikleri hakkında en ufak bir fikre sahip olmadan satın aldıklarını varsayarsak, bu ifade yanlış sayılmaz. Yalnızca Procter & Gamble, Johnson & Johnson ve Kimberly-Clark değil, marketlerde satılan, üreticileri belli olmayan alt markaları da hesaba katmak gerekiyor. Aslına bakılırsa bu markalar Fransa piyasasının %30'unu temsil ediyor.

Güvenimiz dışında, biraz dioksin, biraz glifosat ve biraz da böcek ilacı. Markalar cinsiyet eşitliği için reklamlarında kadınların özgürleşmesi ve cinsiyetçi önyargılarla savaşmayı pazarlayarak savaşın ayak izlerini takip etmeyi seçtiler. 2015 yılında başlatılan, genç kızların özsaygılarını etkileyen cinsiyetçi önyargılar üzerine çekilen dokunaklı video ile, "Kız gibi, hiçbir şey seni durduramaz" kampanyası, Always namına oldukça kibar bir hareketti. Bizler yalnızca sağlığımız için ya da gezegenin geleceği için endişe duymadan, standartlara uygun üretilmiş tampon ve pedleri kullanabilmeyi tercih ederdik.

25. (https://us.pg.com/our-brands/product-safety/ingredient-safety).



KANLI CANLI DOĞAL ÇÖZÜMLER

İstatistiklere göre 40 yıllık âdet yaşamım boyunca 12.000 ila 15.000 tampon, ped ve günlük ped kullandım. Bunlar bana 2.500 euroya mal oldu ve ben sizinle konuşurken balina ve balıkları, yeraltı sularını ve belki de bana hiçbir zararı dokunmayan kuşları zehirleyen 1,5 tona yakın çöpe neden oldu. Bütün bunlar tüm istatistiklerin güvencesini verdiği, 13 ve 53 yaş aralığında dökülen, miktarı 2 ila 5 çorba kaşığını aşmayan, kıymetli âdet kanımı tutmak için. Kızım 2010'dan bu yana, tıpkı âdet görme yaşında olan 16 milyon Fransız gibi, her ay yaşadığı kanamalarla bayrağı benden devraldı.

Çöplerin yanı sıra endüstriyel üretim sürecinin de çevre üzerinde başlı başına bir etkisi var: plastik, hidrokarbon, ambalaj, dış ambalaj ve sentetik liflerin üretimine ilaveten klorla ağartma, ağaç ya da pamuk yetiştirme. Bu ürünleri üreten veya yetiştiren kişiler de, böcek ve tarım ilaçlarının ve kimyasal maddelerin göz ardı edilemeyecek düzeydeki dozlarına maruz kalıyor. Bu kişilere tatmin edici bir maaş veriliyor mu? Bu konuda bilgilen-

diriliyorlar mı? Tampon ve pedler konusunda diğer ürünlerden daha fazlasını bilmiyoruz –hatta belki çok daha azını biliyoruz. Kim bir tampon fabrikasında çalıştığını söylemekten hoşlanır ki? Kim edepsiz ya da bayağı görünmekten korkmadan tampon fiyatlarını sorgulamaya cüret edebilir? Konu dönemsel koruma ürünlerinin fiyatlarına itiraz etmeye gelince kadınlar artık güçlü bir konumda değil. En büyük kâr payı yalnızca çokuluslu şirketlere değil, aynı zamanda devlete de ait.

PEMBE VERGİ: İHTİYAÇ YASA TANIMAZ

Yani en az 500 yıl boyunca okyanusları kirletmemin yanı sıra, bir de dönemsel koruma ürünlerinin her kutusu için temel ihtiyaç ürünlerine ayrılan %5,5 yerine %20'lik katma değer vergisini ödeyerek bolca dolandırıldım. Bu para cezası, benim endometrial mukus üretmeyi kestiğim ve hararetli bir tartışma sonrasında feminist derneklerin ve –daha geniş anlamda– kamuoyunun baskısıyla meclisin sonunda katma değer vergisinin düşürülmesini oyladığı 2015 yılına kadar sürdü. Çünkü bu beylere dönemsel koruma ürünlerinin lüks tüketim ürünleri olmadığını açıklamak için –bu ortamda hâlâ çoğunluğu oluşturan, 2015 yılında yalnızca %27'si kadın olan– mecliste aniden ortaya çıkmak, aklıma kendiliğinden gelebilecek bir fikir değildi.

Hijyenik koruma ürünlerinin temel ihtiyaç maddeleri olduğunu düşünmeyenler için, bu ürünlerin sokakta, savaş bölgelerinde veya çok yoksul bölgelerde yaşayan kadınlarca ilk istenen şey olduğunu hatırlatmak isterim. Afrika'nın bazı ülkelerinde milyonlarca okul çocuğunun pede veya tampona sahip olmadıkları için âdet olduklarında okula gitmedikleri bir gerçek. UNESCO raporuna göre[1] bu insanların, âdet kanını emmesi için, hatta genital sakatlama kurbanı olduklarında[2]

1. UNESCO, *Rapport sur l'éducation à la puberté et à la gestion de l'hygiène menstruelle*, 2004.
2. Dünya Sağlık Örgütü'nün Şubat 2016'da "Aide-mémoire Sayı 241" istatistiklerine göre Dünyada 200 milyon kadın bu durumu yaşamış.

yalnızca rahatsızlığa değil enfeksiyona maruz kalmalarına neden olan sağlık koşullarında; kuru yaprak, kuru atık, tezek, hayvan derisi, çaput veya tuvalet kâğıdı kullandıkları biliniyor.

Demokratik Kongo Cumhuriyeti'nin başkenti Kinşasa'da bulunan House of Irico Sosyal Platformu, yıllarca savaşla harap olmuş bir ülkede genç kızları ve kadınları hijyen ve hijyenik pedlerin kullanımı konusunda özerkleştirmek için, "Sessizliği bozalım, âdetten bahsedelim" isimli bir kampanya başlattı.[3]

Ekim 2016'da *Libération* gazetesinde yayımlanan bir makale, "Suriye'de ateş altındaki kadınlar için, yaşananların üstüne bir de âdet olmanın çok büyük bir problem" olduğunun altını çiziyor. 23 yaşındaki genç bir kadın ise yeniden kullanımları mantar, karın ağrısı, vajinal ve üriner enfeksiyonlara sebep olan, nadir bulunan ve zor ulaşılan hijyenik ped kullanımını sınırlandırmak ve "ped yerine eski kıyafetler kullanmak[4]" zorunda kaldığını belirtiyor.

Nepal'in bazı bölgelerinde kadınlar, Chaupadi geleneğinden ötürü âdetleri süresince küçük bir kulübe içinde kapalı kalmak zorundalardı, bununla birlikte bu gelenek 2005'te yürürlükten kaldırıldı.[5] Hindistan'da kadınların âdetleri süresince duş alması yasaklandı, Bolivya'da ise genç kızlar pedlerin kanser yapabileceğine inandırıldı (daha sonra göreceğimiz üzere bu, yanlış olmayabilir). Durum milyonlarca kadın açısından o kadar ciddi ki, bu tabuyu ortadan kaldırmak ve bu konu üzerinde 7/24 çalışan sivil toplum örgütlerine, kamuoyunu bu sorun hakkında bilinçlendirmeleri için bir fırsat kapısı açmak adına 28 Mayıs, Uluslararası menstrüel hijyen günü olarak belirlendi.

Bu konuyu ele almışken, esasen şekerden oluşan ve bu açıdan sağlık için tehlike teşkil ettiği oybirliğiyle kabul edilen[6]

3. Iris Nzolantima, "Brisons le silence autour des menstrues des filles en RD Congo!", 27 Ekim 2016, (jeuneafrique.com).
4. Maya Gebeily (Agence France Press), "Pour les femmes assiégées en Syrie, les règles sont un gros probleme en plus des autre", *Libération*, 28 Ekim 2016.
5. K. C. Reeti, "In Nepal, menstruation can mean days in isolation", *Womensenews*, Mart 2015.
6. Ağustos 2015'te Amerika'da yayımlanan bir rapor, gazlı içeceklerin tüketiminin; 133.000'i diyabet sebebiyle, 45.000'i kalp ve damar hastalıklarından ve 6.450'si

Coca-Cola'nın neden bir temel tüketim maddesi gibi %5,5'ten vergilendirildiğini bilmek istiyorum. Bu sorunu biraz daha karmaşık hâle getirircesine, 2015 yılında yapılan bir araştırmaya göre[7] asitli içeceklerin tüketiminin, ilk âdetin yaşanma tarihini düşürüp (bugün 12.6 olarak belirlendi) hemen sonrasında meme kanseri riskini %5 artırarak kadınların sağlığını etkilediğini öğrendim.

Ne sebeple olursa olsun, özellikle birkaçını saymak gerekirse Osez le féminisme veya Crêpe Georgette gibi feminist topluluklar tarafından yürütülen kampanyalar sayesinde Aralık 2015'te Fransa'da dönemsel koruma ürünlerinin vergilendirilmesi kanunu üzerinde değişiklik yapıldı ve o zamandan beri %5,5'lik katma değer vergisi uygulanıyor. Bu ürünleri üreten çokuluslu şirketler fiyatlarını buna göre ayarlamak zorundalar.

Dönemsel koruma ürünlerinin vergiden bütünüyle muaf tutulması için girişilen mücadele, İrlanda veya Amerika'nın çeşitli eyaletlerinde olduğu gibi Avrupa düzeyinde de devam ediyor. Avrupa Komisyonu, 18 Mart 2016'da dönemsel koruma ürünleri üzerindeki katma değer vergisinin bütünüyle kaldırılmasını tüm üye ülkeler için mümkün kıldı, ki bu durum şimdiye kadar söz konusu değildi. Birleşik Krallık'ta 2000 yılında çoktan %17,7'den %5'e düşüş sağlanmıştı. Bu ülkede bazı siyasal partiler gibi dernekler de bu oranın bütünüyle ortadan kaldırılması için hâlâ baskı yapıyor, ki bu duruma Birleşik Krallık'ın Avrupa Birliği'nden çıktığı Haziran 2016'dan beri Avrupa Birliği'nin desteği olmaksızın da karar verilebilir.

Almanya'da vergi %17'de dururken somon veya havyar gibi ürünler temel ihtiyaç maddeleri gibi %7 ile vergilendiriliyor. Almanlara ped yerine somon, tampon yerine de havyar kullanmayı denemelerini öneriyorum, fakat onların emiş gücü-

kanserden olmak üzere her yıl doğrudan 184.000 kişinin ölümüne neden olduğu değerlendirmesinde bulundu. "Estimated global, regional and national disease burdens related to sugar-sweetened beverage consumption in 2010", *Circulation*, 29 Haziran 2015.

7. J. L. Carwile ve ark., "Human reproduction: Sugar-sweetened beverage consumption and age at menarche in a prospective study of US girls", *Human Reproduction*, Cilt 30, Sayı 3, Mart 2015.

nün umulduğu kadar tatmin edici olduğundan şüpheliyim, kokteyllerin içine aktarılabilecek tampon ve pedlerin çok kötü olan gastronomik performanslarından bahsetmiyorum bile. Belçika'da da aynı şekilde, külotların içine %21 ile vergilendirilen hijyenik pedler yerine, temel ihtiyaç maddeleri gibi %6 ile vergilendirilen çikolata koyulabilir. İspanya'da %10'luk ortalama bir vergi uygulanıyor. Bu oran katma değer vergisinin her hâlükârda yüksek olduğu İsveç ve Norveç gibi ülkelerde %25 ile tavan yapıyor. Viktor Orban'ın vatanı Macaristan ise %27 ile can sıkıyor. Amerika'da beş eyalet vergiyi çoktan kaldırdı ve hatta New York şehri, Haziran 2016'da dönemsel koruma ürünlerini devlet üniversiteleri ve liselerin yanı sıra hapishane ve evsizlerin kaldığı yerlerde ücretsiz erişime sundu.

Fransa'da katma değer vergisi oranının %5,5'e indirilmesi bir zafer olsa da –temel talep oranı reçeteli ilaçlara uygulanan %2,1'e, hatta vergisizliğe dönmek olduğundan, bu oranın düşürülmesi ılımlı olsa da– 16 milyon kadının muhtemelen ayda beş gün ihtiyaç duyacağı ped ve tamponların ne umumi tuvaletlerde ne de tren veya havaalanlarında ücretsiz olduğu hatırlanmalıdır. Eczanelerin hemen yanında bulunan otomatlar sayesinde prezervatiflerin her an ulaşılabilir olması harika, fakat özellikle geceleri bir hijyenik tampon tedarik etmek neden bu kadar karmaşık olmak zorunda?

Diğer birçok konuda olduğu gibi bu konuda da kendimizi bu garip seçenekle sınırlıyoruz: Sağlık veya doğa için zararlı olduğundan şüphelendiğimiz tüm ürünleri erişilebilir kılmak için rekabet ediyoruz. Bu çelişkili emre boyun eğip, artık bu durumdan kaçamadan (çünkü bu süre boyunca kan akıyor, hatırlayalım) bir âdet kanamasını, ona bağlı olan bir diğeriyle aldatıyoruz. Bu ruhsal idareye teslim olan her birey için bu çılgınlığa kapılmaktan başka bir çözüm yolu yok. Belki de karikatürlerdeki gibi kafamızın üstüne bir huni yerleştirilmesi pahasına, yüreklilik etme ve diğer çıkar yolları hayal etme zamanı gelmiştir. Bunlar başlangıçta şaşırtıcı olacaktır. Fakat üzerinde durmaya değer.

MENSTRÜEL KABI TAŞIRAN SON DAMLA

Bu nesne bir huniye değil biberon emziğine benziyor: Silikondan, kauçuk ya da lateksten yapılan menstrüel kaplar, âdet kanının 12 saate varan sürelerde, rahatsızlık vermeden ve özellikle mukoza zarını kurutmadan tutulmasını sağlıyor. Bu, uzun süre boyunca sızıntı yaşanması neredeyse imkânsız olduğundan güvenilir bir çözüm (tamponlar ise ideal olarak her 4 saatte bir değiştirilmeli ve vajina içinde 8 saatten fazla asla bırakılmamalıdır). Bu kabı takıp kanlı bir bacak arası görüntüsü vermeden spor yapabilir, ata binebilir, dans edebilir veya kuantum fiziği üzerine esaslı araştırmalar yapabiliriz. Bir menstrüel kabın kullanım süresi en az 5 yıl olduğundan ekonomik bir çözüm. Bu, 13 ila 30 euro arasında değişen fiyatlara, kaplardan iki tane aldığımızı varsaysak bile, 360 euroluk (her âdet döneminde 6 euro üzerinden) 5 yıllık tampon harcaması ile kıyaslandığında, azımsanamayacak bir tasarruf anlamına geliyor.

Sizlere daha önce bahsettiğim menstrüasyon müzesine göre ilk menstrüel kap taslakları 1867 yılına dayansa da 1930'lu yıllarda 30 yaşındaki Amerikalı oyuncu Leona Chalmers, 1960'larda farklı isimler altında piyasaya sürülecek "Tassette"in patentini kayıtlara geçirdi.

Kadınların özel hayatı üzerine bir kitap da yazan[8] Leona Chalmers, buluşunu tanıtmak amacıyla verdiği ilanda neredeyse dünyaları vaat etmekte tereddüt etmemiş:

> Havva kadar kadim bir problemin cevabını buldum. (...) Sağlıklı ve faal kadınların çoğu gibi ben de bu doğal dönemsel döngüden çokça sıkıldım. Sorun, hoş olmayan kokular, kirlilik hissi ve ilaveten kullandığım hantal koruma ürünlerinin bu durumu benim için bir kâbusa çevirmesiydi. Tüm bunlar, en çok ihtiyaç duyduğum anda kendime olan güvenimi kaybetmeme neden oluyordu. (...) Şimdi, ilk defa, âdet gören tüm kadınlar "görünmez" hijye-

8. Leona W. Chalmers, *The Intimate Side of a Woman's Life*, Pioneer Publications, New York, 1937.

> nik koruma ürününden faydalanabilecekler. Kauçuktan yapılmış yumuşak bir kap olan Tassette, kirlilik hissine ve kötü koku riskine olduğu kadar bu atıklardan kurtulma derdine de son veriyor. Kısacası, nereye giderseniz gidin, ne yaparsanız yapın, iç rahatlığı ve çabasız bir tazelik sunuyor.[9]

Maalesef ne iç rahatlığı ne de çabasız tazelik hissi tek kullanımlık pedleri yeni keşfeden ve yeniden kullanılabilen kabın hijyen durumundan şüphe eden Amerikalı kadınlar için yeterli delillerdi. Bu kabı kullanırken yaşayacakları rahatsızlıktan bahsetmiyorum bile. Ki aslında menstrüel kap, kişinin bedeni ve genital organları için tampondan çok daha fazla rahatlık vaat ediyordu. Ancak bu rahatlık 1937 yılında toplumda o kadar yaygın değildi. Görünüşü fazlasıyla diyaframı hatırlatan tek kullanımlık menstrüel kapların icadına ve 1950'li yıllarda "Tassaway" ismiyle yeniden piyasaya sürülmelerine rağmen, ürün başarılı olmadı. Ürünün ticari potansiyeli de sınırlıydı: 10 yıl dayanabilen tek bir menstrüel kap, ortaklar açısından çift haneli bir büyüme elde etmek için pek de elverişli değildi.

Bu sebeple menstrüel kap, 1979'da yüzlerce toksik şok sendromu vakasının ortaya çıkmasıyla huzursuz olmaya başlayan kadınlar için Amerika'da *The Keeper* adıyla, hijyenik tamponlara alternatif olarak ancak 1987 yılında yeniden su yüzüne çıktı. Toplumda ekolojik kaygılar artsa da, menstrüel kap piyasayı kolayca ele geçiremedi. Avrupa'daki çıkışını 2000'li yılların başında çoğunlukla internet üzerinden, birçok marka ve boyutuyla gerçekleştirdi: *küçük*, hiç doğum yapmamış kadınlar için, *orta* ise daha önce normal doğum yapmış kadınlar için. Piyasa ancak 2010'dan itibaren canlandı. Marka ve boyutlar çoğaldı ve menstrüel kap 2016'da sonunda marketlerde satılmaya başlandı. Artık "mini" boyda veya kolayca geri çekmeyi sağlayan halkalı modeller bulunabiliyor.

Menstrüel kaplar, tanıtımını yapan "tutorialları" artıran birçok *blogger* ve *YouTuber*ın da belirttiği gibi, kısa bir öğrenme süreci gerektiriyor. Kabı yerleştirmek nispeten rahat görünse

9. Menstrüasyon Müzesi'nde koruma altında tutulan ilandan.

de, çıkarmak akrobatik hareketler gerektirebilir. Kabı yanlışlıkla dökme ve tuvaleti ya da banyoyu cinayet mahalline çevirme tehlikesi de yok değil. Ayrıca kabı umumi tuvalette, uygun hijyen koşullarında değiştirmek de kolay değil: Kabı bir gece kulübünün tuvaletindeki iğrenç zemine düşürmek kızımın kâbusuydu. Kabı yerden almak imkânsız olduğundan ve başka bir kurtuluş seçeneği olmadığından, bu onun deyimiyle tam bir "karın ağrısıydı". Bu ifadenin fizyolojik imaları üzerinde fazlaca oyalanmadan, menstrüel kap kullanımının, tek kullanımlık ürünler kadar kolay olmadığı bilinmelidir. Yine de buradaki kolaylık bir kandırmacadan ibarettir: Âdet gören bir kadın her zaman kan akışıyla nasıl baş edebileceğini önceden tasarlamalıdır. Bununla birlikte ne akrobat ne de cambaz olan kızım kabı kullanmayı kolaylıkla başardı. Ona göre menstrüel kabı tampondan daha uzun süre kullanabiliyor olmak bir düzen oluşturmayı sağlıyor. Ayrıca âdet bitiminde durulayıp, bir sonraki âdette tekrar kullanmak üzere kaynar suda sterilize edilmesi yeterli olan bu tarz bir koruma ürününü gitgide daha çok kadın tercih ediyor. Bu aşamayı daha da kolay hâle getirmek için bazı markalar "kabı" mikrodalgalarla sterilize etmeye yarayan küçük kutular sunuyor.

Toksik şok sendromu bütünüyle ortadan kaldırılmış olmasa da kap, tamponlardan çok daha güvenilir: Vajinal flora ve Döderlein Basilleri kabın varlığında beraberce barış içinde yaşar görünüyor ve birçok kullanıcı "kap" ile birkaç ay geçirdikten sonra mantar veya sistitten kurtulduklarını doğruluyor.

2016 sonbaharında, Flex marka tek kullanımlık menstrüel kapların yeni bir modeli Amerika'da piyasaya sürüldü. Polimerden yapılan oldukça yumuşak söz konusu "menstrüel disk" rahim boynuna yerleştiriliyor ve üreticilere göre yeniden kullanılabilen kap gibi 12 saat boyunca kesintisiz takılı durabiliyor. Amerikan geleneklerine sadık kalarak internet sitesinde "misyonunu" açıklayan marka, "Kadınların bedenlerini sevdikleri bir dünyaya inanıyoruz[10]" diye belirtiyor. La-

10. (flexfits.com).

teks kullanılmadığının güvencesi verilen, dolayısıyla lateks alerjisi olanlara da uygun olan Flex disk, atık anlamında hâlâ rakibi olan beş adet tampon ve pedin yerine geçiyor. Fakat bu ürünün gizli silahı cinsel ilişki sırasında yerinde durabilmesi. Ne partnerini ne de çarşafları lekelemek isteyenler için bu bir avantaj. Kaliforniya'da mühendis Ridhi Tariyal'in fikri üzerine Lauren Schulte tarafından kurulan girişim, yalnızca Amerikan piyasasına değil Avrupa'ya karşı da saldırı başlatmak için en büyük rakibi Softcup'ı da hemen satın aldı ve bir milyon dolarlık bir yükseliş yaşadı. 8 disklik bir kutuya 20 dolar; beklenen kâr yüksek olmalı.

SÜNGER BOB İLE SEVİŞMEK

Âdet süresince sevişmeye olanak veren tek koruma ürünü menstrüel disk değil. Akıntıyı rahat ve kolay bir biçimde emmesi için, hafif akıntıları emen, su ve pH nötr (7) bir sabunla durulanabilen, ortalama fiyatı, üç tanesi için 14-15 euro olan çok kullanımlık bir deniz süngerine başvurulabilir.

Bazı internet siteleri süngerin uçucu yağlarla dezenfekte edilmesi gerektiğini ve spiral kullanan kişilere tavsiye edilmediğini belirtiyor. Diğer siteler ise kullanılmadan önce limon suyu ile ıslatılırsa gebeliği önleyebileceğini dahi iddia ediyor, ama endüstriyel bir ürün olmadığı için, çok daha fazla tedbirli olmayı gerektiren bu yöntemin işe yarayıp yaramadığına dair hiçbir araştırma yapılmamış.

Ürünü satan markalar, süngerlerin "yaşamlarının sonuna geldiklerinde" toplandıklarını belirtmeye özen gösteriyor. Çünkü sünger, yaşam süresi binlerce yılı bulabilen canlı bir organizma. "Canlı" derken, onun bir bitki olduğunu değil, *porifera* ismiyle bilinen bir hayvan olduğunu kastediyorum. Süngerleri Fransa'da organik marketler veya internet üzerinden piyasaya süren Mensi markası *fina dalmata* süngerleri hakkında ambalajları üzerinde, "Ekosistemi koruma kaygısıyla Akdeniz'de sürdürülebilir balıkçılıktan elde edilen süngerler; yıkanır, kireçtaşı ve organik katkılarından arındırılır ve hidrojen

peroksitle hafifçe ağartılır" diye belirtiyor. "Geleneksel olarak antikçağlardan itibaren kullanılan" bu süngerlerin kullanım talimatı, "ürünün kalitesine hiçbir şekilde zarar vermeyen, çok küçük alg tortularının sünger üzerinde yapışık kalmış olabileceğini" belirtiyor.

Süngerin, bulaşık da yıkansa vajinaya da yerleştirilse, şüphesiz ilkel bir sinir sistemi olduğunu fakat solunum veya genital organları olmadığını bilmek iyi olur. Sünger Bob vücudumla iyi anlaşabilecek mi? Mukoza zarıyla uzun süreli temasları göz önüne alındığında, geleneksel tamponlar kadar geniş çaplı araştırılmayan süngerlerin güvenlik ve hijyenlerinin ispat edilmesi gerekir.

Sohbetin bu aşamasında, belki de fenalık geçiriyorsunuz. Burada B planının ikinci aşaması devreye giriyor: Joy Division'ın Beppy Comfort veya Soft-Tampons markaları altında satışa sunulan yapay menstrüel süngerleri. Bunlar, ilk kez Hollanda'da, ikinci olarak Almanya'da, (ürünü göklere çıkaran reklamlara bakılacak olursa), kadınların "G noktasına" denk olan, "P noktaları" ile erkekleri yakınlaştırmaya yönelik prostat uyarıcısı gibi zevk veren aletlerle birlikte üretilen köpükten yapılan yumuşak tamponlar. Söz konusu uyarıcıyı kullanmanın nasıl mümkün olacağını anlamaksızın uzun süre inceledim.

Bazı eczanelerde ve internet üzerinden satılan tek kullanımlık süngerlerin geleneksel tamponlar gibi sekiz saatten uzun süre takılmaması ve bacak arasından sarkan bir ip olmadığından ve üst düzeyde gizlilik sağladığından "havuza, saunaya gitmek veya cinsel ilişkiye girmek" için kullanılması tavsiye ediliyor. Beppy Soft Comfort süngeri, tutup kolayca çıkarmayı sağlayan küçük bir açıklığa sahip. Bu "çıkarma" işleminin az da olsa zorlu yapısını azımsayan marka, bu işe el atmanın, örneğin kontakt lens takmaktan çok daha karmaşık olmadığının güvencesini veriyor. Bu konuda sorular yönelttiğim Hollanda'daki satış temsilcisi Ferdinand Willems, "Sır yoksa, problem de yok! Bu tamponları üreten Asha International, Avrupa'daki dönemsel koruma ürünlerinin, vücutta 30 dakikadan fazla kalan medikal

cihazlara yönelik ISO 13485 standardına uyan ilk üreticisi[11]" yanıtını vermekte güçlük çekmiyor.

"Wet" türü, içine işleyen poliüretan köpükten ve vajinayı asit seviyesine en uygun oran olan 4,5'te tutmaya yönelik bir sıvı olan *lactagel*den[12] üretilen bu tamponlar, kadın doğum uzmanları ve Delft Üniversitesi'nden bir mühendis tarafından –1996 yılında "dry" 2006'da ise "wet" türü– geliştirildi. Bu tamponların tercihen bir başka dönemsel koruma ürününe ilaveten kullanılmaları gerektiğini hatırlatan Ferdinand Willems, tüm dünyaya dağıtılan tamponların özellikle Çin'de kalite veya kamuya açıklık güvencesi olmaksızın kopyalandığını belirtiyor. Çünkü fiyatları oldukça yüksek; "dry" ya da "wet" seçimine bağlı olarak tampon başına yaklaşık 1 ila 2 euro.

Kesemizin (hayır o kese değil) alıştığı üzere C planına geçme zamanı geldi: pedler, günlük pedler ve yıkanıp tekrar kullanılabilir külotlar.

ATMAYIN ARTIK!

Çevremdekilere yıkanabilen külot ve pedlerden söz ettiğimde, bu konu çok nadir heyecan uyandırıyor. 20 yıl önce bile, yıkanabilir bebek bezlerinden bahsettiğimde çoktan bıkmış bir arkadaşım hislerini, "Büyükannemin dönemine geri dönmek mi? Hayır, teşekkürler" diye özetlemişti. Benim jenerasyonumdaki kadınlar için tekrar kullanılabilir ürünler, çamaşır makinesinin ortaya çıkışını köleliğin ve özellikle el şişliklerinin sonu, bir kutsama olarak gören annelerimizin hatırasıyla akılda kalıyor. Büyüdüğüm bölge Midi'de çamaşırlar çamaşırhanede; elde, fırçalar, çamaşır tokacı ve Marsilya sabunu ile yıkanırdı. Su soğuktu, çarşaflar, havlular ve toz bezleri büyük çamaşır kazanlarında kaynatılırdı. Kıyafetleri hafta sonu, Pazar duasına özel giyinmek için hazır bulundurmak amacıyla üst baş az değiştirilirdi. Giysiler, çorap ve külotlar yamanırdı.

11. 10 Ekim 2016 tarihli e-mailden.
12. Tüm içerik: gliserin, su, laktik asit, PEG-40 stearate, hidroksietil selüloz, iyodo propiyonik bütil karbamat, 2-bromo-2-nitropropan-1,3-diol, sodyum hidroksit.

Tek sorun, bazı durumlarda büyükannemin dönemine geri dönmeyi çok istiyor olmam. Hemen acele etmeyin, bazı konularda dedim. Ben hazır giyim kültürü içinde büyüsem de, onun giysilerini mevsimlere, renklerine ve türlerine göre düzenlediğini hatırlıyorum. Büyükbabamın ölümünden sonra giysilerine dahi yansıyan bir yas dönemine girdi: "Siyah yıkaması gerçekten en kolay olan" derdi. Çamaşırcı bir aileden gelen büyükannem neden bahsettiğinin farkındaydı. Bir yılın sonunda diğer ölümleri beklemek üzere, siyah giysilerini katlayıp bodruma kaldırdı. Temel düşünce, hiçbir şeyi atmamaktı. Güve ilacı sayesinde giysiler size, önce başkalarının sonra sizin mezarınıza kadar eşlik edebilirdi. Büyükannem bu üzücü anı beklerken, çiçek desenleri ve pastel renklere karşı bir tutku beslemeye başladı. Giysilerini kirletmemek için rengârenk mutfak önlükleri giyer, uzun süre dayansınlar diye koltuklara örtü sererdi. Her şey tıpkı kendi odasının bitişiğindeki odada, uyanıp uyanmadığımı öğrenmek için duvarı hafifçe tıklatması ve İkinci Dünya Savaşı stoklarından kaldığından kuşkulanmama neden olacak kadar kuru ekmek yapmadan önce, şarkı mırıldanırken uzun ömürlü sütle hazırladığı Poulain çikolatasının garip tadı gibi bir ritüelden, alışkanlıktan, güven veren tekrardan ibaretti.

Büyükannem âdet kanaması için yıkanabilen ve yeniden kullanılabilen pedler haricinde hiçbir şey kullanmadı. Ben onun hayatına girdiğimde çoktan menopoza girdiğinden pedlerin üzerine kendi adını nakışla işlemiş miydi veya onları nasıl yıkıyordu bilmiyorum. Bildiğim, Fransa'da Ulusal İstatistik Enstitüsü'ne göre bugün neredeyse tüm evlerde bir çamaşır makinesi olduğu ve kıyafetlerin neredeyse ped ve tamponlar gibi tek kullanımlık olduğu. Bir gün kızımın yalnızca *denediği* bir tişörtü kirliye attığını gördüm. Benim haftalık olarak giydiğim atlet ve külotlarını varken, o bir kıyafeti üst üste iki gün giymeyi asla aklından geçirmiyor.

Bugün biz binlerce yoğurt, bisküvi ve tampon markasının yarattığı yorucu seçimler arasında şaşkın ördekler gibi oradan oraya koştururken, yıkanabilen pedler yakın arkadaşlar hâline

gelebilir: Elde ovalanıp çamaşır makinesinde diğer çamaşırlarla birlikte 30 derecede yıkanan, diğer külotlardan ya da çoraplardan farkı olmayan pedler, evi küçük renkli bayraklarla süsleyecek. Çünkü genel olarak herkesin yalnızca parmaklara yapıştığını bildiği atılabilir pedlerin yapışkan bantlarından çok daha etkili bir destek sağlayan bağlantı sistemiyle bu pedler, beyaz değil renkliler. İç çamaşırlarını arkalı önlü olarak berbat etmek amacıyla yalnızca özgür iradelerine göre kıvrılan kanatçıklardan bahsetmiyoruz. Yıkanabilir pedlerin çıtçıtlı sistemi daha fazla sağlamlık ve ten ile temasında daha fazla rahatlık sağlıyor. Üreticilerin iddiasına göre ürün, akıntıyı emmesi için çoğu durumda kullanılan pamuk ve bambu ipleri ile %90-%100 oranında organik.

Fransa'da birçok şirket, yeniden kullanılabilir dönemsel koruma ürünlerini çoğunlukla organik marketlerden ve internet üzerinden piyasaya sürüyor. 2009 yılında kurulan Plim, yalnızca menstrüel kap, ped ve günlük pedler değil, idrar kaçırmaya karşı ürünler ve bunların yanı sıra âdet ağrısını hafifletmek için sıcak su torbaları ve setler sunuyor. Ürünlerin tamamı Fransa'da doğal ya da organik maddelerden üretiliyor. Aynı durum, hepsi Normandiya'da üretilen, eğer istenirse set hâline getirilebilen, adından da anlaşılacağı gibi menstrüel kap ve organik tamponların yanı sıra ped, günlük ped satışı yapan Dans ma culotte [külotumun içinde] markası için de geçerli. Fiyatlar ilk bakışta yüksek görünse de geleneksel endüstriyel tek kullanımlık koruma ürünlerine kıyasla kârlı oluyor.

Bu iş sektörü aynı zamanda, âdet tabusuna karşı savaşma arzusunun cesurca çekici bir tarza büründüğü Amerika'da da gelişiyor. 2012'de Hint asıllı ikiz kardeşler (Bu bölümün başında bahsedilen Rupi Kaur ve Kiran Gandhi gibi) Radha ve Miki Agrawal, Thinx markasını kurmaya böyle karar verdiler: New York'ta ve internet üzerinde moda hâline gelecek menstrüel külot akımı. 2015 yılında metro istasyonundaki kampanyaları, "Thinx. Âdet olan kadınlar için" "âdet" kelimesi kullanıldığından, kamu makamları ve ulaşım şirketinin sansür tehdidiyle

karşı karşıya geldi. Sansür ciddi olsun ya da olmasın, her durumda markaya üst düzeyde görünürlük kazandırdı. Thinx aynı zamanda bu kampanyayı "trans ve queer" –âdet olabilen fakat kendilerini, atanan toplumsal cinsiyetle tanımlamak istemeyen– bireyleri dahil ederek çeşitlendirdi.

Görünüşte basit bir külotun yarattığı gizemi merak edenler için bu külot iki tampona denk bir âdet akıntısını tutabilir, Thinx tarafından satılanların dört ayrı katmandan oluştuğu dikkate alınmalıdır: Pamuktan yapılan, tenle ve mukozayla temas eden ilk katman, bakterilerle savaşan ikinci katman, pamuk ve poliüretan birleşimi sayesinde akıntıyı emen üçüncü katman ve kumaşı su geçirmez kılan gümüş tabaka sayesinde sızıntıları önleyen dördüncü katman. Poliüretanın varlığı beni memnun etmese ve vajinam sahip olduğu florayla bu görevi üstlenirken neden bir külotun bakterilere karşı savaştığını anlamasam da gümüşten yapılma bir külot giyme fikri beni cezbediyor. 24 (hafif akıntılar için) ila 39 dolar (yoğun akıntılar için)[13] arasında satılan bu tekrar kullanılabilir ürünler, ilk başta yapılan yatırım sonrasında, bir âdet "seti" oluşturmak için 3 ve 7 arasında külota sahip olmak yettiğinden, tasarruf yapılmasını sağlıyor.

Sorularımı mail ile yanıtlayan markanın iletişim sorumlusu Chelsea Leibow, külotların Sri Lanka'da üretildiğini ve Thinx'in satılan her model için, genç kızlar "utanç haftalarında" da okula gitmeye devam edebilsinler diye yıkanabilen ve yeniden kullanılabilen bir ped setini Uganda'ya gönderdiğini söylüyor. Öte yandan Thinx, ne cirosundan, ne satış rakamlarından, ne de Sri Lanka'da modayı takip eden New Yorklu ve Avrupalılar için menstrüel külot üreten işçilerin ücretleri veya çalışma koşullarından bahsetti. İletişim sorumlusu "bu bilgilerin gizli olduğunu" açıkladı. "Biz özel hukukla yönetilen bir şirketiz."

Şeffaflık Thinx'in önceliği olmasa da, şüphesiz ki rekabetin ağır baskısına maruz kalan marka, âdeti benzersiz bir rahatlıkla bahsedilen bir konu hâline getirdiği için övgüyü hak ediyor.

13. Yani, Ekim 2016 kuruna göre 22 ila 36 euro arasındaki fiyatlara.

Tıpkı çok güzel görünen ve belli ki sıradan külotlardan çok daha rahat olan menstrüel külotlarını Eylül 2016 New York Moda Haftası'nda tanıtarak yaptıkları gibi. O gün bateride, müziğe güç veren sanatçı ve menstrüel maratoncu Kiran Gandhi vardı.

SERBEST İÇGÜDÜSEL KANAMA

İstatistiklere göre, siz bu kitabı okurken 800 milyon kadın âdet görüyor. Bu kadınların büyük bir çoğunluğu için bu, her ay çözmeleri gereken bir "sorun": Az önce gördüğümüz üzere uygun koruma ürününü seçmek bitmez tükenmez bir bilmece.

Birkaç yıl önce Amerika'da yeni ve devrimsel bir dönemsel koruma yöntemi ortaya çıktı: serbest içgüdüsel kanama. Burada söz konusu olan, âdet kanını tuvalette vücuttan atmak için tıpkı idrar gibi vajina içinde tutmak. Bu yöntem teorik olarak dönemsel koruma ürünlerine ihtiyaç duyulmamasını sağlıyor. Sizlere derinliklerine indiğimde bahsedeceğim "derin ekoloji" olarak bilinen hareket içinde oldukça popüler olan bu yöntemin, gitgide daha fazla destekçisi oluyor. *Facebook*'ta yaklaşık 2.500 takipçisi olan bir grup bunun kanıtı. Artık çok sayıda kadın bedenlerinin kontrolünü yeniden ele geçirmek ve sonunda rahmi, vajinası, yumurtalıkları ve belki de modern hayat tarafından hırpalanan beyni ile dost olabilmek için pedlerden, tampondan, kaplardan ve diğer menstrüel ıvır zıvırdan kurtulmak istiyor.

Daha önce, tüm kadınlar gibi ben de dönemsel koruma ürünlerim yanımda değilken serbest içgüdüsel kanamayı deneyimlediğimde, âdetimin umulmadık bir biçimde gelmesine şaşırmıştım. Kanamayı tutmak kolay değil fakat sfinkter [dışkı ve idrarın tutulmasını sağlayan kaslar] olmasa da pelvis kaslarını geliştirdiğimizde imkânsız da değil, dâhi olmanıza gerek yok. Bunu yapabilmek için tek ihtiyacınız olan vajina topları veya yoni yumurtası. Pelvis tabanının (beğenin ya da beğenmeyin evet vücudumda bir de taban var) kas esnekliğini uyaran, cinsel organın sağlığı için faydalı olan bu yöntem, menopoz sonrası idrar kaçırma probleminin önlenmesini de sağlıyor.

Rahmimle "yeniden" bağlantı kurma fikri birkaç yıl önce beni hayretler içinde bırakırdı ve bu konuda okuduğum bazı yorumlara hâlâ kahkahalarla gülebilirim. Fakat tesadüfi olsa da tai-chi egzersizleri bu soruyu yeniden gözden geçirmemi sağladı. Yalnızca –bana ergenliğimden beri rahat vermeyen– rahmimle değil, bedenim, beynim, ağaçları saran rüzgâr veya gökyüzünden düşen yağmur damlasıyla "yeniden" bağlantıya geçmek, var olduğunu hiç düşünmediğim bir haz veriyor. Bu yüzden serbest içgüdüsel kanamayı, tarihsel materyalizme bağlılığımın hiç onaylamadığı bir saygıyla karşılıyorum.

Gevşemek ve akmasına izin vermek, tıpkı denize çıplak girmek gibi. Kendinden ve parçalarından ayrı kalmamak daha iyi hissettiriyor. Yine de çırılçıplak yürümek ve kan damlalarını yola serpiştirmek toplumda kabul gören davranışlardan değil. Muhtemelen büroda, fabrikada, ulaşım araçlarında veya markette hijyen kurallarına aykırı hareket ettiğiniz söylenecektir ve herkes modern hayatın zorluklarından kaçma şansına sahip değil. Genç yaştaki birçok arkadaşım serbest içgüdüsel kanamayı denedi ve şimdilik biri bile üstesinden gelemedi. Uzmanlara göre tekniğe hâkim olmak için 4 ila 5 âdet döngüsü ve bunun yanında sağlam bir özgüven gerekiyor. Ayrıca bu süreçte, akıntıyı vücuttan atma ihtiyacı hisseder hissetmez –ki bu acemilerin anlattıklarına bakılacak olursa yaklaşık olarak her 10 dakikada bir– tuvalete yakın rahat bir ortamda bulunmak iyi olacaktır.

İnternet bloglarında serbest içgüdüsel kanamayı uygulama konusunda başarılı olduğunu doğrulayanlar, bunun bir özgürleşme olduğunu söylüyor. Bazen çiğ beslenme/vejetaryenlik gibi özel beslenme tercihleriyle veya hormonal doğum kontrol yöntemlerini kullanmamakla ilişkilendirilen bu yöntem, kendisine atıfta bulunan makalelerde, endüstriyel ürünlere de uygulandığını görmek isteyeceğimiz eleştirel bir bakış açısıyla, çoğu zaman alay edilip karalanıyor. Serbest içgüdüsel kanamanın olası tehlikeleri üzerine araştırma yapan doktorlar, kanı vajina içinde iki saatten uzun bir süre boyunca tutmanın bakteri gelişimini artırması tehlikesinden dolayı riskli olabileceğini

öne sürüyor. İçeriğini bilmediğimiz ve bazılarının ambalajı üzerinde âdet kanı ile birlikte vajina içerisinde 8 saate kadar tutulabileceğinin güvencesini veren tamponlara ne demeli? Spermin, doktorlar bize vajinal floranın mükemmel bir biçimde yönettiği bu yabancı akışkanın varlığına dair bir uyarı yapmaksızın, rahim içinde yaklaşık 4 gün canlı kalabileceği fikriyle hâlâ titriyorum.

Ben serbest içgüdüsel kanamayı uygulayacak yaşı geçtim ve bu yöntemin geçmişteki ve şimdiki yaşam biçimimle bütünüyle uyumlu olduğundan şüpheliyim. Fakat dünya üzerindeki tüm kadınların, dönemsel koruma ürünlerinden özgürleşebilmelerini ve atık miktarını azaltırken birikim yapabilmelerini sağlayarak âdetlerinin kontrolünü yeniden ele aldıklarını görmek istiyorum.

SANAT ÂDETLERİ

Taraftarları, internette yeniden kullanılabilir menstrüel kaplar veya serbest içgüdüsel kanamadan bedenleriyle yaşadıkları bir barış olarak söz ediyor: Kanı, tampon ya da ped üzerindeki bir leke gibi değil, bir akışkan, salgı veya bir öz olarak keşfetmek ona daha farklı bir gözle bakmayı ve değerinin farkına varmayı sağlıyor. Bazıları büyük bir çevreci hareketle, bu kanı yeşil bitkiler veya sebzeler için gübre olarak kullanmak üzere biriktiriyor: Eski dönemlerdeki kadın ve erkeklerin de düşündükleri gibi içeriğindeki potasyumun bir gübre değeri var. Dolayısıyla akıntının bu yenilenme hareketi menstrüel kapların çok daha ötesine geçti. Ayrıca âdet kanlarıyla resim yapan veya onu sahneleyen gitgide artan sayıdaki sanatçıya da dokundu.

Sanat tarihçisi Émile Bouvard, "âdet kanını, kayda alınmış ve kayıtları kaybolan bir performansta ilk defa kullananın" Avusturyalı sanatçı Valie Export olduğunu hatırlatıyor.

8 mm'lik filmle çekilen, 3 dakika süren *MenstruationsFilm* isimli performans, 1966-1967'de feminizm yükselişe geçmeden önce çekildi. Valie Export, özellikle İkinci Dünya Savaşı'nın, hafızasını

> kaybetmiş ahlaki düzenine geri dönüşüyle göze çarpan Avusturya açısından, o dönemde henüz emekleme aşamasında olan feminizmden bahsedildiğini hiç duymadığını birçok kez ifade ediyor. Kız kardeşi tarafından filme alınan tabure üzerindeki çıplak sanatçı, âdet görürken çişini yapıyor: Tabure ve duvardan kanla karışık çiş akıyor. Suç teşkil eden üç uyuşmazlık var: Âdet kanı ve çiş tiksindirici olmalarıyla meşhur maddeler, çiş yapmak, boşaltımdan gelen rahatlama ve hatta zevk başlı başına bir tabu ve kadın bu maddeleri burada etkin bir biçimde boşaltıyor.[14]

Émilie Bouvard âdet kanının aynı zamanda, sanatçı Judy Chicago tarafından hazırlanan eğitim kapsamında Fresno'da, sonrasında CalArts'ta Los Angeles'taki Womanhouse ile de kendini gösterdiğini hatırlatıyor. Judy Chicago 1971'de "tamponunu çıkaran bir kadının görüldüğü taşbaskısı, minimalist ve soyut olmayan ilk eseri *Red Flag*'i üretiyor. (...) Bu görüntü bir sembole dönüşecek ve defalarca feminist sanat dergilerinde basılacaktır[15]". Sanatçı 1972'de, tertemiz bir banyoda kullanılmış tamponlarla dolup taşan çöp kutusunun görüldüğü bir enstalasyon gerçekleştirdi.

Jen Lewis şimdilerde Amerika'da kendi internet sitesi *Beauty in Blood* üzerinden âdet kanına sihirli bir sıvı görünümü verirken, Vanessa Tiegs ise mandala meditasyonunu ve âdeti bir araya getirerek "menstralas"ı resmediyor.

Güney Afrika'da, lezbiyen sanatçı ve aktivist Zanele Muholi 2006 ve 2011 yılları arasında Cape Town'da gerçekleştirdiği *Period Pains* (âdet sancısı) isimli tasarısında hipnotik güzelliği güçlü eserler yaratabilmek için kendi âdet kanını ortaya koyuyor.

Fransa'da ise *Red is the colour* isimli on iki portrelik serisinde âdet kanlarını ruj olarak süren kadınları sergileyen Ingrid

14. Émilie Bouvard, "Présence reelle et figurée du sang menstruel chez les artistes femmes: les pouvoirs médusants de l'autro-affirmation", konferans çerçevesinde gerçekleştirilen "Les fluides corporels dans l'art contemporain", *organisée à l'Institut national d'histoire de l'art* (INHA), Paris, 29 Haziran 2010, (hicsa.univ-paris.fr).
15. A.g.e.

Berthon-Moine örnek verilebilir. Veya tuallerini boyamak için kendi âdet kanını kullanan, plastik sanatlarla çağdaş feminizmi *womenstruation* adı altında harmanlayan John Anna. İsveç'te fotoğrafçı Arvida Byström, 113.000 kişi tarafından takip edilen *Instagram* sayfasında, en ince detaylarıyla özel bölgelerini sergileyerek âdeti yorumlamaktan hoşlanıyor.

2014 yılında fotoğraf sanatçısı Marianne Rosenstiehl, Paris'te –Amerika ve Birleşik Krallık'ta âdet anlamına gelen kelimelerden biri olan– *The Curse* ("lanet") isimli bir sergi düzenledi. Rosenstiehl serginin tanıtım metninde, ergenlikten menopoza âdeti inceleyen bu 24 fotoğrafın, "insanlığın yarısının özel yaşamına bütünüyle dahil olan âdetin, bu fizyolojik olgunun görünmezliğine" değinerek sanatsal bir yaklaşıma tanıklık ettiğini açıkladı. Sümüklüböcekleri âdet kanlarıyla öldürmek için tarlada gezinen kadınları veya bir kadın bedenine tırmanan küçük "İngiliz" askerlerini göstererek, sanatçı mizahı, aynı zamanda duyguyu açığa vuruyor: "Tabunun doğrudan ve çelişkili gözlemini, fotoğraf aracılığıyla serinkanlılıkla ele alıyorum. Kadın cinsel organı, aşk ilişkisi, menopoz, bazı transseksüellerdeki tutkulu kadınlık arayışı, dilin kodları (sırf adını söylememek için tüm dillerde kullanılan abartılı leksikoloji). Daha çok umut ve uzlaşma[16]".

16. Sergi kitapçığı için Marianne Rosenstiehl tarafından kaleme alınan metin, (www.lepetitespace.com).



KANAYANA KADAR SAYDIM

15 yaşında, davetlileri aşk tapınağıma alma zamanı geldiğinde, söz konusu tapınağın zamanından önce bir çocuk yuvasına dönüşmesini engellemek için etkili bir doğum kontrol yöntemi üzerine kafa yormak gerekti.

Daha önce bahsettiğim gibi, doğum kontrol hapı sayesinde –en azından büyüdüğüm ayrıcalıklı çevrelerde– hamile kalma riski olmaksızın ilk kez sevişebilme şansına sahip olan ilk nesildenim. Bu mutlu süreç kısa sürse de, 1984'ten itibaren kan tabusunu dirilten AIDS ortaya çıkmadan önce cinsel yaşamımın ilk on yılını kapsadı.

Doğum kontrol hapı kullanmak bir özgürleşme simgesiydi fakat aynı zamanda bir engelli koşu parkuruydu. O dönemlerde tıp camiası iki gruba ayrılmıştı: Doğum kontrol hapı yazmamak için her türlü bahaneyi bulan ve genç kızları bu hapa başvurmaktan vazgeçiren tutucu jinekologlar ve farkına dahi varmadan ve özellikle onlara minnettarlığımızı göstermeden faydalanabileceğimiz bu lüks konusunda bizi suçlar gibi görünen feminist jinekologlar.

İkisi arasında, hapı yazarken kaşlarını çatan, sanki gözlerimizin içine bakmak konusunda yaşadığı zorluk bizi bu maceradan caydıracakmış gibi davranan, utangaç ve biraz eski kafalı bir adam olan aile doktorumuz vardı.

İlk âdet döngümden itibaren düzenlilik sorunu ortaya çıktı ve jinekolog, kanama tarihlerimi not etmemi istedi. Bu belki de iyi niyetinden kaynaklanıyordu. Birçok doktor hapı, âdeti düzene sokmak, akneleri ya da sancılı âdetleri tedavi etmek için verdiğini ileri sürüyordu. Birçok genç kız da hapı aynı sebepten istediğini iddia ediyordu. Çünkü aslında Allende'nin düşüşü sonucunda ailesiyle Şili'den yeni gelmiş, ailesinin bir bölümü diktatör Pinochet tarafından katledilmiş Roberto isimli bir kişiyle olasılıkları keşfetme hayali kurduğumuzu itiraf etmek kolay değildi.

Altın buzağıya tapınmaya benzer kıvamdaki bu modası geçmiş yöntem, bir çeşit tiyatroya neden oluyordu: "Tıbbi" bir sorunumuz varmış gibi davranıyorduk ve kadın ya da erkek jinekolog da buna "tıbbi" bir çözüm getiriyormuş gibi yapıyordu. Amerikalı hekim ve biyolog Gregory Pincus tarafından geliştirilen, kadın sağlığı ve üreme için vazgeçilmez olduğu farz edilen ilk doğum kontrol hapının, düzenli aralıklarla dışarıya atılmayan âdet kanının, doğası gereği güçsüz ve hastalıklı olan kadını zehirleme tehlikesinden yola çıkarak, âdet döngüsünü düzenlemek için 1957 yılında piyasaya sürüldüğünü unutmamak gerekir.

Anlamı düzen (*régularité*) olan âdet ["regl" (Fr. *règles*)] kelimesi, Almanca *die Regel*, İspanyolca *las reglas*, Latincede de *regula*, aynı zamanda kalkan şeyi (anlarsınız ya, ereksiyon), "sağa" gideni ve dolayısıyla kanunu, gücü ve kralı (*rex*) anımsatıyor. İngilizler âdeti belirtmek için *rules* kelimesini kullanırken Amerika'da cümle sonundaki noktayı temsil eden *period* kelimesi 1867 itibariyle kendini kabul ettirdi. Çoğunlukla bir sohbeti kısa esmek için kullanılan bu kelime, "Bu böyle, konu kapandı, nokta" ifadesindeki gibi karşımıza çıkar. Dolayısıyla bu kelime hem düzenli olarak akan kanı hem de bir cümleyi

bitiren işareti belirtir. Bu tam da, "Acaba âdet olamadınız mı?" diye sormak için lafınızı kesmenin uygun olacağına inanan bir adama söyleyeceğiniz bir kelime.

Gerçeklerle yüzleşmeden önce, uzun zaman âdet düzeninin neden bu kadar önemli olduğunu anlamaya çalıştım: Hamilelik zamanı ve babanın belirlenmesi ancak düzenli ve devamlı bir âdet döngüsü ile hesaplanabilir. Erkekler için doğacak çocuğun onlara ait olup olmadığını bilmek çok önemli bir mesele.

AY'A SORDUM

Eğer bir menstrüasyon krallığı varsa o; Artemis'in, İphigeneia'nın sığınağı ve memeleri açık Femen'lerin kuluçka makinesi olan Ukrayna'dadır. Bu sebeple Avrupa'nın en önemli arkeolojik alanlarından biri olan bu yerde antik bir ay takvimi bulunması hiç şaşırtıcı değil. 1871'de G. S. Kyriakov tarafından keşfedilen Gontsy, Doğu Avrupa'da Yontma Taş Devri'ne ait bilinen ilk alan. Yalnızca 1914-1915'te, sonrasında 1933'te kısa bir süre için kazı çalışması yapıldı. 1993'te bugün hâlâ devam eden yeni bir uluslararası arkeolojik kazı başlatıldı.

Yaklaşık 14.000 yıl önceye dayanan avcı toplayıcıların mamut kemiklerinden yapılan kulübe kampları, 1000 yıla yakın bir süre boyunca çok geniş bir alanı kaplamış olmalı. Kalıntılar arasında silahlar, aletler, takılar, kadın heykelleri ve fallik heykeller bulunuyor. Bazı fildişi kemiklerin üzerindeki oymalar Ay'ın dört evresini anımsatıyor. Ay takvimi olduğu saptanan kalıntılar, Fransa Lascaux ve Abri Blanchard'ta olduğu gibi, Kongo'da da bulunmuştur: 20.000 yıl öncesine dayanan İshango kemikleri, 1970'te ay takvimi olarak, sonrasında ise antik bir "hesap cetveli" olarak yorumlanmıştır –fakat bugün, bilim insanlarının kemiklerin gerçek kullanımları üzerine bir fikir birliğine varmayı başaramadıkları kabul edilmelidir.

Kadınların, âdet ve hamilelik hesaplamaları aracılığıyla matematiğin icadının[1] öncüsü olduğu hipotezini 1980'li yılların

1. Judy Grahn, *Blood, Bread and Roses. How Menstruation Created the World*, Beacon Press, Boston, 1993.

sonunda ilk kez ortaya atan kişi Amerikalı feminist filozof Judy Grahn'dır. Grahn'dan esinlenen Amerikalı etnomatematikçi John Kellermeier, bu takvimleri, Yontma Taş Devri'ne ait alanlarda bulunan heykelleri doğrular nitelikteki dişi kültlerin eşzamanlı varlığına bağlıyor: Willendorf Venüsü (MÖ 30.000-25.000), Laussel Venüsü (MÖ 25.000-20.000) veya kimi zaman oyularak işlenen soyut dişi heykeller. Bu takvimleri kim oydu? Onları kim kullandı? Judy Grahn'a göre kadın, âdet sayesinde, "bu keşiflerin öncüsü olma sebebine, yöntemine ve fırsatına sahipti".

Kadın döngüsüyle, 29,54 dünya günü olan ay döngülerinin süresi arasında bir uygunluk bulunduğundan, menstrüasyonla bağlantı kurmak kolaydır. Dolayısıyla Ay, eksik ay ya da âdet sayısını sayarak hamileliğin hesaplanmasını sağlar. Buradan hareketle kadınları, Kellermeier'in yaptığı gibi "ilk matematikçiler[2]" olarak nitelendirmek, yalnızca bir adımdır. Fakat bu, çok büyük ve ispatlanması imkânsız bir durum.

"Menstrüasyon" kelimesi *mois* [ay] kelimesine karşılık gelen *mens*'ten gelir ve Hint-Avrupa dil ailesinde "Ay" anlamına gelen *mehns*'i oluşturur. Aynı biçimde *ritüel* kelimesi mevsim, kurban zamanı ve menstrüasyon anlamındaki Sanskritçe *r'tu* kelimesinden gelir.

Bu istatiksel düzenlilik çok eski zamanlardan itibaren Ay'ın tanrılaştırılmasını sağlamıştır. Kanama yaşayan ve bu kanamalar durduğunda dünyaya çocuk getiren tek canlı olan kadınlar ile Ay arasında bağlantı böyle kurulmuştur. En eski mitler hem gebeliği hem de âdeti açıklamak için Ay'dan söz etmişlerdir. Claude Lévi-Strauss, bir Amerikan yerlisi mitine göre, "Kadınlar, ancak ay ve menstrüasyon eşzamanlı ortaya çıktıktan sonra hamile kalma gücüne sahip oldu[3]" diye açıklıyor. Benzer bir şekilde "dönemselliğin iki kısa biçimini açıkça öne çıkaran" Kashinawas mitlerinden de bahsediyor: "Ay ilk kez görünme-

2. John Kellermeier, "How menstruation created mathematics", *Tacoma Community College*, Tacoma (Washington, Amerika), 2009, (www.tacomacc.edu).
3. Claude Lévi-Strauss, *L'Origine des manières de table*, s. 77.

siyle kadınlardaki aybaşı kanamasını tetikler ve gebe kalma anında yeniay veya dolunaya bağlı olarak eril sperm veya dişi kan rahim içinde koyulaşır, çocuklar, gün gibi açık veya gece gibi koyu renkli doğarlar[4]". Strauss bir diğer mitte hamilelik süresini Ay'a dayandırarak açıklar: "Ana rahmine düşme ile doğum arasında 10 kavuşum ayı* geçmelidir. Kadının âdet gördüğü son ay hesaba katılmaz. O hâlde âdetsiz geçen 8 ay ve bunu takip eden kanlı akıntılarla beraber gelen doğumun yaşandığı onuncu ay, sayılır. Böylelikle parmaklarıyla bu hesabı yapan kadın beklenmedik bir biçimde bir yaban hayvanı tarafından gebe bırakılmadığını bilecektir. Annesi ve kocasını çok önceden uyaracaktır[5]".

Ay, antik dinlerde ve kendisinin vücut bulmuş hâli olan ilkel tanrıçaların niteliklerinde merkezi bir rol oynar: Artemis, İnanna, İştar, Astarte, İsis, Selene, Hekate hepsi Ay Tanrıçalarıdır. Antik Mezopotamya'daki Sin, Antik Mısır'daki Thoth veya Hindistan'daki Chandra gibi erkek Ay Tanrıları da vardır.

Ay ve âdet döngüsüyle bir bağları olduğu düşünülen yalnızca ilk dinler değildir, hâlâ astrolojiye inanan insanların büyük yüzdesinin de kanıtladığı üzere kültürümüzün temeli bu bağlarla atılmıştır.[6] 1975'te Amerikalı Louise Lacey "lunaception" isimli ezoterik bir yöntem dahi geliştirdi. Bu yöntem, pineal beze belirli anlarda yumurtlamayı tetiklemesi için sinyal vermek amacıyla döngünün ilk 15 günü tamamen karanlıkta uyuyup, ardından 3 gün boyunca güçsüz bir ışıkta (40 watt'lık) uyuyarak, Ay döngüsünü suni bir biçimde taklit etmeyi içerir: Yani diğer bir deyişle, normalde çevreye, hava durumuna veya önceki gün yediklerimize bağlı olduğundan pek düzenli olmayan bir rutini izleyen döngüyü düzene sokmaktır. Sonrasında,

4. A.g.e, s. 89.
* Ay'ın özdeş iki evreye geliş süresi; 29 gün, 12 saat, 33 dakika ve 3 saniyelik süre. (ç.n.)
5. A.g.e., s. 178-179.
6. Sofres araştırma merkezinin *Le Figaro* için gerçekleştirdiği bir ankete göre Cerveau & Psycho'dan alıntıdır: "Fransızların %46'sı kişiliklerin astrolojik burçlarla açıklanabileceğini ve %58'i astrolojinin bir bilim olduğunu düşünüyor".

âdet görene kadar yine bütünüyle karanlıkta uyunur (sadece geceleri).

Bu yöntemden bahsedildiğini 2015'in aralık ayında erkek kardeşimi yüksek tansiyonunu düşürebilmek umuduyla sürüklediğim bir *jeûne et randonnée* [perhiz ve doğa yürüyüşü] eğitiminde duydum. Kardeşim, 13 Kasım'da eşiyle küçük bir restoranda yemek yerken, Bataclan'da yaşananların öncesinde gerçekleşen terörist saldırılarına tanık olma talihsizliğiyle karşı karşıya gelmişti. O zamandan beri uykusuzluk çekiyordu ve kurtarmayı deneyip başaramadıkları, kollarında ölen insanların yüzlerini aklına getiren, durmaksızın tekrarlanan görüntülerden kurtulamıyordu.

Dağda yapılan uzun yürüyüşler ve yemek yeme takıntısı kardeşimin karanlık düşüncelerini def etmesi ve tansiyonunun yıllar sonra ilk defa ilaçlara başvurmaksızın normale dönmesiyle sonuçlandı. Bana gelince, dört kilo vermekten ve bir gece perhiz yapanların bir araya geldiği bir toplantıda bu kitabı bitirmek konusunda ettiğim yemin gibi büyük kararlar almaktan memnundum. Bu toplantılardan birinde eğitmenimiz o sırada aç olan bize, döngüleri lunaception ile düzenlemekten bahsetti. Bir kâse haşlanmış sebzenin üzerine atılmak için konuşmasının bitmesini bekliyor oluşumuz, onu hiç bölmeden dinlememizin ve özellikle perhizimizi haddinden fazla uzatabilecek hiçbir soru sormamamızın nedenini açıklıyordu.

Lunaception, kanıtlanmak şöyle dursun bilimsel olarak üzerinde hiç çalışılmamış olsa da, Ay ve kadın bedeni arasındaki bağlantının basit bir tesadüfün ötesine geçtiği fikrine dayanıyor ve bugün hâlâ döngüleriyle yeniden çok daha doğal bir bağ kurmak isteyen kadınları baştan çıkarıyor. Louise Lacey, döngünün 28 gün üzerinden iki veya üç, en fazla dört döngüde başarısızlığa uğradığını öne sürüyor. Aslında, düzenli uyku evrelerinin bütünüyle karanlıkta düzenlenmesi dinlenme sağlanmasına ve hormonal dengenin korunmasına kesinlikle katkıda bulunmalı. Yine de bu yöntem Ay ışığının doğadaki öngörülemez özelliklerini es geçiyor: Işığı; bulutlara, mevsime,

engebeye, görüş alanına göre dolunay zamanlarında her zaman görülmeyebiliyor. Şüphesiz bu sebeple, türümüz çelişkili bir biçimde Ay'a bizi yönetme gücü verirken yumurtlamak için yalnızca ona bel bağlamıyor.

Yine de modern bilim, Ay döngüsü ile âdet döngüsü arasındaki benzerliğin katıksız bir tesadüften ibaret olduğundan emin. Kadınların yalnızca %30'u 28 günlük bir döngüye sahip. Kadınların 3'te 2'sinin 23 ila 35 gün arasında değişen döngüleri var. Ayrıca âdet gören türler arasında Ay döngüsünü izleyen yalnızca biziz. Dolayısıyla geriye, insanların âdet ve Ay döngüsü arasındaki ortalama bir benzerlikten nasıl nedensel bir ilişki kurdukları sorusu kalıyor.

En belirgin olanından başlayalım. Âdet döngüsünün 4 evresi, Ay'ınkilerle eşleşiyor: Ovülasyon [yumurtlama] öncesi dönem (folikül evresi olarak da adlandırılır) hilal evresine, ovülasyon evresi dolunaya, premenstrüal evre küçülen aya ve menstrüasyon ise yeniaya denk düşer. Eşzamanlılık hipotezi Ay'ın âdet döngümüzün "fabrika ayarlarında" olabileceğini var sayıyor: Gece alınan ışığın epifiz bezi olarak da adlandırılan pineal bez yoluyla yumurtlama sinyali verebileceği öngörülüyor. Antikçağlardan itibaren bilinen bu salgı bezi, modern bilim tarafından çok geç anlaşıldı. Descartes onu ruhun merkezine yerleştirmiş, vedik mitoloji onu üçüncü gözle eşdeğer tutmuştur. Bugün epifiz bezinin melatonin salgılayarak döngülerin gece/gündüz biyolojik düzenlemelerini içerdiği ve ergenliğin başlamasında rol oynadığı biliniyor.

Pratikte, âdet döngüsü ile Ay döngüsü arasındaki eşzamanlılık rastlantısal bir olaydan ibaret. Yumurtlama bazen dolunayda gerçekleşir ve yeniayda âdet görülür, fakat çoğu zaman böyle değildir. Doğa dostları bu eşzamanlılığın uyum içinde yaşayabilmek için arzu edilir bir durum olduğunu olumlasa da hiç kimse bunun âdette ya da yumurtlamada bir değişiklik yapıp yapmadığını bilmiyor. Uyum içinde yaşamak kuşkusuz çekici. Doğuştan endişeli insanlara sınırlarını açtıkları anda vizeye başvuracağım. Yine de bu güzel ülkeye varır varmaz

hayal kırıklığı yaşamayı göze alıyorum. Çünkü örneğin dolunay zamanı çok daha fazla sayıda doğum yaşandığını içeren efsane uzun zamandır var olsa da, en az 40 yıldır istatiksel olarak yalanlanıyor. 2015 yılında Kalifornia Üniversitesi profesörü Jean-Luc Margot tarafından yürütülen bir araştırma da bunu doğruluyor.[7] Araştırmacı *Science et Avenir*'deki bir makalede, "Ay masum. Yalnızca hastaneye kaldırılanların sayısıyla değil, araba kazaları, âdet kanaması, depresif dönemler, şiddet içeren davranışlar ve suç faaliyetleriyle de hiçbir bağlantısı yok[8]" diye tekrarlıyor.

Biliminsanlarına göre geniş kapsamlı birçok çalışma bunun aksini kanıtlasa da, Ay döngüsünün kültürümüzde dolunay gecelerinde hastanede çalışan insanları daha fazla doğum, kaza, uykusuzluk yaşandığına inandıran "bilişsel bir önyargı" ile sonuçlanan, bizleri de buna inanmaya teşvik eden bir yeri var.

Nancy Huston'un *Espèce fabulatrice*'te[9] ya da Yuval Noah Harari'nin *Sapiens, A Brief History of Humankind*'da* açıkladığı gibi, insanlık kendini hikâyeler uydurmadaki olağanüstü yeteneğiyle belli eder ve hatta kurguya bu yatkınlığı, müthiş evrimsel başarısını açıklayabilir. Ay'a gelince, 1969 yılında doğum kontrol hapları gezegene yayıldığında oraya ulaştık. Fakat aksi kanıtlanana dek haplar ile uzayın keşfi arasında hiçbir nedensel ilişki yok.

MADAM CYCLOPÈDE'İN BİR DAKİKASI**

İnsanlar uzun süre boyunca, yumurtlamanın âdet döneminde gerçekleştiğine inanmış olsalar da genellikle bu dönemde

7. Jean-Luc Margot, "No evidence of purported lunar effect on hospital admission rate sor birth rates", *Nursing Reserch*, Mayıs-Haziran 2015, Cilt 64, Sayı 3, s. 168-175.
8. Lise Loumé, "Y a-t-il vraiment plus de naissances les soirs de pleine lune?" *Sciences et Avenir*, 31 Mart 2015.
9. Nancy Huston, *L'Espèce fabulatrice*, Actes Sud, Arles, 2010.

* Yuval Noah Harari, *Hayvanlardan Tanrılara Sapiens*, Çev. Ertuğrul Genç, Kolektif Kitap, 2016. (ç.n.)

** Jean-Louis Fournier'nin sunduğu *La minute néccesaire de Monsieur Cyclopède* isimli televizyon programına atıfta bulunuluyor. (ç.n.)

cinsel ilişkiyi yasaklamış ve yeniden cinsel ilişki yaşamak için âdet bittikten sonra 7 gün boyunca beklenmesini tavsiye etmişlerdir. Bu süre tam da yumurtlama haftasına denk gelmelerini sağlar ve evrimsel plandaki en başarılı taktik olarak değerlendirilebilir. Tabii bu taktik ancak erkek ve kadınların âdet kanı karşısında dehşete düşmeleriyle mümkün, ki görüldüğü gibi bugüne kadar gayet iyi iş gördü.

1924 yılında Japon jinekolog Kyusaku Ogino, kadınların âdet başlangıcını takip eden 12. ve 16. gün arasında, çoğunlukla her döngüde yalnızca bir kere yumurtladığını ortaya çıkarmayı başardı. O zamana kadar ne yumurtlamanın ne zaman gerçekleştiği ne de ne kadar sürdüğü biliniyordu. Sperm hücresinin rahim içinde yalnızca 4 gün hayatta kalabildiği göz önünde bulundurulduğunda, Doktor Ogino döllenmenin 8. ve 17. günler arasında denenmesi gerektiğini belirlemiştir. Çiftlere, gebe kalınmasını kolaylaştırabilmek adına, her döngüde yumurtlamanın varsayılan tarihini hesaplamak ve istatistiksel düzenliliği belirlemek için bir takvim üzerine âdetin başlangıç tarihini, birbirini izleyen 12 ay boyunca not etmelerini tavsiye etmiştir. Her kadının kendine has döngü süresiyle küçük bir aybaşı saatine sahip olduğunu hayal etmiştir. Zaten vücudum tıkır tıkır işliyor denmez mi?

Yine de yöntem, âdet döngüsü düzeninin herhangi bir durumun etkisiyle bozulabileceğini hesaba katmamış. Dileğince yemek yiyen, hapiste olmayan ve aşırı enerji harcamayan bir kadın ergenlikten menopoza kadar şüphesiz iyi ya da kötü düzenli bir biçimde yumurtlar. Ama eğer uzun süre yemekten mahrum kalırsa, seyahat ediyorsa, üst düzey bir sporcuysa ve hormonal mesajın yumurtalıklara iletilmesi için yağ depolarından yeterli miktarda faydalanamıyorsa, eğer hapsedilmişse veya daha kötüsü toplama kampındaysa, yumurtlamayı ve dolayısıyla âdet görmeyi keser. Aşırı stresin döngüyü tetikleyebileceği veya kesebileceği bilinmektedir. Kadınlar savaş, sürgün ya da zorunlu göç gibi korkunç tecrübeler süresince çok daha az âdet olurlar –hatta belki hiç olmazlar: Vücutları

hayatta kalma moduna girer. Bu, savaş veya kıtlıkta yaşanan amenore [âdet görememe] veya yetersiz beslenmeye bağlı amenore olarak adlandırılır.

1969 yılında tarihçi Emmanuel Le Roy Ladurie, yaklaşık olarak 1693-1694'te, XIV. Louis döneminde yaşanan kıtlıkta gözlemlenen amenoreler ile Birinci ve İkinci Dünya Savaşı sırasında doktorlar tarafından teşhis edilenler arasında bir bağlantı kurar. Amenore vakaları 1916'da Polonya'da, sonrasında Viyana, Hamburg, Freiburg, Berlin, Köln ve Kiel'de artmaya başlar. Fransa Lille'de 1914 ve 1918 yılları arasında devlet hastanesindeki 200 hasta kadından 79'u, 6 aydan daha uzun bir süre boyunca âdet görmeyi kesmiştir. Aynı durum 1936 (İspanya İç Savaşı) ve 1946 (Almanya'nın kayıtsız şartsız teslim olması) arasında da gözlemlenmiştir. 1942'de "Parisli kız öğrencilerde ergenlik belirtileri (ilk âdet) daha geç ortaya çıkmıştır: Yani 1937 yılında, Paris kenar mahallelerinde 12,5 yaş yerine 13,5 ya da 14 yaş[10]". Amsterdam yakınlarında Eylül 1944'te, 9 ay sonrasında doğumlardaki düşüşün kanıtlayacağı üzere kıtlık o kadar büyüktü ki kadınların %70'i âdet görmüyordu.

> Tıp tarihinde o ana dek hiç görülmemiş bu korkutucu oranlar, savaşın hemen sonrasında sürgün edilen kadınların açığa vurdukları bilgilerle kıyaslandığında çok önemsiz kalıyor: Theresienstadt kampındaki 10.000 esir kadının %54'ünün bir, iki veya üç aylık hapsin sonunda âdetleri kesildi. Kampta geçirilen on sekiz veya yirmi ay sonunda bu %54'ün içindeki büyük bir çoğunluk yeniden âdet görmeye başladı. Theresienstadt'daki yaşam koşulları iyileşmese de bir adaptasyon olgusu ortaya çıktı: Bu kadınların vücudu istemsiz bir biçimde "kabul edilemez olana alıştı".[11]

Bu kadar ileri gitmeksizin ışık, ısı, yoğun duygular veya ciddi olmayan bir hastalık bile farkına varılmadan döngüyü

10. Emmanuel Le Roy Laudurie, "L'aménorrhée de famine (XVII^e-XX^e siècles)", *Annales. Économies, Sociétés, Civilisations*, 24. Yıl, Sayı 6, s. 1589-1601.
11. A.g.e.

değişikliğe uğratabilir, yumurtlamayı kesebilir veya bozabilir. Buna karşılık sürüp giden bir söylenti, âdet dönemi de dahil olmak üzere, güçlü bir orgazmın "kendiliğinden gelişen" bir yumurtlamayı tetikleyebileceğini savunuyor. Tüm insanların duyguları olduğu, modern hayattan etkilendikleri ve hatta aşırı ölçüde uyarıldıkları göz önünde bulundurulduğunda (mamut avına çıkmak oldukça stresli olsa da), hormonal döngülerin öngörülemez olması şaşırtıcı değil.

Ogino'nun adı, bilinirliğini korudu çünkü keşfi, eşzamanlı olarak "Ogino-Knaus" yöntemi hâline gelecek doğum kontrol yöntemini geliştiren Hermann Knaus isimli Avusturyalı bir jinekolog tarafından desteklendi. "Takvim yöntemi", "gün hesabıyla gebelikten korunma yöntemi" isimleriyle de bilinen yöntem, yumurtlamanın gerçekleşeceği tahmin edilen günlerde cinsel ilişkiden kaçınmayı gerektirir. Kuşkusuz aniden gelen arzular bir miktar sekteye uğramışsa da, istenmeyen bir gebelikle kıyaslandığında bu bir gelişmeydi ve 20. yüzyılın ikinci yarısı boyunca doğum kontrol için âdet takvimi tutan kadınların sayısı bir hayli fazlaydı.

İkinci Dünya Savaşı sonrasında 1951'de Papa XII. Pius tarafından yetkilendirilen Katolikler dahi bu yöntemin ateşli savunucuları hâline geldi. Yumurtlama dönemi "papanın günleri" (*jours du pape*) olarak adlandırılırdı ve İtalyanlar *Oggi, no* (Bugün olmaz) yöntemiyle hâllerinden memnun bir şekilde alay ederdi.

Bu yöntemden faydalanmayıp 5 çocuk dünyaya getiren büyükannemin pişmanlığını hatırlıyorum. 1939'da doğan son çocuğu babam, bir papaz, kocasını reddetmenin veya daha da kötüsü *coitus interruptus*'un [dışarı boşalma] onu doğrudan cehenneme göndereceğine inandırdığı için dünyaya gelmiş. "Ölümcül günah, ölümcül bir günah" derdi üzgün bir sesle. Seksten bahsetmek istediğimden değil ama, "geri çekilme yöntemi" olarak da bilinen *coitus interruptus*'un ne olduğunu açıklamak zorundayım. İsminden de anlaşıldığı üzere yöntem, erkeğin orgazmdan hemen önce kıymetli

tohumlarını partnerinin vücudunun dışına boşaltması için geri çekilmesini içerir.

Bu yöntem, orgazmın daha az zevk vermesinden öte, –sizlere daha sonra eğer uslu durursanız bahsedeceğim tantra ile çelişen– birçok ağrı veya boşalma olmamasına bağlı rahatsızlıkları mazeret gösteren erkekler tarafından pek sevilmezdi. Sonuç olarak yarıda kesilen cinsel birleşme yalnızca erkeği ve sevgilisini cehennemin alevlerine teslim etmiş olmakla kalmıyor, ayrıca boşalma öncesi aradan sıvışan seminal sıvı, Dünya'da veya anne üzerinde şansını denemeye hazır çevik spermler barındırabiliyor (meninin yoğunluğunun milyonlarla ölçüldüğünü, dolayısıyla küçük bir damlanın tüm sülalenin fırlatma rampası üzerine yerleştirilmesi için yeterli olduğunu hatırlayalım).

Hayat şaka yapmayı seviyor, büyükannemin yaşadığı kötü olaylar sayesinde burada bunları anlatabiliyorum. Ama belki Ogino yöntemi de onu korumayabilirdi. %25 ila %40 civarındaki olağanüstü başarısızlık oranı nedeniyle, Fransa'da bu doğum kontrol yöntemi sayesinde dünyaya gelmiş çocuklara "Ogino bebekleri" diyoruz.

MUCİZEVİ BILLINGS METODU

Papa VI. Paul, 1968 yılında *Humanae Vitae* [insan yaşamı] adıyla bilinen mektubuyla, doğum kontrolünü kesin bir biçimde yasakladı. Tam başlığı, "İnsan yaşamını devam ettirmek için çok önemli bir görev" anlamına gelen *Humanae vitae tradendae munus gravissimum* ile birlikte, tıpkı büyükannem gibi çocuk sahibi olmaya (hatta cinsel ilişkiye) ocak ayının ortasında soğuk denize dalmakla eşit derecede hevesli kadınlar için, artık neredeyse hiç umut yoktu. 2008 yılında Papa XVI. Benedictus, mektubun "gerçekliğinden hiçbir şey yitirmediğini" vurgulayarak bu papalık genelgesinin 40. yıldönümünü kutladı. Bu, ruhani yaşamına Hitler Gençliği içinde başlayan bir adam için hiç de şaşırtıcı değil. Nazilerin ari ırktan olmayanların kökünü dünya yüzeyinden kazımak için gösterdikleri çabaya rağmen,

bugün dünya nüfusu 7,3 milyar insan ile ölçülüyor ve doğum kontrol yöntemleri dünyadaki kadınların büyük bir bölümü için hâlâ ulaşılabilir değil.

Katolikler buna rağmen vazgeçmediler ve doğal yöntemlerden en iyi şekilde faydalanmayı denediler. Böylelikle Ogino-Knaus'un benzeri bir yöntem olan "ateş ölçme yöntemiyle" ilgilendiler. Yöntem, isminden de anlaşıldığı üzere, döngünün gidişatını anlamak için her sabah vücut sıcaklığını ölçmeyi içeriyor. Bu ölçüden hareketle: Sıcaklık ilk evre süresince düşük olmalı, sonrasında yumurtlama anında hafif biçimde azalmalı ve sonunda yumurtlama geçtiği için tehlikesiz olarak bilinen "luteal" evre boyunca, bir sonraki âdete kadar yeniden yükselmelidir. Bu tarz bir doğum kontrol yöntemi Ogino yöntemi ile birleştirildiğinde, yaklaşık %20'lik başarısızlık oranlarıyla, daha güvenilir değildi.

1970'li yıllardan itibaren, vajina içindeki servikal mukusun varlığını değerlendirmeyi içeren Billings yöntemi ortaya çıktı. Bu şekilde söyleyince pek çekici görünmüyor ama Katalanlar için bir İspanyol meyhanesi ne ifade ediyorsa, sperm için servikal mukus buna eşdeğerdir. Yumurtlama anında vajina içindeki varlığı, normalde rahmi enfeksiyondan korumak için asidik olan pH'ın düşmesine ve onu spermler için çok daha konuksever kılmasına olanak verir. Mukus, glikoprotein yapıda bir salgı olduğundan, rahim, ağlarını genişleterek tırmanışı kolaylaştıran bir çeşit asma köprü gibi boynunu tırmanmayı planlayan cesur dağcıların enerjilerini korumalarını sağlar.

Servikal mukus döngünün başında yoğun ve beyazdır, yumurtlama sırasında yumurta beyazı gibi akıcı ve saydam bir hâle gelir, sarıya döndükten sonra âdete kadar yeniden yoğunlaşır. Billings yöntemi bu mukusun güncel yumurtlamanın belirtisi olan akışkanlığını, saydamlığını ve esnekliğini her gün parmakla incelemeyi içerir (test etmek için mukus başparmak ve işaretparmağı arasında tutulur, parmaklar 5 cm kadar aralanıp birleştirilir). Parmağı her sabah içeri sokma beklentisi teoride erotik bir fayda sağlayabilir, yine de uygulamanın eğ-

lencesi, söz konusu mukusu kahvaltıdan önce görsel olarak da kontrol etme gerekliliğiyle büyük ölçüde kaçıyor. İşlem pratikte ön sevişmeden çok bir arabanın yağ seviyesini kontrol etmeye benziyor. Bu yöntemin aynı zamanda bu bölümün başında anlatılan *lunaception* yöntemi ile olduğu kadar rahim boynunu elle muayene etme işlemi ile de birleştirilebildiği dikkate alınmalıdır.

Boş zamanlarımda kadınları, bir yandan bütünüyle karanlık bir ortamda servikal mukuslarının özelliğini incelemeye çalışırken, öte yandan vücut sıcaklığını ölçmek için el yordamıyla komodinlerinin üzerindeki termometreyi ararken hayal etmeyi seviyorum, sonrasında takvimlerine kaydedecekleri bu veriler, gelecek nesiller tarafından dünyamızın arkeolojik kalıntıları arasında bulunduklarında onlara şüphesiz sıkıntı çıkaracak. Onlar da, kadınların toplumumuzdaki yeri üzerine bugün bize ilham veren Gontsy'deki mamut kemikleri konusunda olduğu gibi karmaşık sonuçlar çıkaracaklar mı?

John ve Lyn Billings, İkinci Dünya Savaşı'nın ardından servikal mukusu gözlemleme yöntemini geliştiren Avustralyalı Katolik bir çift. John Billings 2000 yılında verilen bir konferansta bu keşfi Tanrı sayesinde ve aslında "maalesef mukus bezlerine zarar vermekle ünlü olan ve kısırlığa yol açan" doğum kontrol haplarına karşı mücadele etmek için nasıl gerçekleştirdiğinden bahsetti. Billingslere göre rahim boynu, bu aşk mabedi, her biri özel mukuslar üretmek üzere servikal mukus bezleriyle donatılmıştı: P, S, L mukusları.

1976 yılı itibariyle Dünya Sağlık Örgütü uzmanı olan Billingsler, yöntemlerinin *urbi et orbi* [kentte ve dünyada] harikalar yarattığını kesinleştirerek Papa ve Rahibe Teresa'yla tanıştı. Kuzey Amerikalı bir çift de yöntemin evliliklerini kurtardığını ve imana geri dönmelerini sağladığını söyleyerek onlara açıldı. Alkolik kocasından dertli 12 çocuklu bir anne, bir rahibenin ona bu yöntemi öğretmesiyle "doğurgan dönemlerinde her gece küçük çocuklarını yatırdıktan sonra, kocası her zaman olduğu gibi eve sarhoş dönmeden önce nasıl köyde saklandığından"

bahsetti. "Her sabah kocasına, ne yaptığını ve bunu ona neden yaptığını söylemek için eve dönmüş. Verimsiz günler geri döndüğünde ise kadın ona mümkün olan her biçimde aşkını cömertçe kanıtlamış.[12]" Rahibe'ye göre yıllar sonra, "Kocanın aklı başına gelmiş ve istihdam düzeyi çok daha sağlam bir işe girmiş, böylelikle huzur ve mutluluk aileye geri dönmüş". John Billings, Kenya'da karısını dövmeyi âdet edinen, fakat bu yöntemi keşfetmesi sayesinde karısının "muhteşem bir varlık" olduğunu fark eden bir adamdan da bahsediyor, adam, "Artık onu seviyorum" diyormuş.

Fransa'da her 4 günde bir, bir kadın eşinin şiddetiyle can verirken, alkolizm ve aile içi şiddete karşı savaşmak için Billings yönteminden daha iyisi tavsiye edilemezdi. Öte yandan, bu yöntemin doğum kontrolü konusundaki etkinliği de kanıtlanmaya muhtaç: Yöntemin hafızalarda *baby-boom** ismiyle yer edinen 1950-1960 yıllarında popüler olduğunu unutmayalım. Doğumumu bu başarısız doğum kontrol yöntemlerinden birine borçlu olup olmadığımı bilmiyorum ama bir şair olan annem, o zamanlar nezle gibi çocuklara yakalanıyorduk, demeyi çok severdi. Annemin bu benzetmesi, *Passion Menstrues* sitesinin hükümdarı Jack Parker'ın burun kanaması ve âdet arasındaki benzerlik yorumuna belirgin bir itibar katıyor.

HAP YA DA ÂDETİN SONU

Yaklaşık 10 yıl boyunca âdetimi "çekilme kanamasına" dönüştüren doğum kontrol hapları kullandım. Bu yöntemi kullanışlı ve güvenilir buluyordum ve bugün yaşadığı görece itibarsızlaştırma beni şaşırtıyor. Mantıklı olduğuna inandığım birçok kadın doğum kontrol hormonlarının "zehir" olduğunu iddia etti ve hapları, hamileliği iradi olarak sonlandırmayı ve spirali bilimsellikten öte ideolojik sebeplerle şeytan gibi gösteren internet sitelerinde gezindikten sonra birçok genç kızın bu doğum kontrol yönteminden vazgeçtiğini gördüm.

12. John Billings, "Une histoire de la Providence de Dieu", (lamethodebillings.fr).
* Doğum oranındaki ani artışı ifade etmek için kullanılan ifade. (ç.n.)

"Hormon" terimi, Yunancada "harekete geçirmek" anlamına geliyor, bu adı organları uyarma yeteneği sayesinde almış. Hormonu, pankreasın sindirim enzimlerinin salgılanmasını sağlayan bir madde olan sekretini 1905'te keşfeden Ernest Starling ve kız kardeşinin eşi William Bayliss isimli iki İngilize borçluyuz.

Fakat, bazı organların, içsalgı bezlerinin, o ya da bu fizyolojik eylemi uyarmak veya engellemek için kana karışan ve organların kendi arasında iletişim kurmasını sağlayan "salgılar" ürettiğini ilk olarak 1889'da ispat eden Charles-Édouard Brown-Séquard ve asistanı Arsène d'Arsonval'dı. Tıp doktoru Brown-Séquard saygın bir bilim insanıydı; Collège de France'da Claude Bernard'ın yerine geçmeden önce, Harvard'da fizyoloji eğitimi vermişti ve ismini taşıyan nörolojik sendromu tanımlayarak omurilik fizyolojisi üzerine çalışan ilk kişilerdendi.

Yaptığı deneyler öylesine cüretkârdı ki Robert Louis Stevenson tanışmalarının ardından *The Strange Case of Dr. Jekyl and Mr. Hyde** romanında onu temel almıştır. Brown-Séquard ölüme mahkûm edilen bir kişiye kendi kanını şırınga ederek elini (veya farklı yorumlara göre kafasını) yeniden canlandırmayı, dokuların özelliği üzerine çalışabilmek için bir kedinin kuyruğunu horozun ibiği üzerine nakletmeyi ya da iki kafalı köpek üretmeyi denemiştir. Hatta yaşamının sonuna doğru yaşlanmayla ve iktidarsızlıkla savaşabilmek için, erkek üreme organlarının modern dönem iksirleri olduğuna ikna olup köpek testislerinin içeriğini kendine şırınga etmeyi dahi denemiştir. Etkinliği, birçok "güçlendirici" ve hayvansal ürünlerden yapılan diğer "düzenleyiciler" piyasaya sürülür sürülmez şüpheyle karşılansa da bu ilk hormon tedavisinin etkileri güçlü olmuştur. Kurgusal anekdotların ötesinde, her ne olursa olsun içsalgı bezlerinin Brown-Séquard tarafından keşfi, eşi benzeri görülmemiş bir tıbbi devrimin önünü açmıştır: Oysa o ana kadar, organizmanın

* Robert Louis Stevenson, *Dr. Jekyll ile Bay Hyde*, Çev. Celal Üster, İş Bankası Kültür Yayınları, 2015. (ç.n.)

farklı bölümleri arasındaki bağlantıyı yalnızca sinir sisteminin kurduğu düşünülüyordu.

Herkes, ağrı ya da stres durumunda narkoz etkisi yaratan endorfinden, uyku döngülerini düzenleyen melatoninden, kandaki şekerin düzenlemesine katılan insülinden ve isminden de anlaşılacağı gibi süt salgısını tetikleyen prolaktinden bahsedildiğini duymuştur. Bunlara ek olarak doğumda rahmin kasılmasını ve annelik bağı olgusunu kapsayan bir hormon olan oksitosini unutmamak gerekir. Fakat hormonlar tıpta, örneğin diyabeti tedavi etmeyi sağlamak gibi, her anlamda kökten değişimler yarattılarsa da, olağanüstü etkiyi üreme alanında gösterdiler.

Biliminsanları ölümü ve yaşlanmayı geciktiren her derde deva olduğunu düşündükleri ilacı keşfettikten sonra dişinin ya da erkeğin "özünü" neyin oluşturduğunu tespit etmeye giriştiler: cinsiyet hormonları. Bugün erkeklerin ve de kadınların örneğin testosteron ("eril" kabul edilir) ve östrojen (büyük ölçüde kadınlarda bulunur) ürettiği biliniyor. Âdet döngüsünün hormonlar tarafından düzenlendiği zaten biliniyor. Her ay gerçek bir bayrak yarışına tanık oluyoruz: Bir hormon diğerini tetikliyor, o bir başkasının salınımını sağlıyor, o da ancak ikinci hormon üçüncü tarafından uyarılırsa, birinciyi engelliyor... Süreç öylesine karmaşık ki yıllar boyunca âdet migreni çekmiş olmak beni artık şaşırtmıyor. Âdet döngüsünde yer alan hormonların ismi dahi baş döndürüyor: LHRH (lüthein salgılama hormonu), FSH (folikül uyarıcı hormon), LH (luteinleştirici hormon), ayrıca östrojen, inhibin, oksitosin ya da progesteron. Gevşetici etkisi, bana acı veren beyinde değil daha çok gebelik boyunca rahimde gözlense de, az da olsa çekici görünen tek hormon relaksin.

Aslında bu hormonal vals ancak 20. yüzyılın başında, birçok bilim insanı doğurganlığı kontrol altına alma ihtimali üzerine düşündüğünde, gecikmiş –ve kısmi– bir şekilde fark edildi.

1885 doğumlu Avusturyalı hekim Ludwig Haberlandt hormonal doğum kontrolünü, eşi daha yeni kürtaj olmuşken, 1919'da önsezileriyle bulan ilk bilim insanıdır. "Kondomdan başka

bir şey daha" olması gerektiğine emin olan Haberlandt, Joëlle Stolz'un 2013'te *Le Monde*'da[13] bahsettiği gibi "göklerden gelen bir aydınlanma" yaşar, aklına bir fikir gelir: Kadınların hamile kalmasını engellemek için hamileymiş gibi yapmak. Sezgisini doğrulamak amacıyla "dişi kobay farelerine, etkinliklerini kanıtlayan, Alman Merck firması tarafından gönderilen yumurtalığa ait karışımlar enjekte eder". Fakat Katolikler yine iş başındaydı, Haberlandt'ın penceresi altında, onu büyücü ilan ederek protesto gösterileri düzenlediler. Haberlandt 1930'da, östrojen ve progesteron hormonları eğer vücutta yüksek miktarda bulunuyorlarsa, âdetin tetiklendiği gibi yumurtlamayı engelleyebildiklerini kanıtlayarak Richter eczacılık firmasıyla birlikte Infecundin isimli ilk hapı geliştirmek için Macaristan'a kaçmak zorunda kaldı. Sonunda aleyhinde düzenlenen kampanyadan yorgun düşen Haberlandt, 1932'de siyanür içerek intihar etti. Joëlle Stolz, "Innsbruck Tıp Fakültesi'nin, yönteminin Nazi ırk ıslahı ile uyuşabilme 'ihtimalini' gerekçe göstererek seksen yıl sonra hâlâ ona hak ettiği saygıyı göstermedikleri" sonucuna varıyor.

Kısa bir zaman önce 1929'da, ekonomik krizin ortasında Alman biyokimyacı Adolf Butenandt, kadın idrarından estron hormonunu, sonrasında 1931'de testislerden salgılanan androsteron hormonunu ayırmayı başardı. Berlinli polislerden toplanan 15.000 litre erkek idrarından 50 miligram kristalize edilmiş ürün elde etti. Butenandt 1934'te dişi domuzların yumurtalıklarındaki progesteronu elde etmeyi başardığında, Hitler bir yıldır iktidardaydı. Ona 1939'da Nobel ödülü kazandıran çalışmaları, savaş sonrasında ağızdan alınan ilk doğum kontrol haplarının geliştirilmesini sağlayacaktı.

20 yıl sonra Amerikalı doktor Gregory Pincus, araştırmalarını mali yönden destekleyen milyoner Katharine McCormick'in isteği üzerine, kullanımı kolay ve geri dönüşümlü bir hormonal doğum kontrol hapı tasarladı. Pincus, çalışma arkadaşlarından

13. Joëlle Stolz, "Haberlandt, pionnier inconnu et honni", *Le Monde*, 28 Ekim 2013.

biri olan Min Chueh Chang ve iki kimyagerin (Carl Djerassi, Luis Miramontes) yardımıyla 1957 yılında Meksika'da progesteron üretmeyi başardı. Hap 1960'lı yıllar itibariyle piyasaya sürüldü ve 1967'de Fransa'da onaylandı. Doktorlarca ilk olarak "âdeti düzenlemek" için yazıldıysa da kısa zamanda dünya çapında bir başarıya ulaştı.

Amerika'daki %25'lik, Çin'deki %1'lik oranlar karşısında, 15 yaşından 49 yaşına kadar kadınların %57'si ile Fransa, bugün ağızdan alınan, gitgide artan bant, implant veya halka şeklindeki geri dönüşümlü hormonal doğum kontrol haplarının en yaygın olduğu ülkeler arasında.[14] Bant, implant ve halkalar, hormonlar aralıksız bir biçimde salındığından, âdeti birkaç ay sonra kesmeyi amaçlar. Kadınlar bunu çok nadir tercih etse de aralıksız olarak alınan haplar da âdeti bilinen tıbbi bir yan etkisi olmaksızın bütünüyle kesebilir.

2000'li yılların başında Amerika'da bir yılda görülen âdet sayısını 13'ten 4'e düşürmek için Seasonal adıyla ağızdan alınan yeni bir doğum kontrol hapı piyasaya sürüldü. Tanıtım argümanı, tarihöncesi kadınlar bugünkü kadar sık âdet olmazken âdetin görülme sıklığının modern hayatın bir sonucu olması üzerineydi. Taş Devri'ne geri dönmek pahasına âdetten kurtulmak mı? Yine de icat edilmeliydi.

EŞZAMANLILIK: BİZ, KADINLAR

1971 yılında Amerikalı psikoloji öğrencisi Marthe McClintock, birlikte yaşayan kadınların âdet döngüsünün eşzamanlı gerçekleşme eğiliminde olduğunu gözlemledi. *Nature*'de[15] yayımlanan makalesi büyük ses getirdi. Martha McClintock, bu durumu çalıştığı öğrenci yurdunda gözlemlediği için "yatakhane etkisi" olarak adlandırdı ve birçok araştırma "yatakhane etkisini" doğruladı. Kadınları, verilen emirler doğrultusunda

14. INPES [Fransa Ulusal Sağlık, Önlem ve Eğitim Enstitüsü], *Baromètre santé 2010*.

15. Martha K. McClintock, "Menstrual synchrony and suppression", *Nature*, Cilt 229, 22 Ocak 1971.

veya topluluk hâlinde yumurtlayan laboratuvar fareleriyle kıyaslayarak basın makalelerinin sel gibi büyümesine neden olan McClintock etkisi, kurgu mu yoksa gerçek mi? Bilim bu konuda bir sonuca varmış değil. Fakat âdet eşzamanlılık hipotezi, erkeklerin sonuçlarını düşünmeden kadınların birinden diğerine atlamalarını engellemek için, kadınların bir işbirliği idealini izleyerek kendi aralarında ve Ay ile dayanışma göstererek eşzamanlı âdet gördükleri tarihöncesi bir dünya hayal eden İngiliz Chris Knight'ınki gibi birçok antropolojik teoriye sebep oldu.

Kadınların ezici çoğunluğu, erkekler ortamda yokken dahi âdetten açık bir biçimde bahsetmeye cesaret edemezken, âdet eşzamanlılığını gündeme getirmek için kanıtlar havada uçuşuyor. Biri iş arkadaşlarıyla aynı anda âdet gördüğüne ikna olurken, diğeri kız kardeşiyle hep aynı anda regl olduğunu doğruluyor, öteki ise okuldan en yakın arkadaşıyla sürekli aynı anda âdet gördüğünü kesin olarak söylüyor. Kadınlar âdet durumlarıyla ilgili bilgileri birbirleriyle çok nadir paylaşıyorlarsa bunu nereden biliyorlar? Muamma. Bu biraz da Ay konusuna benzer görünüyor: Bu konularda, kendi isteğimizle, hayalle gerçeği birbirine karıştırıyoruz.

McClintock modelini 1990'lı yıllarda öğrenciler, lezbiyen çiftler ve atletler üzerinde test etmeyi deneyen Bar-İlan Üniversitesi (İsrail) profesörleri Leonard ve Aron Weller, çelişkili sonuçlarla karşılaştılar: Nedeni açıklanmaksızın bazıları eşzamanlı olarak âdet görüyordu, bazıları görmüyordu. 1992 yılında Amerikalı antropoloji araştırmacısı H. Clyde Wilson Jr. ise McClintock'un araştırması üzerine yoğunlaştı ve verileri bir araya getirme yönteminin ve bilgilerin doğru olmadığına, âdet eşzamanlılığının aslında gösterildiğinden çok daha rastlantısal olduğuna işaret etti: 135 genç kızdan oluşan örneklem grubuyla, birkaç ay gibi kısıtlı bir sürede, döngü süreleri sabit olmadığından ve gördüğümüz gibi en ufak bir şey dahi yumurtlama düzenini bozabileceğinden kızların dörtte biri hatta üçte biri, ister istemez aynı anda âdet görecek.

Benzer şekilde hapishanelerde, genelevlerde, manastırlarda, ailelerde ve yatılı okullarda gözlemlenen eşzamanlılık hipotezi, feromon, yani özellikle cinselliğe, avlanmaya veya korunmaya yönelik kokular yayan uçucu hormonlar üretebildiğimiz düşüncesine dayanır. Feromonlar, havada yolculuk eden veya emitörün [yayıcının] teri veya idrarı aracılığıyla salgılandıktan sonra temasla iletilen habercilerdir.

Babamın, maalesef, çocukken bana büyük keyif veren on ciltlik *Grand Robert*'imiz karşılığında aldığı *Souvenirs entomologiques*'te, doğa bilimci Jean-Henri Fabre, hava geçirmez bir fanusun içine hapsedilmediği sürece dişi bir kelebeğin cazibesini yüzlerce erkeğin üzerinde kullanabileceğini 20. yüzyılın başında çoktan gözlemlemişti. Daha sonra Adolf Butenandt, *Bombyx mori*'deki (ipekböceği) bu salgının kimyasal bileşimini 300.000 masum dişiyi feda ederek belirlemeyi başardı: Söz konusu olan *bombykol* adını verdiği doymamış yağ alkolleri. Bombykole maruz kalan zavallı erkek kelebekler tüm utançlarını kaybedip, antenlerini ve kanatlarını her yöne hareket ettirerek havada çiftleşme hareketleri yaparlar.

Feromonlar farelerde de bulunur: Dişiler, erkekler olmadan bir arada yaşadıklarında yumurtlamaları yavaşlar, sonra durur. Bu, Lee-Boot etkisi olarak adlandırılır. Kafesin içine bir erkek konduğunda idrarının cazibesinin etkisiyle yumurtlama yeniden başlar ve dişilerin döngüleri eşzamanlı gerçekleşir. Bu Whitten etkisidir (not alın, sonunda sınav yapabilirim). Sonra sıçanlarda gözlemlenen Vandenberg etkisi gelir: Yabancı bir erkek, dişi topluluğunun içine konulursa, dişilerin ergenliği hızlanır. Ama benim favorim Bruce etkisi: Hamile bir fare, kafesi, bebeğin biyolojik babası olmayan bir erkekle paylaştığında, onu feromonlarıyla parmağında oynatan yeni arkadaşı için hızlı bir biçimde yeniden doğurganlık kazanabilmek amacıyla düşük yapmaya eğilimli olur.

Feromonlar özel bir reseptör [alıcı] tarafından tespit edilir: vomero nazal organı [Jacobson organı] ya da sahip olma şansı olanlar için antenler (deniz süngerinin aksine telefonların

canlı varlıklar olmadığının ve dolayısıyla feromonları çekici bulmadıklarının altını çiziyorum). Vomero nazal organ, endokrin sistemi denetleyen, aynı zamanda cinsel fizyolojiden ve üreme davranışlarından sorumlu olan hipotalamusa bağlıdır. Eğer bilmiyorsanız vomeo nazal organ insanlarda da bulunur, maalesef biliminsanlarına göre *vestigial*'dir, yani artık etkin değildir ya da kalıntı biçiminde yaklaşık olarak %10 oranındadır. Özetle size feromonlar aracılığıyla mesaj gönderilse de, çoğu zaman doğrudan *spam* kutunuza eşdeğer bir yere düşecekler.

Bununla birlikte feromonlar kadında, bebekte emme refleksini başlatmak için meme başı çevresinde üretilirken, vajina ise (genellikle başka bir anda), sperm kabaran penisinden kendi kendine çıkıncaya kadar orada çakılı kalmaktansa gidip gelme hareketini yapması için bunu akıl edemeyen erkeği isteklendiren özel salgılar yayar.

Araştırmalarını, Chicago Üniversitesi'nde biyoloji ve davranış arasındaki ilişki üzerine sürdüren Martha McClintock ise feromonların insandaki etkilerini araştırmaya devam ediyor. Bu sebeple, bu durumun döngülerinin uzunluğunu değiştirmeye katkıda bulunacağını ispatlamak için erkek teriyle ıslatılmış pamukları kadınlara koklatmayı içeren bir çalışma yürütüyor.

Fakat sonuç olarak, duygusal durumumuzun biyokimyamız ve dolayısıyla hormonal dengemiz üzerinde bir etkisi olup olmadığı bilinmiyor. Aynı şekilde asıl biyokimyamızın duygularımız ve mutluluğumuz üzerinde bir etkisi olup olmadığı da hâlâ bilinmiyor. Gelişmiş ülkelerde dört çiftten biri kısırlık için doktora görünüyorken âdet döngüsünün gizli gücünü anlama isteği bilimi meraklandırmaya devam ediyor. Mahremiyetimizin derinliklerine kadar.

SANAL VAJİNALAR

Kadın döngüsünün gizemi, birkaç yıldan beri hijyenik koruma markaları tarafından öne sürülen akıllı telefon uygulamalarına taşındı: Maya, Glow, Ovia... hamile kalmak isteyen

ya da istemeyen genç kadınlara "basit ve eğlenceli" bir âdet kontrolü sunuyor.

Birçok uygulama, kendini "kadının özgürleşme aracı" olarak tanıtan *sympto-thermal* yöntem [bazal vücut ısısı yöntemi] ya da "doğurganlık farkındalığı" yöntemlerinden faydalanıyor. 1970'li yıllarda geliştirilen *sympto-thermal* yöntem aslında bu bölümde anlatılan tüm yöntemlerin bir sentezi. 4 Şubat 2016'da İsviçreli bir kurum olan SymptoTherm'e bağlı bir blog olan *sympto.org*'da yayımlanan bir makalenin de kanıtladığı gibi, bu yöntemin ideolojik arka planı her zaman tarafsız değil:

> Kadın doğurganlığı bir patoloji değildir, doğal doğurganlığı hastalığa dönüştüren hormonal doğum kontrol yöntemleridir. Burada savunmasız, eğitimsiz, olağanüstü hâllerde yaşayan kadınlara dair meşrulaşmış halk sağlığı ölçütlerinden bahsetmiyoruz... Biz, sebebi bilinmeyen bu sağlıksız tüketime dört bir yandan maruz kalmaya şartlandırılan kendi genç kızlarımızdan bahsediyoruz. Çağımızın ruhu, hapın reçetesini genç kızlara bir cinsel eğitim önlemi gibi anlatmamızı istiyor. Bu, ilk olarak onları kendi döngülerinden ve bu konuda sahip olabilecekleri anlayıştan uzaklaştıran bir önlem. Hapların ortaya çıkışının 50 yıl önce çok iyi karşılandığını kabul ediyoruz. Bu durum dünya üzerindeki bazı toplumlar ve bazı savunmasız kadınlar için hâlâ geçerli. Fakat bu özgürlüğün bizlerde bir tüketim köleliğine dönüştüğünü söylemekten üzüntü duyuyoruz. Ya kadının özgürlüğü ve kurtuluşu? Biyoritmin denetim altına alınması ya da "rahatsızlık veren" âdetin ortadan kaldırılması sayesinde, hâlâ erkeğin cinsel ihtiyaçları karşısında "biyoelverişli" veya emek piyasasının düzenine en iyi biçimde "uyarlanmış" kalmaya devam ediyor.[16]

Kadınların arzularının, özgürleşmelerinin bir parçası olamayacağı göz önünde bulundurularak; vücut sıcaklığı, mukus (sadece servikal mukus değil "öz" olarak da adlandırılır), el ile kendini muayene etme ve öngörü, biyoelverişliliğin "pencere-

16. Pryska Ducoeurjoly, "Sympto, l'appli qui libère la femme au tribunal face à Swissmedic", "C'est dans l'air" bölümünde, 4 Şubat 2016, (http:/blog.sympto.org).

lerini" erkeklerin veya piyasanın ihtiyaçlarına göre belirlemek için mercek altına alınıyor. Yoksul ve eğitimsiz Afrikalılar daha çok, eğer iyi anlaşıldıysa, bundan kaçınıyorlarken, çoğalmaya "gerçekten" layık olan "bizim" doğum kontrol hapı kullanıcılarımız, bedenleriyle ve belki de Kutsal Ruh ile yeniden bağlantıya geçmekten büyük bir keyif duyacaklardır. Doğum kontrol hapı veya spiralle, akıllı telefonlarındaki MyNFP (Almanca), CycleProGo, LilyPro Kindara ya da SymptoPlus uygulamalarını yer değiştiren *sympto* kadınlar, düzenli olarak şu mesajları almaya hazır olmalılar: "İki gün içinde, vücut sıcaklığınızı yeniden ölçün" veya "Bu akşamdan itibaren 19 saat doğurganlığa elverişli değilsiniz, vücut sıcaklığınızı ölçmenize gerek yok", "Bugün elle meme muayenesi" ya da hamileliklerini "takip etmek" isteyenler için "Üç gün içinde doğum ihtimali". Damla şeklindeki tüm ikon dağılımları kanamayı, yıldızlar yumurtlamanın üst seviyede olduğunu ve kalpler, büyük ihtimalle erkeğin sağlıksız dürtülerini tatmin etmek için rıza gösterilen cinsel ilişkileri belirtmek için kullanılıyor.

Bütünüyle farklı bir ruhla Berlin'de kurulan Clue "kişilere, hayatın her evresi için döngülerinin eşsiz özelliklerini izlemek ve keşfetmek için aracı olmayı" öneriyor ve internet sitelerinde, "Cep telefonlarıyla ulaşılan teknolojinin aile planlamasının geleceği olduğuna inanıyoruz" yazıyor. Reklamları gelecek vaat ettikleri iddiasında: "Clue, bir sonraki âdetinizi ve âdet öncesi sendromunuzu (PMS) olduğu kadar hamile kalmaya en uygun olduğunuz günleri de hesaplar. Ruh hâlleriniz âdet döngünüze bağlı belirtiler midir? Yalnızca hangi konuda daha fazla bilgi almak istediğinizi seçin, Clue geri kalan her şeyle ilgilenir. Beklediğiniz takip uygulaması: Son derece bilimsel!"

6 milyon kadın ile bağlantı kuran Clue, Amerika'da Stanford, Columbia ya da Washington Üniversiteleriyle, Birleşik Krallık'ta Oxford Üniversitesi'yle kadın sağlığı konusunda araştırma projelerinde işbirliğine geçti. 2016'da Oxford Üniversitesi'yle hâlâ devam eden son çalışma, âdet döngüsü ile cinsel yolla bulaşan hastalıklar arasındaki etkileşim ile ilgiliydi. Clue, uy-

gulaması aracılığıyla 180 ülkedeki 6 milyon abonesine (2014'ten beri Fransa'da) yönelttiği anket ile bilimsel çalışmalara, asla ulaşılmamış bir doğruluk derecesiyle eşi benzeri görülmemiş bir boyut katabilir. Ancak 2012'de Berlin'de kurulan, faaliyete geçmek için 7 milyon dolar toplayan girişim, kullanıcılarının bilgilerini sattığını yine de reddediyor. Eğer Clue uygulama bilgilerini kendi tercihine göre –arkadaş(ları), sevgili(leri), ailesiyle– paylaşmak isteyen kullanıcılar için bir platform öngörüyorsa, çok daha özel, paralı bir hizmet önermeyi göz önünde bulundurarak bilimsel çalışına çerçevesinde iletilen bilgileri anonimleştirmeye gayret sarf etmelidir. Kişinin âdet döngüsünü çocuk sahibi olmak istenip istenmemesine göre aynı şekillerde gözlemlenmediği ve uzun süredir beklenen bir hamilelik durumunda kişisel bir desteğin oldukça yararlı olabileceği doğru.

Ne olursa olsun, kişinin kendi döngüsünü kontrol etme isteğinin ardında, buna eşlik etmesi beklenen "ruh hâli" ve "duygular" dikkatli bir biçimde listelenmelidir. Örneğin kadınların yumurtlama döneminde doğal olarak bebeklerin cazibesine kapıldıkları ya da âdet öncesi doğal olarak üzgün veya kötü bir ruh hâlinde oldukları belirtilmelidir. Bu teknolojik gelişmeler –az da olsa diyet uygulamaları gibi– veri kontrolünü vajinalarımıza ve özellikle beyinlerimize kadar sokuyorlar.

Yumurtlama esnasında sokakta bir bebek gördüğümüzde gerçekten etkileniyor muyuz? Kişisel olarak ben bebekleri her gördüğümde etkileniyorum ve uzun süredir yumurtlamıyorum. Cinsel isteğe gelince, o benim için her zaman, o an partnerimle olan ilişkimin kalitesi, yeterli miktarda uyuma imkânı, yakınlarım ya da kendim için duyduğum endişe veya mesleki sorunlar gibi oldukça farklı etmenlere bağlı oldu. Uzun süredir nereden geldiğini bilmediğim migren ağrılarım var ve bazen o kadar huysuz oluyorum ki hayatımın aşkı bile âdet görüp görmeyeceğimi merak ediyor. Bu aksi ruh hâli hormonlarla ilişkilendirildiğinde elden ne gelir ki? Cep telefonunu kendi benliğinin bir uzantısı olarak gören 20 yaşındaki kızım, bu uygulamayı döngüsünü

kavramak için kendine daha dikkatli bakabilmesini sağlayan değerli bir araç olarak görebilir. Bense kendimi huzursuz ya da endişeli hissettiğimde, bir anlığına sandalyemde hiçbir şey düşünmeden kalmayı seviyorum: Hormonlarım, sinirlerim, ruhum, telefonumu kapatmış olmak kaydıyla, anında yatışıyor.



KÖTÜ KAN

Birkaç yıl önce, ben hâlâ âdet görürken, bir sol adayın yerel seçim tanıtım toplantısına katılmak için bir taşra kentine gittim.

Memleketim Güney Fransa'da bir kış akşamıydı ve oldukça keyifsizdim. Karnım ağrıyordu, korkunç bir migren ağrım vardı ve kendini hissettiren akıntıyı neredeyse külotumu lekeleyecek noktaya gelene dek temizlemeyi unutmuştum. Bir arkadaş ona destek olmam ve belki de tavsiyede bulunmam için toplantıya katılmamı istemişti. Aslında kendi partisinin Ulusal Cephe karşısındaki kampanya stratejisini doğru bulmuyordu. Bu arkadaş –ismine Émilie diyelim– alışılmış yollardan çıkıp "katılımcı" bir kampanya oluşturmanın gerekliliğini savunuyordu. Açık toplantılar düzenlemek; çevre, barınma ve çiftçilerin sorunlarını, aşırı sağın yönlendirdiği soruları geçiştirmeksizin masaya yatırmak istiyordu.

Kampanyanın kontrolünü ele geçirmiş birkaç adam onunla aynı fikirde değildi. Onlar anın politik gerçekliğinden bütünüyle

kopuk, eski günlerdeki üstü kapalı politik dil ile barış ve huzur içinde bir yönetim tercih etmişlerdi. Kampanyanın henüz sonlanan tanıtım toplantısı bunun bir ispatıydı. Kır saçlı bir topluluğun, seçmenlerinin günlük hayatta ne yaptığından bir an bile bahsetmeksizin, –güç odaklarının kalıcı bir biçimde ekonominin eline geçtiği dünyada artık var olmama, hiçbir gücü temsil etmeme düşüncelerinden başlayarak– dayanışma çağrısı veya geçmişteki şanlı Halk Cephesi ve Direnişe yapılan atıflarla keyiflenen birkaç yerel kodamanı uyuşuk bir biçimde alkışladığı bir ortamdı burası.

Listedeki en genç aday olan Émilie'nin toplantıya kısa bir etek ve binici çizmeleriyle gelmiş olması bana bir nebze de olsa iyimser görünmüştü. Kürsüye çıkarken kısa etek giymek, Émilie'nin hedefleri arasında olmadığına emin olduğum, bir *kucak dansı* oturumu yapmak istenilmediği sürece, bir acemi hatasıdır. Gerçi bu öngörülebilir hatanın acısını çekmeyecekti: Son dakikada söz almamasına karar verildi, "çünkü aksi takdirde bu aşırı olacaktı ve insanlar sıkılacaktı" *Kapanış*: kürsü ve üzerine çekmekten geri kalmadığı bayağı bakışlar. Kampanya resmi olarak Émilie'nin çizmeleri ve eteği duruma hiç mi hiç dahil olmaksızın başladı. Uzun konuşmacı listesinde, ikisi de 60 yaşın üstünde olmak üzere yalnızca iki kadın vardı.

Bu sembolik tokat sonrasında, seyirciler büfeye bir şeyler içmek ve birbirlerini tebrik etmek için yaklaşırlarken, Émilie salonun ortasında açıkça cesareti kırılmış bir şekilde duruyordu. Onunla konuşmak için yanına gittim. Bu aşamada diyecek fazla bir şey yoktu ve tutumun barbarlığı gün gibi ortadaydı. Kaşlarını kaldırdı ve yapmacıklı bir rahatlıkla bana, "Siyaset böyle" dedi.

Émilie bir çocukluk arkadaşımın kız kardeşiydi. Orta büyüklükteki bir şehrin belediye başkanı, erkek kardeşimin okul arkadaşı olan listenin başındaki adamı da tanıyordum. Bununla birlikte oldukça faal genç bir çocuk olan, amaçsız bir şekilde oradan oraya koşturan ve coşkusunu zıplayarak gösteren kampanya yöneticisini hiç tanımıyordum. Siyasetin

dar geçitlerine dadanmış *sözcülerin* karikatürü gibiydi. Ter kokan ve iki bacağı üzerine güzel bir şekilde yerleştirilmiş erkekliğini açığa vuran testosteronla dolup taşan bu adam, "Onları becereceğiz" ve "Sana söylüyorum, büyük bir başarı yakaladık" gibi yalnızca spor ve cinsellikle alakalı metaforlar kullanıyordu. Bu adam, liste başındaki parti başkanını selamlayacakken, katılımcı olmayan bu büyük demokrasi anı üzerine fikrimi sorma gafletinde bulundu. Ben de ona olabilecek en diplomatik biçimde kendi düşünce tarzımdan bahsettim: Biraz yumuşak (ah, ereksiyon karşıtı metaforlar kansere neden oluyor) ve basmakalıptı. Başkana Émilie'nin katılımcı planının –ve Émilie'nin kendisinin– neden saf dışı edildiğini sorma riskini göze aldım. O anda kampanya yöneticisi gözlerini devirdi: "Ah, Émilie'yi boş ver. Tam bir baş belası, kesin aybaşındadır". O kendi esprisine tek başına gülerken, burnuma tahrik olmuş bir erkeğin belirgin kokusu geldi. Seçim kampanyaları, hormon biliminin yalnızca erkeklerle işbirliği yaptığı ölümsüz ilkelere göre işleyen küçük savaşlardır. Güçlü olan haklıdır. Erkekler o kadar rahat ki neredeyse bu tatlı fikir birliğini [consensus] bozmak haddimiz değilmiş gibi hissediyoruz. İçinde aynı anda aptal, kan ve (başarı [*succès*] değil) emmek [*sucer*] fiili fark edilebilen, cinsellikle alakalı bu çokanlamlılığı nasıl düşünürseniz düşünün.*

Takip eden düşüşün eğlenceli bir tarafı yoktu: Ulusal Cephe kendi puanını yükseltirken, solun solunun listesi, seçimlerde öyle heybetli bir biçimde hezimete uğradı ki, kampanya harcamalarını çıkarabilmek için gerekli %5'e dahi ulaşamadı ve bakanlıktan çıkarıldı. Émilie'ye gelince, birkaç hafta sonra bana hamile olduğu haberini verdi. Toplantı günü "aybaşında olmak" şöyle dursun, 3 aylık hamileymiş. Tasarılarının yoldaşlarını bu bozgundan kurtarıp kurtaramayacağını asla bilemeyeceğiz.

Bana gelince, iyi bir ruh hâlinden çok uzakta olsam da hiç kimse âdet olduğumu fark etmişe benzemiyordu. Açık konuş-

* *Con-sen-sus* (fikir birliği) kelimesi, içerisinde *con* (aptal), *sen* (*sang*: kan) ve *sus* (*sucer*: emmek) kelimelerini barındırır. (ç.n.)

mak gerekirse döngümün son 10 senesi beklediğimden çok daha yorucu olmuştu. Öyle ki 2005 yılında bir gün, beni kanepede iki büklüm gören hayatımın aşkı müdahale etmeye karar verdi: "Hemen saçmalamayı bırak ve doktordan randevu al". İşte bu, âdet öncesi gerginlik sendromu (PMS) ile endometriozis hastalığı arasındaki farkı anlamamı sağlayacaktı.

BİR BİLSEN...

Migren, memelerde, karında, bacaklarda şişlik, sivilcelenme, kas ağrısı, strese bağlı sinirlilik, acıkma, ödem... Âdetlerinden önceki 15 gün içinde bazı kadınları etkileyen bulgular listesi, bunun 40 yıl boyunca her ay yaşanacağını söylediğiniz herhangi birini korkutup kaçıracaktır. Sırf bu, âdet dönemi yaklaşırken keyifsiz ya da moralsiz bir ruh hâline girmek için yeterli. Bazıları bu rahatsızlığı, mide bulantıları, kabızlık ve idrar yolu enfeksiyonlarıyla yer değiştirdiği kutsal hamilelik dönemi haricinde bütün menstrüel hayatları boyunca yaşıyor; erkek dünyasının bizi ölesiyle kıskandığı keyifli doğum anından bahsetmiyorum bile.

Bu sıkıntıları menstrüel hayatım boyunca ben de yaşadım, özellikle yaklaşırken ya da âdet süresince yaşanan katameniyal nöbet denen migrenleri. Katameniyal kelimesi (*cataménial*), *mens* [âdet] anlamına gelen Yunanca bir terim olan *katamenia*'dan geliyor. Bu kelimeye aynı zamanda âdet öncesi gerginlik sendromu gibi umulmadık zamanlarda gelen "sinsice", gizlice, kurnazca (*en catmini*) kelimesini de borçluyuz.

Araştırmacılar, hisseden kadınların düşündüğünün aksine "Pezevenk Mendebur Sendrom" anlamına gelmeyen meşhur PMS'yi tanımlamak ve ölçmek için çaba harcıyorlar. Bir gece beni gözyaşları içinde arayıp, onu bu uğursuz tarih her yaklaştığında kendini pencereden aşağıya atma isteğinden kurtarmam için iyi bir jinekolog bulmamı isteyen çocukluk arkadaşımın umutsuzluğunu hâlâ hatırlıyorum. O zamanlar 50 yaşındaydı ve ağrılarından kurtulmasına yardımcı olmak için tıbbi destek görmek şöyle dursun teselli ya da kendini dinleyecek birini

dahi bulamamıştı. Doktorlar onu tedavi etmek için bir yöntem bulamadan önce menopoza girdiğini sanıyorum. "Hormonal karmaşa" ödüllü bu hassas dönem, doktorların dediği gibi, özellikle genelde çocuklarımızın ergenliğine ve ebeveynlerimizin hastalığı ya da ölümüne rast gelerek her şekilde canımıza okuyor. Menstrüasyon özellikle sonlara doğru tıpkı sonsuzluk gibi uzun sürüyor. Bu, mutluluk asla tek başına gelmediğinden, erkeklerin, en ufak yakınmayı hormonal döngünün üzerine yükleyerek bizim olası şikâyetlerimizi dinlememeleri için etkili bir yol. PMS, sonuçlarını üstlenenler için gerçekten de, rızası olsun ya da olmasın, bir tuzağın tüm özelliklerine sahip. Yoksa bu, ezkaza, hayali bir hastalık olabilir mi?

1949 yılında Simone de Beauvoir *İkinci Cins*'te şöyle yazmış:

> Daha önce kadının bedensel yapısının başlıca özelliklerinden birinin, içsalgılarla sinirsel dizgenin çalışması arasındaki sıkı bağ olduğunu görmüştük: Burada, karşılıklı bir etkinlik vardır; kadın vücudu –özellikle genç kızınki– "isterik"tir, yani ruhsal yaşamla onun bedensel algısı arasında mesafe yoktur. Erginlik dönemindeki sarsıntıların keşfinin yarattığı kargaşa genç kızı çileden çıkarır. Vücuduna kuşkuyla baktığı, kaygıyla gözlediği için, hasta sanır onu: Hastadır da. Daha önce, bedeninin gerçekten çok kırılgan olduğunu, birtakım organik bozuklukların ortaya çıktığını görmüştük; ama kadın hastalıkları uzmanları, gelenlerin onda dokuzunun düşsel hasta oldukları, yani sıkıntılarının hiçbir bedensel gerçeğe dayanmadığı ya da organik bozukluklarının ruhsal tavırdan doğduğu konusunda görüş birliğindedirler. Kadının vücudunu yiyip bitiren şey, büyük ölçüde, kadın olmanın yarattığı bunalımdır.[1]

66 yıl sonra *L'Obs/Rue 89* internet sitesinde "Le Syndrome prémenstruel, je croyais c'était une legende[2]" [Âdet öncesi

1. Simone de Beauvoir, *İkinci Cins*, Çev. Bertan Onaran, 7. Basım, Payel Yayınları, 1993, s. 307.
2. Scarlett Pajeo, "Le syndrome prémenstruel, je croyais c'était une légende", 26 Şubat 2015, (www.rue89.nouvelobs.com).

sendromu, bunun bir efsane olduğunu sanıyordum] ismiyle yayımlanan makale *Twitter* üzerinden sunulan kanıtlar aracılığıyla bu hipotezi çürütmeyi tasarlıyor: "Her ay bir hafta boyunca özgür irademi kaybediyorum" diyor Estelle. "Döngüm ile ruh hâlimdeki değişikler arasındaki bağlantıyı kurmam 10 yılımı aldı" diye bahsediyor Laure. "Geçmişimi yeniden gözden geçirdiğimde kendime, almamam gereken birçok karar varmış diyorum." Ya da "Âdet öncesi sendromu bir kitle imha silahı. Bir sonraki James Bond'da oynamayı çok isteriz". Makalede, röportaj yapılan Cenevre Üniversitesi Doğum ve Jinekoloji Bölümü doktorlarından Francesco Bianchi-Demicheli, ona göre kadınların %80'ini etkileyen bu sorunlardan şikâyet edildiğinde sinirleniyor: "Bir kadın bu bulgulardan kurtulduğunda, değişimler harika. Kadın yeniden yaşamaya başlıyor". Bununla birlikte, makalede kadının bunlardan kurtulmasını sağlayan yollar hakkında tek kelime edilmiyor.

Buna rağmen yaygın kabul gören bu %80'lik oranın hiçbir bilimsel dayanağı yok. PMS, bir yayından diğerine daha çok ... kadınların %10 ile %90'ını etkiliyor. Bu, oldukça geniş bir aralık olduğundan, geçit ya da uçurum denmesi daha uygun olacaktır. Jinekolog Fabien Vaudoyer'in 2016 yılında Cenevre vakfı tıbbi eğitim ve araştırma sitesinde[3] yayımlanan âdet öncesi sendromuna ilişkin makalesindeki sonuçlar, çalışmalara göre değişiklik gösteriyor: Bazı araştırmalara göre kadınların %95'i ergenlik ile menapoz arasındaki süreçte küçük *molimen cataménial*[4] sorunları yaşıyor, diğer araştırmalara göre ise hemşirelerin %75'i ve işçilerin %36'sı bundan etkileniyor, bir diğer araştırma ise kadınların %40'ının bunu hissettiğini iddia ediyor.

Bulgu sayısı, en az 150 kayıt ile uyumlu olarak incelenen kadınlar "sol bilekte ağrı" ya da "saç buklelerimin bozulmasına eşlik eden sağ gözdeki zonklama" gibi anlamsız şeylerden bahsediyor. "Abdominal-pelvik belirtilerin" ötesinde, libidonun

3. Fabien Voudoyer, "Le syndrome prémenstruel", *Cenevre Tıbbi Eğitim ve Araştırma Vakfı*, (www.gfmer.ch).
4. Her ay gerçekleşen "âdet kanamasının" bilimsel ismi.

düşmesinden cinsel coşkunluğa, migrenden intihar eğilimine, uykusuzluğun yanı sıra tetaniye varan "memelilere özgü belirtiler", psikolojik ve nörolojik sorunlar bulunuyor. Bunun yanı sıra hemoroid problemleri, genital uçuk, kurdeşen, astım, ateş basması, mesane ağrısı, iştah değişiklikleri, anal veya vajinal kaşıntı (ya da her ikisi), çarpıntı, bölgesel terleme, burun akıntısı, spazmodik öksürük, göz irisi iltihabı, saçlı derinin seboresi ve karpal tünel sendromundan da bahsediliyor.

Birbirinden bağımsız maddelerden oluşan bu uzun liste okunduğunda, başta sürekli bir yerleri ağrıyan erkek kardeşim veya genellikle öngörülemez davranışları olan kedimden başlamak üzere herkes âdet öncesi gerginlik sendromu yaşayabilir. Şaka bir yana, öncelikli olarak Batılı ülkelerde gözlemlenen bu rahatsızlıklar bütününün, taşınan diğer hastalıklara bağlı olarak kişinin hormonal değişimlere verdiği bir tepki olması açısından olağan olup olmadığı merak edilebilir: Depresyon, şeker hastalığı, yüksek tansiyon veya sadece bu süreçte mutlu bir evlilik, boşanma, annelik ve profesyonel kariyeri bir arada sürdüren, erkeklerden neredeyse 2 kat daha fazla günlük ev işi üstlenen (3 saat 26 dakikaya karşı 2 saat)[5] ve küresel olarak eşlerinden %25,7 oranında düşük kazanç elde eden[6] 30 ila 40 yaşındaki kadınların yaşadığı gibi, stresli bir yaşam.

Kısacası âdet öncesi gerginlik sendromu bir hastalıktan ziyade; ergenlik, hamilelik, sindirim ya da menopoz gibi, kişilere veya zamana göre az ya da çok iyi yaşanabilen biyolojik bir olgu değil midir?

GENİTAL SEMPATİ

Antikçağlardan itibaren birçok yazar, âdetle ilişkilendirilen kadın rahatsızlıklarının izini sürmüştür. 2. Bölüm'de gördüğümüz gibi Hipokrat, kadınların tüm hastalıklarının ve doğuştan

5. Observatoire Des Inégalités, "Données détaillées de l'enquête Emploi du temps 2009-2010", *Insee Résultats*, Sayı 130 "Société", Haziran 2012.
6. Observatoire Des Inégalités, "Les inégalités de salaires entre les hommes et les femmes: état des lieux", 27 Mayıs 2016, (www.inegalites.fr).

gelen güçsüzlüklerinin nedeninin rahim olduğunu düşünüyordu. Bu fikir 20 asırdan uzun bir süre boyunca egemenliğini sürdürdü. 1890'da Fransız psikiyatrist Séverin Icard, *La Femme pendant la période menstruelle*'de[7] üreme organı lezyonları ile delilik arasında, ona göre yadsınamaz olan bağı tanımlar. Icard henüz hormonlar tespit edilmemişken, "genital sempati yani psikolojik merkezler ile üreme organları arasında samimi bir ilişkinin var olduğunu (...) ve bu sempatinin kadında erkekten çok daha fazla belirgin olduğunu" öne sürer. Âdet öncesinde görülen bulgulardan da bahseder: "Menstrüasyon 8 gün boyunca ishal, memelerde sızlama, baş ağrısıyla kendini gösterir. Kız, en ufak bir itiraz karşısında, kolay öfkelenir, hiddetli hâle gelir. Süreç bittiğinde her şey eski hâline geri döner".

PMS'nin, bulgularını ilk kez *British Medical Journal*'de tanımlayan İngiliz jinekolog Katharina Dalton ile halk arenasında boy göstermesi için 1952 yılını beklemek gerekiyor. 32 yaşındaki genç kadın migreninin hamileliği süresince yok olduğunu fark etti ve bu rahatsızlığı astım ve epilepsi benzeri diğer birçok rahatsızlıktaki gibi, progesteron eksikliğine bağladı. Bu tarihten itibaren konu üzerine verileri toplamaya devam eden Dalton, endokrinolog Raymond Greene ile birlikte kadınları bu hormonla tedavi etmeye başladı. O ana kadar bu araştırmalarda egemen olan erkeklerin aksine Dalton, bu bulguların açık bir biçimde "psikolojik değil çoğunlukla fiziksel olduğunu" düşünüyordu.

Bu ilk bakışta, kadınları etkileyen rahatsızlıkların, hayal güçlerinin veya kişilik zayıflıklarının etkisinden farklı değerlendirildiği bir sürece benziyor gibi görünebilir fakat araştırmalar da kadınların hormonlarının tutsağı gibi sunulmasına sebep oluyor. Örneğin Katharina Dalton, PMS'den ciddi anlamda muzdarip öğrencilerin, âdetleri sınavlarına denk geldiğinde çok daha düşük notlar aldıklarını gözlemledi. Mahkûmlarla yaptığı görüşme sonunda, ağır âdet öncesi belirtileri gösteren kadın-

7. Séverin Icard, *La Femme pendant la période menstruelle. Étude de psychologie morbide et de médecine legale*, Félix Alcan (Ed.), Paris, 1890.

ların çocuklarına kötü muamele etmeye ya da kanlı cinayetler işlemeye çok daha fazla eğilimli olduklarını öne sürdü. Benzer şekilde, bu süreç ona intihar etmeye ya da sarhoş olmaya çok daha müsait bir süreç gibi görünüyordu. Kraliçe Victoira'nın mektupları ve günlüğü üzerinde çalıştıktan sonra, Prenses Hazretleri'nin her ay çığlık atmaya ve sevgili eşi Prens Albert'in üzerine eşya fırlatmaya eğiliminden dolayı sert geçen bir PMS yaşamış olduğunu dahi iddia etti. Bununla birlikte kraliçenin hayatı üzerine yapılan kısa bir araştırma, ruh hâlindeki çalkantıları açıklayabilirdi. Mutsuz çocukluğu, yaşadığı dikkate değer sayıdaki hamilelik (art arda en az 9 çocuk) ve erkeklerin, o dışarı adımını atar atmaz onu vurmaya duydukları saplantı, ona karşı gerçekleştirilen en az 7 saldırıda dolu bir silahla kraliyet at arabasını ona doğru süren ve hiçbir insanın hormonal durumlarını incelemeyi akıl edemediği kaçıklardan başlamak üzere birçok etmen vardı.

50 yıldan bu yana birçok biçimi olan bu rahatsızlığa, PMS'ye çare bulmak için kadınlar üzerinde birçok tedavi denendi: hormonlar, idrar söktürücü ilaçlar, psikotrop ilaçlar, kalsiyum, B6 vitaminleri, eşekotu yağı, bitkisel çaylar... Fakat konu hakkındaki farklı çalışmalar hiçbir zaman için nihai bir sonuca varamadı ve –özellikle PMS'den muzdarip olan kadınların kan tahlilleri genel olarak anormal hormonal değerler göstermediğinde– Katherina Dalton tarafından yoğun olarak kullanılan doğal progesteron takviyesinin etkisinin *placebo*dan[8] daha fazla olmadığı fark edildikten sonra kısmen bırakıldı. Dolayısıyla en dürüst doktorlar sağlık durumunu iyileştirmek ve stres düzeyini düşürmek için genel olarak kişinin kendisine iyi bakmasını, alkol, kahve veya tütün gibi uyarıcıları bırakmayı veya azaltmayı, bol su içmeyi, kırmızı eti daha az, meyve ve sebzeleri daha çok tüketmeyi, spor yapmayı ve düzenli uykuyu tavsiye ediyor. Günümüz kadınlarının çoğu, kendilerine duydukları güveni yıkmak için fotoşoplanmış afetlerin ideal olarak dayatıldığı reklamlar ve yağlı, şekerli, alkollü ya da bağımlılık

8. C. Quéreux, "Syndrome prémenstruel", (http://www.chu-montpellier.fr/).

yapan ürünlerin bombardımanına tutulurken, bu tavsiyelere uymakta zorlanıyor.

Psikolog Robyn Stein DeLuca'nın "PMS hakkında iyi haberler[9]" isimli TEDx konferansında bahsettiği gibi, âdet öncesi gerginlik sendromu ancak 2013'te çok daha bilimsel bir biçimde premenstrüel disforik bozukluk (PMDD) adıyla, 150 yerine 11'e düşürülmüş bulgular ve günlük hayatı, iş yaşamını veya eğitimi zorlaştıran "belirgin bir tıbbi sıkıntıya" dayanan teşhisi ile yeniden tanımlandı. PMS daha belirgin hâle gelen bu yeni biçimiyle, artık kadınların yalnızca %3'ü ila %8'ini etkiliyor. Diğerleri içinse Stein DeLuca, "stresli veya mutlu eden olaylar, hatta haftanın günü gibi değişkenler, ruh hâlini âdetten çok daha güçlü bir şeklide etkileyen etmenlerdir" diye açıklıyor. Daha iyisi, erkek partnerlerimiz âdet görmedikleri hâlde ve biz kadınlar, *Men are from Mars, Women are from Venus** isimli cinsiyetçi imgelemli eserin yazarı John Gray'e göre bir yol haritası okumayı hâlâ bilmiyorken, birçok araştırma erkeklerin ve kadınların duygusal durumlarının büyük farklılıklar göstermediğini belirtiyor.

2015'te Amerikan bilim dergisi *Science Reports*'ta[10] yayımlanan bir araştırma, *subprime* denilen 2008 ekonomik krizinin, kendilerini rekabet ortamında bulmalarıyla aşırı miktarda testosteron salgılayan, çoğunlukla genç (45 yaş altı) borsacıların testosteronlarının üst düzeye çıkmasıyla açıklanabileceğini dahi göstermiştir. Yüksek kortizol miktarı ile bir araya gelen bu "rekabetçi stres" gözü pek bir iyimserlik ve risklerin küçümsenmesi eğilimiyle sonuçlanıyor. Testosteron verimle olduğu kadar ortalamanın altındaki verimle de ilişkilidir. 2008 yılında Wall Street borsası (yalnızca ismi bile bize bir şeyler

9. Robyn Stein Deluca, "The good news about PMS", TEDx Konferansı, Kasım 2014, (www.ted.com).

* John Gray, *Erkekler Mars'tan Kadınlar Venüs'ten*, Çev. Gülden Şen, Altın Kitaplar, 1999. (ç.n.)

10. Carlos Cueva, R. Edward ROB, Tom Spencer, Nisha Ran, Michelle Tempest, Philippe N. Tobler, Joe Herbert ve Aldo Rustichini, "Cortisol and testosterone increase financial risk taking and may destabilize market", *Science Reports*, Sayı 5, Temmuz 2015.

düşündürüyor olmalı) çöktüğünde, bu sektörde oldukça nadir görünen kadınlar, erkek meslektaşlarından çok daha az kaybetmiş olmalıydılar. Birçok felaketi, savaşı ve kazayı borçlu olduğumuz erkeklerin gözlenebilen hormonal dengesizliklerinin sonuçlarına rağmen, değişken ruh hâlleri konusunda parmakla gösterilen hep kadınlardır. Bu da stereotipleri güçlendiren "hormonal bir haksızlık".

Robyn Stein DeLuca, "Bir kadın herkesin PMS yaşadığına daha çok inandıkça, aslında var olmadığını ortaya çıkarması daha olasıdır. Sizlere 'var olmadığını' derken ne demek istediğimi açıklayayım. Birine 'PMS yaşıyor musunuz?' diye sorabilirsiniz ve sizi evet diyerek yanıtlar. Fakat sonrasında iki ay boyunca psikolojik bulgularının günlük kaydını tutmasını istediğinizde, bu bulgular ile ayın o anı arasında hiçbir bağlantı bulunmaz" diyerek hayıflanır.

ÂDET ÖNCESİ GERGİNLİK SENDROMUNUN BÜYÜK İKRAMİYESİ

Bu durumda, âdet öncesi gerginlik sendromu efsanesinin neden bu denli yayıldığını merak ediyor musunuz? Psikolog Robyn Stein DeLuca'ya göre cevap açık: "PMS tedavisi kârlı ve büyüyen bir sektör hâline geldi". Bunun haricinde, tedavilerin Gıda ve İlaç Kurumu (FDA) tarafından onaylanması için, meşhur *Ruhsal hastalıkların tanı ve istatistik elkitabı* (DSM) tarafından Amerika'da listelenmiş tıbbi rahatsızlıklardan birine cevap vermesi gerekir. 2000'lerin başında belli bir yaştan sonra erkekleri etkileyen, normale oranla daha kısa süren ve daha az sert ereksiyonu ifade eden, "sertleşme bozukluğu" olarak adlandırılan olasılık dışı bir hastalık yaratıldıktan sonra Viagra, benzer bir el çabukluğuyla piyasadaki çıkışında başarılı oldu. Sonuç: Pfizer ve Lilly firmaları için milyarlarla ölçülen yıllık kâr.

İlaç firmaları, âdet öncesi gerginlik sendromuyla muhtemelen benzer büyük bir ikramiyeyi vurmayı amaçlıyor. 1911'de özel bir ilaç Amerika'da piyasaya sürüldü: içeriği idrar söktürücü, ağrı kesici ve kafeinden ibaret olan Midol ve 2001'de özel ola-

rak gençlere yönelik kafeinsiz çeşidiyle piyasaya sürülen Teen Midol. PMS'nin ruhsal sorunlar arasında sınıflandırılması, premenstrüel disforik bozukluktan muzdarip olan kadınlara yönelik Sarafem adı altında bir antidepresan olan Prozac'ın yeniden yapılandırılmasını da sağlamıştır.

Haziran 2016'da *Journal of Woman's Health*'te yayımlanan bir araştırma, menstrüel keşfin neşeli sesiyle Fransız basınında geniş ölçüde yer buldu: "Bilim insanları sonunda kadınların âdet görürken neden ağrı çektiğini anladı" (*Libération*), "Âdet öncesi gerginlik sendromuna bir protein neden oluyor olabilir" (*La Parisienne*) veya, "Ağrılı âdet: Biliminsanları kadınların neden bundan muzdarip olduğunu biliyor" (*20 Minutes*). 3302 kadın üzerinde yürütülen bu çalışmaya göre, âdet döngüsüyle ilişkili olan, kronik inflamasyona sebebiyet veren C-Reaktif Protein (İngilizce kısaltması CRP olarak da bilinir) suçlu olabilirdi. Bilim insanı değilim fakat şimdiye kadar C-Reaktif Proteinin bol miktardaki varlığının inflamasyon durumunun sebebi değil sonucu olduğuna inanmıştım. Menstrüel döngünün ikinci bölümü, parçalara ayrılan ve rahmin az ya da çok yoğun ve ağrılı kasılmaları sayesinde tahliye edilmeden önce kendini çeperden kurtaran uterus mukozasının inflamasyon durumuyla ayrışır. PMS'den muzdarip olduğunu belirten kişilerde tespit edilen C-Reaktif Protein fazlalığı, yaşamın ya da döngünün o anında, stres veya bağışıklık sisteminin genetik kaynaklı işlev bozukluğunun neden olduğu, normalden çok daha belirgin bir inflamasyonun varlığından ibaret olabilir. Bir hipotez, kronik inflamasyona sebep olan bağışıklık sistemindeki işlev bozukluğunun, PMS belirtilerini başlatıp başlatmadığını bilmediklerinin altını çizen araştırmanın yazarlarınca kabul edildi.

Bu, onları C-Reaktif Proteinin mevcudiyetini oldukça gerçek ve potansiyel olarak ölümcül yüksek tansiyon, şeker hastalığı ve kalp krizi gibi diğer hastalıklarla, PMS yaşayan kadınların bunları çok daha fazla yaşayabileceklerini iddia ederek ilişkilendirmelerini engellemiyor. Sizleri bilmem ama ben yakın zamanda yeni bir ilacın ortaya çıkacağı düşüncesindeyim. Bu

büyük ihtimalle ailelerin kullandığı eski, iyi bir anti-inflamatuar ilaç olacaktır fakat yeni elbisesini, ambalaj üzerine alevli harflerle yazılan "PSM" ibaresiyle taşıyacaktır.

Bu sırada size âdet öncesi gerginlik sendromu keyifsizliğiyle savaşmak için kişisel küçük bir sırrımı açacağım: kahve, limon suyu, litrelerce su içip gece yarısına kadar dans etmeye gitmek. Dans gerginliği alır, pelvisi rahatlatır, bas gitar ritimleri kalbi yatıştırır. Bu zamanlarda rahatlamak için orgazm olmak da iyi bir yöntemdir. Birlikte veya yalnız yaşansa da her zaman için elinizin altındadır.

Dansa duyduğum bu merakı, âdet dönemlerimi doktorun öngöremediği ölçüde daha az sıkıntıyla geçirdikten sonra edindim. Ritüel, oryantal veya Çin dansı bedenin dengelenmesine katkı sağlıyor ve bazı natüropatlar* harikalar yarattığı varsayılan, "rahim dansı" olarak adlandırılan bir *gynégym* dahi geliştirdiler. Çigong ve tai-chi egzersizleri döngümün son yıllarını, hormonlarım hız trenine binmişçesine değişkenlik gösterirken çelişkili bir sükûnet içinde geçirmemi sağladı.

Basit kurallara uymadığım veya bedenime güvenmediğim için, vücuduma birçok kez kötü davrandım ve bağırsak hareketlerimi ölümcül felce yakın bir yavaşlamaya sürükleyerek midemi tıka basa parasetamol doldurmaktan toksik hepatit sınırından döndüm. Ruh hâlimdeki çalkantılar gibi sözde katameniyal migrenim de menopoz sonrasında devam etti. Tek fark birilerinin, bir ihtimal âdet görüyor olabilir miyim diye sorup canımı sıkmaması.

Bir tek âdet kramplarımı yatıştırmak için kenevir deneyememiş olmaktan pişmanlık duyuyorum –kaçıklar tarafından vurulmakla meşgul olmadığı zamanlarda Kraliçe Victoria'nın da kullandığı söylenen kenevir. Oyuncu Whoopi Goldberg bu ürünü, kadınlara yönelik, kenevirden yapılan ve menstrüel ağrıları dindirdiği varsayılan bir ovül markası yaratmak için Maya Elisabeth ile güçlerini birleştirerek Amerika'da piyasaya

* Hastalıkları iyileştirmek için doğal ilaç ve tadaviler kullanan alternatif tıp uzmanları. (ç.n.)

sürdü. Bunun yanında fitil gibi vajinal veya anal yolla alınabilen, rahmin hayal alemine dalmasına uygun hazırlanan ilaçlar pazarlayan Kaliforniyalı şirket Foria var.

Haydi bu haberi yayın kızlar ve aşırı derecede ağrı yaşıyorsanız bir ihtimal endometriozisiniz olup olmadığını soruşturmayı unutmayın. Çünkü herkes PMS'nin var olduğuna ikna olsa da, hiç kimse Fransa'da 2 ila 4 milyon, dünyada 180 milyona yakın kadını etkileyen biyolojik hastalık endometriozisin var olduğuna uzun süre inanmadı. Üstüne üstlük, endometriozis bunu yaşayan kadınların kısır olmalarının birinci nedeni: Bu kadınların %30'u, eğer çocuk sahibi olmak istiyorsa tedavi olmalılar.

YUMURTALIKTA KIYAMET

Endometriozis ile olan hikâyem 2005 yılında, ben 43, kızımsa 9 yaşındayken başladı. Avrupa Birliği Anayasası Referandumu etrafındaki kampanya en yoğun dönemindeydi ve Fransız seçmenlerin %55'i, bu durumun kanunlaşmasında, herhangi bir şeyi değiştirmeksizin, hayır oyu verdi. Televizyonda, memleketim Marsilya'nın hayali bir mahallesinde geçen dizi *Plus belle la vie*, oyuncu Laëtitia Milot ile büyük bir başarı elde etmeye başlamıştı. Nadia Mladjao isimli genç bir kadın, New York'tan Tracy Chapman'ın *Talkin' bout a Revolution*'ı söylediğini duyduğunda bir aydınlanma yaşadı. Aynı kadın Imany ismiyle, hikâyenin ana karakteri Jo'nun hormonal döngüsü süresince gerçekleşen Audrey Dana filmi *Sous les jupes des filles* [Fransız Kadınları] için 2014'te yazılan hit parça *Don't be so Shy*'ı çıkaracaktı. Aynı yılın kasım ayında, Clichy-sous-Bois'da, Zyed Benna ve Bouna Traoré isimli iki gencin polis kontrolünden kaçmak için bir elektrik trafosunun içine saklandıktan sonra elektrik çarpması sonucu ölmeleriyle, daha sonraları "banliyö isyanları" olarak anılacak olaylar patlak verdi. 10 yıl sonra gerçekleşen duruşmada polislerin suçsuz olduğu sonucuna varıldı.

Aynı dönemde yumurtalıklarımdan biri, 4 cm çapında hatırı sayılır büyüklükteki, bana büyük ağrılar çektiren kistler-

le dolmaya başladı. 1996'da çocuk sahibi olmamı sağlayan saygın jinekoloğum bana ilk olarak ponksiyon önerdi. Bir kış sabahı banliyöler savaş alanına dönmüşken, jinekolog güçlü bir tokalaşma sonrası o kendi işlerine ve ben de benimkilere geri dönmeden önce ıslık çalarak vücudumdan kahverengi bir sıvıyı çekip aldı. Genital sistemim, sönümlenen isyanın aksine, jinekoloğun baharın başında "daha kötüye gitmeden" önce kurtulmamı tavsiye ettiği kistler üretmeye devam etti. Alt karnımdaki isyanın bir ismi vardı: endometriozis. Doktorumdan bana bu garip hastalığın ne olduğunu açıklamasını istediğimde, kaçamak bir cevap verdi: "Tam olarak bilmiyoruz. Çok fazla seyahat eden iş kadınlarının hastalığı. Nasıl tedavi edileceği tam olarak bilinmiyor". Konu neden meydana geldiğini öğrenmeye gelince, yürekli olmak gerekiyordu: "Bunlar, âdet esnasında vajina tarafından tahliye edilmek yerine, açıklanamaz bir biçimde Fallop Tüpü aracılığıyla batından yukarı çıkan ve rahime, yumurtalıklara, rektuma, idrar torbasına, bağırsaklara, hatta bazen mideye, diyaframa, akciğere, beyne yapışarak vücuda yayılan rahim dokularıdır. Bağışıklık sistemi tarafından ortadan kaldırılamayan bu rahim dokuları, âdet anında tahliye edilmeleri gerekip bu asla gerçekleşmediği için iltihaplanıp hormonal döngülere tepki göstermeye devam ederler. Endometriozis hastası bazı kadınlar ara sıra bu yüzden şiddetli ağrılar çeker".

Operasyonun hareketlerimi 48 saat kısıtlaması gerekiyordu. Gerçekte ise, bir haftası hastanede olmak üzere, iş kadınlarının neden böyle bir hastalığa yakalandığını merak ederek üç hafta yatağa çivilenmiş hâlde kaldım. Operasyondan sonraki gün jinekoloğum bana suçlu bulunan yumurtalığını almak zorunda olduğunu ve batınında endometriozisten gerçek bir "örümcek ağı" olduğu için geri kalanı Kärcher'le* temizlediğini açıkladı. Afalladığımı görünce, elbette Nicolas Sarkozy[11] olmadığını, as-

* Basınçlı yıkama makinesi markası. (ç.n.)

11. İki hasım çete arasındaki kavgada serseri kurşunun hedefi olan Sid-Ahmed Hammache isimli 11 yaşındaki çocuğun ölümünden sonra dönemin İç İşleri Ba-

lında, *lazer* kullandığını açıklığa kavuşturdu. Batınımdaki dev bir örümcek ağına hücum etmek için lazer silahları kuşanmış jinekoloğumun görüntüsü bir an duraksamama neden oldu.

Ona göre, kistlerin tekrarlamasını önlemek için döngümü yapay bir menopozla durdurmak gerekiyordu, amaç âdet kanının organlarımı sömürgeleştirmek için rahmimden göç etmeye devam etmesini önlemekti. Sömürgecilikle birleştirilen bu göçebe rahim metaforu beni rahatsız etmişti. Yani batınında rahim hücrelerinin kaçmak istediği bir isyan mı vardı? Batınımın büyük dünyasında kaybolmuş, vaat edilmiş toprakları arayan, kaçak göçmenler gibi oraya buraya giden, harika ağlarını örmek için sömürgeciler gibi zavallı bağırsaklarıma vahşice saldıran küçük dokuları hayal ediyordum. Jinekoloğum tarafından önerilen çözüm, yıkıma uğrayan Irak üzerine bomba atan Amerikan füzelerinin radikalliğine sahipti: Küçük ekosistemime, genellikle prostat kanseri tedavisinde erkeklere reçete edilen Decapeptyl adı altında satılan devasa bir doz GnRH analoğu agonisti (gonadotropin-salgılatıcı hormon) enjekte ederek, orada savaş ilan edilecekti. Bunun sonucunda jinekoloğumun doğal bir biçimde uzadığını görmeyi umduğu geri çevrilebilir yapay menopoz gerçekleşecekti. Analog agonistlerin zamanından önce terör estirecekleri fikrinden endişe ettiğimden, jinekoloğum âdetin yokluğunda rahim dokularının alt karnımda dolaşmaya gitmek için sürüden ayrılmayacaklarının güvencesini verdi.

43 yaşında menopoza girme fikri beni büyülediğinden değil de her zaman elimizden gelenin en iyisini yapmamız gerektiğinden, jinekoloğumun tavsiyesine uydum ve döngümü engellemek ve kanamamı durdurmak için tedaviye giriştim. Size ne kadar zor olduğunu anlatamam. Yapay bir menopoz, tıpkı menopoz gibi, fakat yoğunlaştırılmış hâli. Yani vücudunuzda

---

kanı Nicolas Sarkozy, 19 Haziran 2005 yılında Courneuve Bölgesi'ndeki 4000 sitesine yaptığı ziyaret sırasında, "Yarın siteyi Kärcher ile temizleyeceğiz. Oraya gerekli insan gücünü yerleştireceğiz, zaman gerekecek ama temizlenecek" diye açıklama yapmıştı.

bir çöl fırtınası gibi günden güne, hormonal bir devrim yaşanıyor. GnRH analog agonistleri, onu bu vücutta 3000 yılına kadar yetecek östrojen ve progesteron olduğuna ve bunları salgılamaya gerek olmadığına ikna edebilmek için hipofiz bezi sinyallerini bombalıyor. Hipofiz bezinin düzenli olarak döngüyü tetikleyen hormonlar üretmesinin kesilmesiyle yokluk krizine benzer birçok belirti ortaya çıkıyor: kritik bir düzeye ulaşıldığının işaretini verecek ölçüde yüksek endişe hâlinin yanı sıra; sıcak basması, sinirsel gerginlik, başı duvarlara vurduracak migrenler, kâbuslarla dolu kısa uyuklamalar serpiştirilmiş uykusuzluklar. Su mu maden suyu mu? Şekerli mi şekersiz mi? Sağa mı sola mı? Birkaç gün içinde bu sıradan kararlar, hormon eksikliği yaşayan beynim için içinden çıkılması imkânsız ikilemlere dönüştü. Libidom da uyuşmuş gibiydi ve vajinal kuruluk yaşıyordum. Sonunda bir pazar, kahvaltıda yumurta yiyip yemeyeceğime karar veremediğim için gözyaşlarına boğuldum, artık gerçeklerin farkına varmalıydım: Analog agonist beni alt ediyordu.

Bir aylık tedavi sonrası, onları çöpe atarak çevreyi kirletmekten kaçınmak için bende kalan Decapeptyl kutularını eczaneye geri verdim. Çöpe atsam, mahalledeki hayvanlardan Florida'daki timsahlara kadar tüm hayvanları erken menopoza girme tehlikesine düşürebilirdim. Kendimden pek emin değildim, hormonal döngüye değilse de mide ülserine sahip olan erkek kardeşimin tavsiyesiyle, endometriozisle daha kolay bir yoldan yüzleşmek için bir akupunktur doktorundan randevu aldım. Hipofiz bezim ve sağ kalan yumurtalığım arasındaki güçsüz bağı öfkeyle çizerek bana vaaz vermeye başlayan söz konusu akupuktur uzmanı, bir nezaket timsali değildi: "Acaba yaptığınız şeyin farkında mısınız?" diyerek kızardı. "Acaba kendi bedeninize karşı bir suikast düzenlediğinizin farkında mısınız?" Hakkında çok fazla şey söylenen bu tedavinin beni düşürdüğü içler acısı durumda, onu yalnız başına sinirlenmesi için rahat bırakmaya karar verdim. Normalde ona uygun birkaç laf ettikten sonra tabanları yağlardım ama, tek kelime etmeden

işkencemi hafifletmesi için beni her yerimden iğnelemesine izin vererek uzandım. Birkaç seans sonra sinirleri yatışmıştı ve ben de kendimi daha iyi hissediyordum. Yumurtalığımın yeniden dolduğu, idrar torbama dayanıp parkta koşu yaptığımda idrar kaçırmama neden olan süreç dışında, rahmimle aramda sonunda görece bir barış kuruldu.

Yapay menopozu durdurmaya karar verdikten sonra bana sükûnetle karşılık veren agonist jinekoloğuma telefon açma zahmetine girdim. Gülerek, "İşler sizinle her zaman hareketli. Ne olacağını göreceğiz. Bazen kendi başına iyileşiyor. Ah, bu arada laboratuvar sonuçlarını aldım: Lezyonlarınızda hiçbir anormal hücre yok" dedi. Önce rahat bir nefes aldım, sonra bu hastalığın daha önce tanı koyulmaksızın neden bir anda ortaya çıktığını sordum. "Aa, kuşkusuz bu hastalığa hep sahiptiniz, genelde kronik bir hastalık. Ama stresle kötüleşebiliyor veya tetiklenebiliyor" dedi. İşte o an rahmim "stresli" olarak nitelendirilebilecek olaylara maruz kaldığı sırada yaşadığım talihsizlikleri hatırladım.

ÜREME YASAĞI

1991 yılında, cinsel yaşamımı isteyebileceğimden çok daha az zevkli hâle getiren düzenli pelvik ağrıları neden yaşadığımı anlamaya yönelik, yıllarca süren başarısız araştırmalardan sonra, rahim boynunda görünürde human papillomaviruse (HPV) benzer prekanseröz [kanser öncüsü] lezyonlar keşfedildi. Feromonların ve Amazon ormanlarının bereketli güzelliğini anıştıran şairane ismine rağmen, human papilomavirüs mümkün olduğunca uzun süre yaşamayı uman ve bu süreç içerisinde üremek isteyen kadınların dostu değil. Dolayısıyla bu lezyonları ortadan kaldırmak için hiç de kolay olmayan bir ameliyata girmem gerekti. İlk olarak, uyandıktan hemen sonra çarpıcı bir tepki gösteren bünyem anesteziyi –hayatımda ilk defa anestezi aldım– kaldıramadı. Çarpıcı derken, bedenimin yatakta şeytan tarafından ele geçirilmişim gibi sıçramasını kastediyorum. Sonrasında ağrı o kadar şiddetliydi ki çığlık

attım ve hastanelerden tiksinmesine rağmen beni ziyaret etme cesareti gösteren annemden başlamak üzere konuyla hiçbir ilgisi olmayan insanlara hakaretler yağdırdım. Sonunda rahim boynundaki iyileşme öyle bir boyuta geldi ki yol bütünüyle kapandı, o kadar ki âdet kanım artık akamıyordu ve yolu açmak için iki hafta sonra yeni bir ameliyata girmek zorundaydım.

Cerrah bana kötü bir haberi olduğunu söylemek için aradığında en kötüsünün sona erdiğini sanıyordum: Biyopsiye göre lezyonlar öngörüldüğünden çok daha fazla yayılmıştı ve yeniden müdahale etmek gerekiyordu. Bir yandan yatağımın derinliklerinde nefessiz bir şekilde 1940'lı yılların Amerikan komedilerini izlerken, diğer yandan da rahatlayabilmek için *Bloody Mary* içtiğim bir ay geçirdim. Bu süreç boyunca özellikle bayıldığım yemekler yedim, sevdiğim kitapları tekrar tekrar okudum ve ormanda kuşlarla sohbet ederek yürüyüşler yaptım. Ölümümün yakın olduğuna ikna olduğumdan kendi şartlarımı da öne sürdüm: Bu defa 16. bölgedeki o korkunç kurum yerine Gennevilliers'in derinliklerinde bir başka klinikte ameliyat olacaktım. Madem ölümcül bir hastalığa sahiptim, bana sığınak olacak bir yere kavuşmayı tercih ederdim: "İlk basamak" tedavisinden kâr elde edilmeyen komünist bir belediyenin işçi sağlığı kliniği. Anestezinin dozajının daha iyi ayarlanmasını da istedim. Ayrıca birilerinin acı çekmediğimi ya da kapris yaptığımı söylemesine izin vermem söz konusu değildi. Kötü muamelenin de sınırları vardı.

Ameliyat günü Yunan Tanrıları gibi yakışıklı 1,90 boyundaki bir sedye taşıyıcısı beni odamdan almaya geldi. Hepsi kullanıldığından maalesef hiç sedyesi yokmuş. Kumandalı yatakların, tek kişilik odaların ve çok kanallı televizyonların yokluğunda esas destekçinin insan sıcaklığı olduğu bir yer seçmekte haklıymışım. Zira sedye taşıyıcısı beni ameliyathaneye kadar kolları arasında, evlilik marşını –kim bilir hangi sebeple– söyleyerek taşımaya karar verdi. Beni dikkatlice ameliyat masasına bırakırken, uyuyana dek kalacağına söz verdi ve öyle de yaptı. Ameliyathane gün ışığıyla aydınlanmıştı, hava günlük güneş-

likti ve çiçekli ağaçların arkasından komşu kentin binalarını görebiliyordum.

Uyandığımda cennetteydim: Cerrah, nakledilen kana morfin konmasını istemişti ve bu an, şakasına evlendiğimiz için beni neşeyle selamlayan koruyucu meleğim sedye taşıyıcısının ziyareti ile birlikte en güzel hatıralarımdan biri olarak kalacak. Bu garip maceranın taçlandırılması cerrahın ikinci kez arayıp iyi haberi vermesiyle gerçekleşti: Biyopside bu sefer hiçbir anormal hücre ortaya çıkmadı. "Hiçbir anormal hücre yok mu? Öyleyse bir hiç için mi tekrar ameliyat oldum?" Bundan sonra Mösyö Çift Bıçaklı olarak anacağım cerrah nasıl cevap vereceğini bilemedi. "Laboratuvar *atipik* hücrelerle *sikatrisyel* hücreleri karıştırmış olabilir mi?" Yine cevap yok. Daha sonra, ikinci kez rahim boynumu açmak için müdahale edip âdet kanının akışını sağlaması gerekirken ağzından isteksizce "dönüşüm histerisi" ifadesi çıktı. Dönüşüm histerisinin, ortaya psikolojik bir acı çıkarmak için yapısal bir temeli olmayan nörolojik rahatsızlıkları taklit etmeyi içerdiğini hatırlayalım. Ona, öyleyse biyopside gözlemlenen atipik hücreleri hangi yolla yaratmış olabileceğimi sordum ve en ufak bir fikri olmadığını kabul etti. "Yani kısacası, siz bu konuda hiçbir şey bilmediğinizde, ben kesin histerik oluyorum, öyle mi?"

1991 yılında, endometriozis pek gündemde değildi ve bana, ondan etkilenen kadınların %30 ila %40'ını kısırlığa sürükleyen bu hastalığın teşhisinin konduğunu hatırlamıyorum. Ancak rahim boynum öylesine zarar görmüştü ki âdet kanım azar azar akıyordu ve sanırım o sıralar karnımda keşfe çıkmak için dolambaçlı yollar kullanma alışkanlığı edindiler.

Artık sünnetli ve travmalı olan rahmimin bir diğer istenmeyen etkisi, spermlerin tırmanmayı başaramaması ve gerekli aşamalarda kıvrımlarında meze olarak beklenen servikal mukusu bulamamalarıydı. *Bloody Mary*, Cary Grant'in güzelliği ve kuşlarla yaptığım sohbetler sayesinde kendiliğimden iyileşmiş olmamı veya laboratuvarın yanılmış olabileceğini itiraf etmektense bana histerik muamelesi yapan ilk cerrahım beni aptal

yerine koymaya devam etti ve bana temelleri basit görünen ekstraüterin [rahim dışı] yapay döllenme reçetesi yazdı: Ben, hafifçe tetiklenmiş olması gereken yumurtlama gününü belirlemek için her dört sabahta bir kan tahlilleri yaptırıp, vajinal ultrason çektirirken, partnerim bir kenarda mastürbasyon yapmak zorundaydı. Sonra belirlenen günde, toplanan spermi bir tüp aracılığıyla konuk edebilmek için jinekolojik muayene masasına uzandım. Ancak üremeye etkisi bakımından doğal döllenme ve bu sözde tedavi arasında hiçbir fark yoktu çünkü döllenmenin önündeki temel engel olan sikatrisyel rahim boynum, inatçı bir biçimde kapalı duruyordu. Cinsel ilişki bakımından ise zevkle ilgili birçok şey kaybetmiştik.

Dört başarısız denemenin sonunda Mösyö Çift Bıçaklı ile yollarımızı ayırmaya karar verdim ve bir uzman olmakla kalmayıp eşsiz bir insan olan şimdiki saygın jinekoloğumdan randevu almayı başardım. Bununla birlikte her biri fazlasıyla zahmetli olan birçok muayeneye maruz kaldım. Yine de bir noktada ona Uterus gezegeninin mekânsal keşfinin sinirlerimi bozduğunu hatırlatmak zorundaydım. "Fakat bunlar emin olmak için!" diye savundu kendini. "Neyden emin olmak?" diye karşılık verdim. "Rahmimi, fallop tüplerimi, yumurtalıklarımı, hipofiz bezimi gördünüz, kanımı çektiniz, salgılarımı aldınız, partnerimin spermini incelediniz. Emin olmak için ne eksik? Açık kalp ameliyatı mı?"

O zaman vazgeçti ve rahim içi inseminasyona [aşılama] geçmeyi önerdi. Teoride basit görünüyordu. Pratikte ise çok daha zorlu olduğu ortaya çıktı. Başarı şansını artırmak için yumurtlama bir kere daha "izlenmiş", uyarılmış ve tetiklenmişti. Âdetin ilk gününden itibaren hormon iğneleri yapıldı, sonra vajinal ultrason yoluyla, aynı anda alınan sperm ile birlikte gerçek döllenmeyi izleyen tetiklenme anına kadar yumurtlamanın gelişimi izlendi. Bu iğnelerden birinin ambalajı üzerinde, menopoza girmiş kadınların idrarından alınan bir madde olan Human Menopozal Gonadotropin'i (HMG) okuduğumda yaşadığım şaşkınlığı hatırlıyorum. Menopoza girmiş bir kadının idrarı sayesinde hamile kalma fikri zaten rahatsız

ediciydi, fakat hormonların yumurtalıklarım üzerindeki etkisini gözlemleyebilmek için herkesin önünde prob cihazı ile girmek zorunda olduğum garip cinsel ilişkilerin yanında hiçbir şeydi. İzleme seansları boyunca ekranda gözlemlenebileceği üzere, bir oosit yerine, 4 ya da 5 tane yumurtlayabilmiştim, buna karşın hiçbiri döllenememişti. Sanırım havlu atmaya karar vermeden önce bu türde beş tedavi yaptırdım.

Jinekoloğum bu yüzden tempoyu yükseltmekte, yani *in vitro fertilizasyonda* [tüp bebek] ısrar etti: Önce yumurtalarım alınacak, sonra eşimin sperm hücreleriyle bir tüp içinde bir araya getirilecek ve sonunda potansiyel embriyolar *bir ihtimal* 9 ay boyunca yaşamayı kabul edecekleri rahmime yeniden yerleştirilecekti. Bu fikir moralimi öylesine bozmuştu ki üreme partnerim Mösyö Mastürbatör'e evlat edinme işlemlerine başlamayı teklif ettim. Çift olarak evlat edinebilmek için evlenmeye karar verdik. Aynı zamanlarda jinekolog beni, söz konusu bile olamayacağının güvencesini vermeme rağmen tüp bebek yöntemine (IVF) geçmeden önce son bir inseminasyon [aşılama] yapmaya ikna etti.

Evliliğimiz, Fransa'yı felce uğratacak ve birleştirici sloganı "Hep beraber, hep beraber, evet, evet!" ile kalplerimizi ısıtacak emekli reformu üzerine Juppé Planı'na karşı büyük bir toplumsal hareket başladığı sırada, Kasım 1995'te bir pazartesi günü gerçekleşti. Evlilik töreni öncesindeki pazar akşamı kız ve erkek kardeşlerim ve Goldenberg'den birkaç arkadaşımla Le Marais'deki şimdi yerinde bir giyim mağazası olan bir Yahudi restoranında biberli votkayla sarhoş olacağımız bir gece için bir araya geldik. Sonraki gün belediye binasında hâlâ öyle sarhoştum ki belediye başkan vekili evliliği ilan etmekte tereddüt etti, rıza gösterdiğimden emin değildi. Mucizevi bir şekilde araya giren arkadaşlarım onu ikna etmeyi başardı ve akşamdan kalmalığımızdan kurtaran bir kahve ve kruvasan sonrasında karı ve kocanın evi hâline gelen yuvamıza gittik. Metro ve otobüsler zaten grevdeydi. Bitkin ve hâlâ sarhoş hâlde eve ulaştığımda âdet olduğumu fark ettim. Son moda olduğunu düşündüğüm, evlilik esnasında giymek için sözüm ona vahşi,

Çin'e özgü beyaz saten bir pijama giydiğimden (bence belediye başkan vekilinin kafasını karıştıran ilk şey kıyafetimdi) kan lekesi oldukça belirgindi ve bir daha asla çıkmadı. Derin bir menstrüel uykuya dalmadan önce son inseminasyona başlamak için hastaneyi aradığımı hatırlıyorum. Votka Ukrayna'dan mı gelmişti? Ne olursa olsun inatçı yumurtalıklarımdaki tıkanıklığı açması için Artemis'in bana o iksiri yollamış olduğu fikrini aklımdan çıkaramıyorum.

15 gün sonra, iğneler ve olağan mastürbasyonlardan sonra, Mösyö Mastürbatör'ün spermlerini rahmime gönderen şırıngayı sıkarken bir yandan da ıslıkla "Bandiera Rossa"yı çalan İtalyan bir asistan doktor tarafından yapay döllenmem gerçekleştirildi. Hemşire gülümseyerek elimi tuttu ve mikroskopta inceledikten sonra onları "çok sevimli" bulduğunu söyledi. Spermlerin kişiliğinin mikroskoptan tahlil edilebileceğini bilmiyordum. Aynı zamanda, spermin de inseminasyon öncesinde santrifüj aşaması ve canlandırılmaları için kafein içeren özel bir tedaviye maruz kaldığını öğrendim. Son turda bindikleri atlıkarınca coşkunluklarını artırdı. Noel'den bir gün önce, tatil öncesinde bu meseleden kurtulmak için gebelik testi yaptım: Pozitifti.

Hemen hemen 9 ay sonra –ergenliğinde kişiliğinin bu yanı bir parça eksilmiş olsa da– "çok sevimli" bir gen mirasının taşıyıcısı olan küçük bir kız çocuğu doğurdum. Gametler arasındaki bu şiddetli geçimsizlik, 2005 yılında her iki çiftten birinde olduğu gibi, sonunda boşanmaya karar veren ebeveyn ve çift Mösyö ve Madam Mastürbatör'ün de hakkından gelmişti.

1995 halk hareketi ise 1968'den beri Fransa'daki en önemli ve takip eden 20 yıl boyunca büyük başarı kazanan tek olaydı.

ENDOMETRİOZİSİN BİLİNMEYENLERİ

Sonuç olarak tıpkı Mösyö Jourdain'in düzyazı konuştuğu gibi,* farkına varmaksızın endometriozise sahip olan dün-

* Molière'in *Kibarlık Budalası* isimli oyununda Sahne VI'da geçen meşhur ifade. Bu sahnede ana karakter Mösyö Jourdain, felsefe öğretmeniyle yaptığı konuşmada kırk yıldır farkında olmadan düzyazı konuştuğunu öğrenir. Bu ifade şeylerin farkına varılmadan, tesadüfi veya kasıtsız biçimlerde yapıldığını belirtir. (ç.n.)

ya üzerindeki birçok kadından biriydim. Bu hastalığın âdet anında pelvis ağrısı yaşayan kadınların %40'ını etkilediğini ve kısırlığımda bir rolü olabileceğini asla hayal edemezdim. Hiç kimse beni maruz kaldığım hormonal tedavinin olası etkileri konusunda uyarmamıştı, yumurtalıklarımın çikolata rengi âdet kanıyla dolma eğilimini açıklayabilirler mi, bugün hâlâ bilmiyorum.

Kuşkusuz endometriozis lezyonları, Fransız Ulusal Sağlık ve Tıbbi Araştırmalar Enstitüsü'ne (Inserm) göre iyi huylu metastazlardan ibaret ve bundan muzdarip kadınlar onu, "öldürmeyen kanser" olarak adlandırıyor. Hastalık yine de, vakaların %1'inde, berrak hücreli karsinom [bazal hücreli kanser] ya da endometrial adenokarsinom[12] gibi yumurtalık kanserinin nadir bir alt tipiyle bağlantılı ve bu hastalığı yaşayan kişiler aynı zamanda –görünen o ki en ölümcül– cilt kanserine yakalanma riskini taşıyorlar.

Endometriozis kişiden kişiye çok farklı biçimler alsa da 7 ila 9 yıl arasındaki geç teşhisler ortak özellik olarak kalıyor. Hastalık kaçınılmaz şekilde yayılırken kadınlar yıllarca acı çekiyor. Bu bölümün başında sözü edilen *Plus belle de la vie*'nin oyuncusu ve EndoFrance derneği destekçisi Laëtitia Milot, çocuk sahibi olmak için giriştiği 5 yıllık başarısız denemelerin sonunda bu hastalığa sahip olduğunu öğrendi. EndoFrance derneği destekçisi şarkıcı Imany ise, endometriozis tanısının kendisine 23 yaşında konduğundan ve bu belirtilere 15 yaşından beri sahip olduğundan bahsediyor: Âdet boyunca fakat bazen de öncesinde veya sonrasında yaşanan yoğun ve bitkinleştiren ağrılar. Bazı kadınlar da cinsel ilişki sırasında yaşadıkları ağrılardan, bağırsak ve idrar torbası rahatsızlıklarından söz ediyor.

2000'li yılların sonuna kadar kesin tanı yalnızca cerrahi operasyon sırasında konabiliyordu. Bugün tıbbi görüntüleme; ultrason ve emar, hatta kolorektal tarama ile lezyonların

12. INSERM, "Endométriose" dosyası, Dr. Daniel Vaiman'ın işbirliğiyle gerçekleştirildi (genomik, epigenetik ve fizyopatoloji birimi), Kasım 2013, (www.inserm.fr).

belirgin bir biçimde görüntülenmesini sağlıyor. Bu muayene konusunda uzman olan Doktor Érik Petit, uzun yıllar süren ağrılar ve kısırlığın sonunda onun parizyen muayenehanesine gelmeden önce doktor doktor gezen hastalarla ilgilenecek tıbbi kadronun iyi yetiştirilmediğini ve yetersiz sayıda olduğunu üzülerek söylüyor.

Zira endometriozisin işleyişi hâlâ yanlış anlaşılıyor: Kadınların %90'ında âdet kanının geriye gitmesine, yani pelvik boşlukta birikmesine rağmen, bu kişilerin yalnızca %10'unda biriken rahim dokularının çoğaldığı gözlemlenecektir. Normalde yabancı bir madde, biyolojik imha silahlarını gönderen, davetsiz misafirleri göz açıp kapayıncaya kadar ortadan kaldıran bağışıklık sistemi tarafından yok edilir. Fakat endometriozis vakasında: *asla*. Uterus mukozası dokuları alt karnı, yolları üzerinde hiçbir engel görmeden, sanki bağışıklık sistemi grevdeymişçesine işgal eder. Oysa grevde değildir. Endometriozis ilerlerken, bağışıklık sistemi tuhaf bir biçimde bütünüyle farklı şeylerle ilgilenir. Endometriozis mağduru kadınlar böylelikle çoğu zaman astım, vitiligo veya lupus gibi "otoimmün" denen hastalıklara da sahiptir çünkü bunlar vücudun kendine karşı gerçekleştirdiği bir saldırının sonucudur.

Öyle görünüyor ki *Spiderwoman* tarzındaki bu uterus mukozası istilası, endometriozisi kalıtımsal bir hastalık hâline getiren genetik faktörler nedeniyle yeni endometrial merkezler oluşturabilen hücrelerce yapılıyor. Bu dokuların iç kanaması, çok yoğun ağrılara sebep olabilecek kronik inflamasyon reaksiyonuna neden oluyor. Bu nedenle araştırmacılar "yatkınlık" geni denen bir geni araştırmaya giriştiler ve "hastalıkla belirgin ölçüde ilişkilendirilen genetik çeşitliliği" belirlemeyi başardılar. Bununla birlikte, bu çeşitliliği gösteren kadınların yalnızca %30'u endometriozis geliştirecektir. Inserm'in dosyasına göre, çok daha maksatlı bir çalışma, DNA'daki kimyasal değişimlerin ve özellikle hastalığın gelişme riskini 7 kat artıran kromozomların uç noktalarının gözlemlenmesini sağladı.

Üstelik endometriozis yaşayan kadınlar ile diğerleri arasında, hastalığa bağlı olarak doğurganlığın azalmasına neden olabilecek başka biyolojik ve fizyolojik farklılıklar da bulunuyor. Bir doktorun bana endometriozis yaşayan bir kadını ilk bakışta tespit edebileceğini çünkü bu kadınların ona göre genellikle manken görünümünde[13] olduklarını söylemesine rağmen, biyolojik ve fizyolojik farklılıklar derken, saç rengi ya da bacak uzunluğundan bahsetmiyorum. Prostaglandin şifreleyen genlerden, inflamasyonun kimyasal aracıları ve endometriozis yaşayan kadınlarda besbelli bilmece çözmekle şifre çözmeyi karıştıran enzimlerden bahsediyorum. Genden gene büyük bir farklılık yoktur, özellikle endokrin yıkıcılara maruz kalınması, ilave bir risk faktörü olduğundan, çok daha canlı bir biçimde üstesinden gelinir. Size bir önceki bölümde bu hoş kişiliklerden zaten bahsetmiştim: Ftalatlar, böcek ilaçları, diyoksinler ve organoklorların hastalık üzerinde etkisi vardır. Dr. Daniel Vaiman'a[14] göre, yakın zamanlı bir çalışma doğum öncesinde bisfenol A'ya maruz kalmanın dişi farelerde endometriozise benzeyen bir patolojiyi destekleyebileceğini gösteriyor.

Bu, ne birkaç yıl önce endometriozise "iş kadını hastalığı" denmesinin nedenini ne de bu hastalığın neden özellikle çok seyahat eden kadınlarda görüldüğünü açıklıyor. Aslında bir tesadüf söz konusu olabilir: Sosyal statü sahibi ve eğitim düzeyi yüksek kadınlar genellikle daha geç çocuk sahibi oluyor. Karar verdiklerinde ise, endometriozis yıllar boyunca ağını az ya da çok sessiz bir biçimde örmek için zaman bulmuş oluyor ve doğum kontrol haplarıyla geçirilen uzun yıllar sonrasında kısırlıkla karşılaştıklarından çocuk sahibi olmak istedikleri anda tanı koyuluyor. Çok daha etkili bir tıbbi bakıma erişimleri olduğu için, 1990'lı yıllardan itibaren endometriozis hastası oldukları resmi olarak belirlenmiş ilk kadınlar onlar. Fakat işçi ve memur kadınlar da, kurbanlarını sosyal statülerine bağlı olarak seçmeyen bu hastalığı en başından beri yaşıyorlar.

13. Ben maalesef bu kaideyi bozan bir istisna olmalıyım.
14. Inserm, "Endométriose" dosyası.

Öte yandan doktorlar, endometriozisin yaygınlığının cinsel şiddet veya travmalarla ilişkili olabileceği fikrini öne sürdüler. Bu teori, genetik ya da hormonal rotayı destekleyen ve durumu psikolojikleştiren bu yaklaşımı bir şarlatanlık biçimi olarak gören diğer teoriler tarafından yıkıldı. Bununla birlikte cinsel şiddet üzerine yürütülen çalışmalar, kurbanların otoimmün hastalıkları, kanseri, kalp ve damar hastalıklarını diğer kadınlardan çok daha fazla yaşadığını gösteriyor. Psikiatrist ve viktimolog [mağdur bilimci] Muriel Salmona cinsel şiddet[15] üzerine yazdığı kitabında, cinsel şiddetin sebep olduğu travmaların yalnızca psikolojik değil; bağışıklık sistemini uzun vadede etkileyebilecek fiziksel ve nöronal bir boyutu da olduğunun altını özellikle çiziyor.

Erkek iktidarsızlığına çare bulma aciliyetinin bütün enerjiyi seferber ettiği bir dünyada, uzun süre hayali bir hastalık sayılan endometriozisin tedavisine çok az yer kalıyor. Gen terapisi veya hâlâ bilinmeyen bir bitkiden yapılan mucizevi bir ilaç ortaya çıkıncaya kadar, bu hastalığın bütünüyle tedavi edilmesini sağlayacak hiçbir tedavi yok. Doktorlar ciddiyetine göre 1. aşamadan, en ciddi olan 4. aşamaya geçebilen hastalığa karşı; ya GnRH analoğu agonisti temelli, meşhur erken menopozu ya da âdeti ortadan kaldırmaya yönelik, ağırlıklı olarak anti-inflamatuar içerikli, ağrıyı hedef alan ek tedaviler ile birlikte devamlı haplar öneriyor. Kadınlar endometriozislerini bir doğurganlık muayenesi vasıtasıyla keşfettiklerinde, yapay menopoz önerilmesini mantığa aykırı bulabilirler. Rahimlerinin alınması ise, eğer bir hamilelik planlanıyorsa pek de uygun değildir. Çünkü ameliyat, lezyonların ya da endometriozis kistlerinin yorumlanmasıyla, endometriozisi kontrol altında tutmanın ikinci yolu. Sorun şu ki cerrahi müdahaleler hastalığın ilerleyişini engellemeksizin başka doku yapışmalarına neden olabilir. Laëtitia Milot, yayımlanan bir röportajı sırasında ameliyat sonrasında çocuk sahibi olmayı planlamak için 4 aydan 5 aya bir zaman aralığı verildiğinden bahsetti. Sonrasında lezyonlar yeniden

15. Muriel Salmona, *Le Livre noir des violences sexuelles*, Dunod, Paris, 2013.

gelişmeye başlıyor. Hormonal döngü ortadan kaldırıldığında lezyonlar kanamamış, böylelikle ağrı vermemiş oluyor. Fakat tıpkı Penelopeia'nın dokuduğu bez* gibi onlar da çoğalmaya devam ediyor. Bu hastalığa sahip her kadın için, bir dayanıklılık ve belirsizlik okulu olan endometriozis, yüzyıllardır yaşanıyor.

HİSTERİ, ŞEYTAN ÇIKARMA VE CADILAR

Ünlüleri şarkı söylemek, rol yapmak veya olimpiyat madalyaları kazanmak yerine televizyonda kendi rahimlerinden bahsetmeye iten endometriozisin yakın zamanlı bir hastalık olduğu düşünülebilir. Gerçekte, Doktor Petit'nin merak uyandıran bir makelesinde bahsettiği gibi "bu hastalık oldukça eski ve büyük ihtimalle Mısırlılar tarafından İsa'dan önce 1855'ten beri biliniyor. (...) Platon'un kendisi, bazı kadınların rahimle bağlantılı çok şiddetli ağrılarına dikkat çeken ilk kişilerdendir[16]". 1. ve 2. yüzyıl hekimleri Celsus ve Soranus ve 1. yüzyılda yaşamış Yunan hekim Dioscorides bu bulguları kesin bir biçimde betimler: "İnflamasyon kaynaklı, şiddetli rahim kasılmaları, tüm hayatları boyunca tekrar eden baygınlık veya havale durumuna neden olur". Erick Petit bu tasvirlerin "histeri krizi kavramının kökeninin dölyatağı veya rahmi tanımlayan Yunanca bir terimden" geldiğini açıklıyor. Galen 2. yüzyılda, yaklaşık 20 yüzyıl boyunca "hayali" olduğu düşünülen bu hastalığa dair hatalı algıyı ortaya çıkararak ruh ile rahim hastalığı arasında bağlantı kuran ilk kişidir. O dönem tavsiye edilen tedavi bugün gerçekleştirilenden pek de uzak değil: Hayıt otu veya adaçayı, boğa idrarı ya da teke testisi gibi hormonal salgıları düzenleyen bitki veya hayvansal maddeler söz konusu. Ama esas tedavi evlilik. Tekrar eden hamilelikler, takip eden emzirme dönemi, âdeti ve dolayısıyla lezyonların gelişmesini bugün doğum kontrol haplarının yaptığı gibi fiili olarak durdurur.

---

* Kocası Odysseus Truva Savaşı'ndayken, Penelopeia'nın taliplerini savuşturmak için gündüzleri örüp geceleri söktüğü bez. (ç.n.)

16. Eric Petit, "Histoire de l'endométriose de l'Antiquité à nous jours", *Imagerie de la Femme*, Cilt 26, Sayı 1, Mart 2016.

Ortaçağda endometriozis hastası olmak, bulgular şeytanın bedeni ele geçirmesinin belirtilerinden sayıldığından tehlikeliydi. Kadınlar yalnızca her döngülerinde acı çekmekle kalmıyor, şeytan çıkarma ayinlerine maruz kalıyor ve belki de ölüme mahkûm ediliyorlardı.

Hastalığın kavranması Rönesans'ta özellikle Ambroise Paré sayesinde gelişim gösterse de, durum, histerinin cadılığın bir biçimi olarak kabul görüldüğü 17. yüzyılda yeniden kötüye gitmeye başladı: Kadınların yaşamı, acı çektikleri veya acı çekenleri tedavi etmeye çalıştıkları için kazığa oturtulup yakılmakla sonlanabiliyordu. 18. yüzyılda endometriozis kurbanı kadınlar "ruhsal olarak dengesiz" ve ahlaki olarak değersiz görülürlerdi diye devam ediyor Érick Petit: Tüm kanıtların aksine kadınlar, bu "histerinin" nemfomaniyle [aşırı seks düşkünlüğü] bağlantılı olduğunu iddia edecek kadar ileri gidilerek akıl hastanelerine kapatılıyordu. Endometriozisten muzdarip kadınların, tam tersine cinsel ilişkiden kaçınma eğiliminde olabileceği bilindiğine göre, bu suçlama korkunç derecede ironik.

19. yüzyılda jinekolojinin gelişmesiyle birlikte, hastalığın kavranışı 1858'de hekim Armand Trousseau tarafından "hematosel katameniyal" ismiyle tanımlanmasıyla dikkate değer bir ilerleme kaydetti. Jinekologlar, cerrahlar, patolojik anatomi uzmanları araştırmalarında ilerleme kaydediyor ve kesin bir biçimde pelvik lezyonlar ve âdet arasında bağlantı kuruyorlardı.

Endometrioz, daha doğrusu endometriozis terimi ancak 1927 yılında ortaya çıktı. Bu ismi, bu tarihten itbaren "endometriozisin babası" olarak kabul edilen Amerikalı jinekolog cerrah John A. Sampson'a borçluyuz. Böylesi bir hastalığın "babası" olmakla gururlanmak garip görünse de bu kişinin tüplere, foliküllere ve rektouterin çukura kendi soyadlarını vermiş olan selefleri Falloppio, De Graaf ve Douglas'ın gösteremediği bir alçakgönüllülüğe sahip olduğunu kabul etmek gerekir. Görüldüğü üzere, kadın anatomisi, keşfedilmemiş bakire topraklara bayraklarını diken kaşifler, kapalı ambarların üzerine işaretlerini bırakan grafiti sanatçıları ya da idrarlarıyla alanlarını

işaretleyen köpekler gibi, keşiflerini imzalamaya önem veren erkek isimleriyle dolu.

1940'lı yıllardan itibaren endometriozisin bütün olası sınırlarının tanımlandığını ve teşhisin ergenlikten başlayarak konabileceğini öğrenmek güzel. Kötü olan 1970'li yıllara kadar vakaların %70'inin saptanamaması ve Platon'dan beri fizyolojik bir hastalığa karşılık gelen histerinin, Charcot'dan itibaren onunla bağlantılı olan olası bedensel belirtileri dikkate alınmaksızın ilk olarak bir nevroz gibi tanımlanması. Histeriyi, psikalaniz tarafından tanımlanan nevrotik duygu bozukluğunun varlığını belirtmeksizin, bir "hayal gücü" hastalığı olarak görme biçimi bu hastalığın kurbanlarınca bir hakaret olarak değerlendiriliyor. Özellikle histerik olmanın günlük dilde nedensiz olarak abartılı bir şekilde sinirlenmeyi içeren bir kişilik özelliği hâline gelmesinden dolayı. Oysa "histeriden" muzdarip kadınlar hastalıklarını uyduruyor değiller. Uzun süre ikiyüzlü muammelesi gördüler, hâlâ iyi tedavi görmüyorlar, saygı görmüyorlar ve hâlâ hasta ruhlu olduklarından şüphe ediliyor.

Bir gün endometrioz için bir tedavi bulunacak mı? Doktor Ėrick Petit gelişmekte olan genetik, epigenetik, immünolojik ve endokrinal alanları gündeme getiriyor. Bu sırada kendilerini adlandırdıkları şekliyle *endogirls*, hastalığın resmi makamlarca tanınması ve kabul görmesi için çalışıyor. Öncelikleri; ağrılı âdetler yaşayan kadınlara, geri dönüşü olmayan lezyonların gelişmesini önleyebilmek amacıyla mümkün olduğunca erken tanı koyulması. Endometriozisin üstesinden gelmek için tek çözüm âdet tabusunun üstesinden gelmektir. Bir sonraki bölümde göreceğimiz gibi iyileşmek, hayal edebileceğim her şeyden çok daha olağanüstü bir macerayı böylelikle görünür kılabilir.



KANLI HİKÂYE

Hayatımın 35 ve 40 yaş arasındaki döneminde, âdetimin ilk günü, aile hayatının sıradanlığından kaçmak için şık bir barda *Bloody Mary* içme alışkanlığı edinmiştim. Bitirmem gereken bir dosya veya geç saatte bir toplantım olduğunu söyleyip, romantik bir özgürlük akşamı –bazen gecesi– için gizlice kaçardım. Karmaşık isimli kokteyllerin servis edildiği, fonda caz çalan bir barda adı sanı bilinmeyen biri olmak, üzerimde hayat kurtaran yenileyici bir güç bırakıyordu. Bazı zamanlar geceyi, eve ancak şafak vaktinde, güneşi ve kızımın uyandığını görmek için dönerek, sabaha kadar dans etmek üzere bir gece kulübünde geçirirdim. Ama çoğu zaman yalnızca bir kadeh içerdim. Sadece zenginlerin girebildiği bir mekâna girme fikri alkolde boğulmaya ihtiyaç duymaksızın sarhoş ediyordu beni. En sevdiğim barlar aynı zamanda akşam yemeği yenip, zemin katında müzik dinlenebilen *Sélect*, *Intercontinental* ve *China Club*'tı.

Birkaç ayın sonunda bu işletmelerden birinde Félix isimli harika *Bloody Mary* hazırlayan bir barmenle pek samimi olmuştum; votka, domates suyu, limon, acı biber, lezzeti artırmak için kemirmelik bir sap kereviz. Efsaneye göre, bu kokteyl

1920'li yıllarda *Ritz*'deki bir barmen tarafından, karısı Mary'nin ("bloody" hem kanlı hem de lanetli anlamına geliyor) nefesindeki alkol kokusunu hissetmeyeceği bir kokteyl isteyen Ernest Hemingway için icat edilmiş.

Avrupa güzeli olmamama ve oldukça şüpheli görünen saç modelime rağmen, bana yaklaşan erkekleri şu cümlelerle başımdan def ettiğim oluyordu: "Kendi yoluna git *be adam*, çünkü âdet oldum ve keyfim yok". En akıllıları bunu gülerek karşılıyordu, diğerleri kapana sıkışmış bir hayvanınkine benzer bakışlar atıyordu, ama genellikle büyük bir kısmı ses çıkarmadan kendi yoluna gidiyordu. Félix bu anı bir uzman gibi değerlendirirdi ve ben tiradımı bitirdiğimde bir yerlere saklanıp kahkahalara boğulurdu. İlk kez vajinal komünizmden –diğer bir deyişle âdetimden– bahsetmeye başladığım kişi oydu. Çünkü adı sanı bilinmez olmanın faydalarından biri, özel konuları arkadaşlarla çok daha kolay bir şekilde konuşabilmeye olanak sağlamasıydı.

Félix konuyla oldukça ilgiliydi. Çünkü kendi deyimiyle *First Lady*'si, sevişmeyi özellikle âdet dönemlerinde seviyordu ve o da, ikisini de doruklara çıkaran bir *cunnilingus vampiricus* için karısının kanından küçük bir yudum almaktan nefret etmiyordu. Âşıklar yine de endişeliydiler: Bu cinsel eylemler sağlığa zararlı mıydı? Gazeteci olduğumu ve "hatunların sorunlarının" içine daldığımı bildiğinden –erkek arkadaşlarımın birçoğu gibi– Félix de beni kısa süre içinde kadınlığın yürüyen bir ansiklopedisi olarak görmeye başladı.

Bugün bildiklerimi o dönemde bilmiyor olmaktan dolayı üzgünüm çünkü Félix âdet kanının sağlığa zararlı olmamasının dışında; kalp ve damar hastalıkları, diyabet, kireçlenme ya da kanser gibi çok çeşitli hastalığı tedavi edebilen –hatta bazı insanları, bir gün, sayesinde ölümsüzlüğe ulaşmaya ümitlendiren– oldukça yetenekli kök hücreler içerdiğini bilseydi çok mutlu olurdu. Fakat 2000'li yılların başında, Félix'e ölçülemez güçleri olan kutsal bir iksir yapma sırrını vererek, onun insanlık tarihinde kanlı partiler konusundaki pozisyonunu güçlendirmeye yetecek bir mitoloji keşfettim. Kitaplardan elde

ettiğim bilgim sayesinde birkaç kadeh ücretsiz *Bloody Mary* ve hatta Félix'in keyfi yerindeyse fazladan birkaç sap kereviz alma hakkım vardı.

KOKTEYLLER VE SİMYA İKSİRLERİ

Favori barmenime söylemem gerektiğini düşündüğüm ilk şey, karısıyla âdet döneminde sevişerek kızıl saçlı bir bebeğe sahip olma riskini aldığıydı. Yüzyıllardır süregelen bu efsane, yumurtlamanın, döngünün ilk gününden itibaren gerçekleştiğini varsayar; ki bu oldukça nadirdir. Ama bu durum Félix'in umurunda değildi çünkü karısı İngiliz ve kızıldı. Karısının bu genini kendi nesline aktarmasını umuyordu, özellikle de kız çocuğu olursa, zira ona göre dünyanın en güzel kadınları yeşil gözlü kızıl saçlı olanlardı. Fransa'da 19. yüzyıla kadar, "saygın kadınları" ayırt edebilmek için fahişelerden saçlarını kızıla boyamaları istenirdi ve ortaçağda, onları olası bir cadı ya da şeytanın hizmetkârı yapan ateş rengindeki saçlarından dolayı birçok kızıl yakılarak öldürüldü. Barbara G. Walker'ın 1983'te Amerika'da yayımlanan büyüleyici kitabı *The Woman's Encyclopedia of Myths and Secrets*'ta[1] belirttiği gibi, bu ayırt edici özelliğin nadir görülmediği İngiltere'de, Viktorya devrinde takke ile doğan; yani başı hâlâ su kesesiyle örtülü çocuklara, âdet döneminde hamile kalındığını ve durugörü veya okültizme yetenekleri olabileceği düşünülüyordu. Örgü konusunda uzman, çok az bilinen bu sanat üzerine yüzlerce eser borçlu olduğumuz bu feminist gazeteci, kolaylıkla ulaşılabilen ve belgelere dayalı bir eser içinde mitler ve dinlerdeki kadınlardan bahsedilen çok sayıdaki kaynakçayı derlemek gibi harika bir fikre sahipti.

Félix böylelikle ilk insanın sahip olduğu Adem (Adam) isminin yalnızca "kırmızı topraktan yapılan" değil –zaten bunu da bilmiyordu– aynı zamanda "toprak ve kandan yapılan" anlamına da geldiğini ve bu ismin, insanın Ay'a ait bir mens-

1. Barbara G. Walker, *The Woman's Encyclopedia of Myths and Secrets*, Harper and Row, San Francisco, 1983.

trüasyonun meyvesi olduğunu söyleyen önceki bir mite atıfta bulunduğunu öğrendiğinde çok şaşırdı. İbranice kan kelimesi *dam*, Hint-Avrupa dil ailesinde *dame*'da [kadın] veya *J'ai descendu dans mon jardin* isimli geleneksel bir Fransız şarkısının *gentil coquelicot Mesdames, gentil coqueliot nouveau*[2] [Tatlı gelincik kızlar, tatlı yeni gelincik] nakaratında olduğu gibi "anne" ya da "kadın" anlamına gelir.

Hıristiyan Komünyon Ayini'ne başka bir gözle bakmamızı sağlayan âdet kanı ve şarap –fakat aynı zamanda sperm ve ekmek– arasındaki sembolik benzeşmeden daha önce 3. Bölüm'de bahsetmiştik: "İçin, bu benim kanım". Bu meşhur sözün kaynağı âdet kanını ima eden eski gizemlere dayanmıyor muydu? Hz. İsa'nın çarmıha gerilmesi de; kanının, gövdesinin yanından akıtılma biçimiyle, erkeklerin Büyük Tanrıça'nın âdet kanına benzetmeye veya sahip olmaya çalıştıkları taklitleri akla getiriyor.

Bunun dışında Hindu geleneğinde vedik ritüel içeceği *somanın*, süt okyanusunu çalkalamaktan [Samudra Manthan] geldiği varsayılıyor, ki bu okyanus tanrıların doğduğu büyük menstrüel banyo: Büyük Tanrıça onları rahminin kanlı selinde yüzmeye davet etmiş ve yaşam pınarından içtikten sonra göklere kadar yükselmişlerdi.

Antik Mısır anlatılarına göre Firavunlar, "sa" ismiyle bilinen kutsal bir içecek olan İsis'in kanını içtiklerinde ölümsüzlüğe ulaşırlarmış. Bu ölümsüzlük iksiri Farsçada *Amrita* veya "Tanrıça ananın sütü" olarak adlandırılırdı. Yine Ay ile bağlantılı olan bu mayalanmış içecek, kutsal kan ile ilişkili olabilir. Barbara G. Walker'a göre aynı durum, tanrıların güçlerini "doğaüstü kırmızı şarap" olarak adlandırılan âdet kanından aldıkları Yunan mitolojisinde de vardır.

Keltler ise, Peri Kraliçe Mab tarafından sunulan, sayesinde kralların tanrılara dönüştüğü bir "kırmızı likör"den bahseder.

---

2. Bu sözlerde menstrüasyona gizli bir atıf olduğunu görüyorum. [Fr. *coquelicots*: gelincik, *avoir ses coquelicots*: gelinciklenmek, âdet olmak], fakat görünen o ki sadece ben öyle düşünüyorum.

Benzer şekilde, kadın ve erkeğin yüzlerini kaplamak ve hatta kusursuz uyumlarının bir simgesi olan bu ölümsüzlük sıvısını içmek için seviştikten sonra sperm ve âdet kanlarını karıştırdıkları Tantrik bir gelenek de vardır. Görünen o ki bugün hâlâ *yoni*'ye (vajina) has bir külte tapan Şakta Tantra (Shakta) yolundaki üstatlar, onu onurlandırmak için şarap ile karıştırılmış menstrüel akıntıyı iğrenmeden tadıyorlar.

Taoculara gelince,

> Onlar, bir erkeğin "kırmızı yin suyu" olarak adlandırılan âdet kanını emerek ölümsüz olabileceğini (veya çok uzun süre yaşayabileceğini) ve kaynağın doğrudan içilmesi gerektiğini söylüyorlar: kadının vulvasından. Çünkü Bilge Çinliler bu değerli iksirin her çeşit yaşam biçimini doğuran Dünya'nın özü olduğunu düşünüyorlar. Bu mitolojiye göre Sarı İmparator Huang Di,[3] 1200 kadının âdet kanını içtikten sonra bir tanrıya dönüşmüş.[4]

Simya geleneklerinin büyük bir kısmı menstrüel akıntıya – aynı zamanda seminal akıntıya– önemli bir yer veriyor. Değersiz metalleri altına dönüştürme niteliği olan, Şaheser [*magnum opus*] olarak da adlandırılan felsefe taşının aranmasının ötesinde, Yunan, Avrupalı, Arap, Çin veya Hint simyacılar yüzyıllar boyunca tüm hastalıkları iyileştirebilecek, evrensel, her derde deva bir ilacın (*panase*) veya ölümsüzlük içkisinin izini sürmüşlerdir. Kadınların kanı, şaşırtıcı olmayan bir şekilde gizli karışımların bir parçası olarak kullanılmıştır –cinsel simya genelde, sınırsız güçlerin elindeki nükleer enerji kaynağı olan felsefe taşını yaratmaya yönelik "şaheserin" gerçekleştirilmesi için mecburi olan ruhsal ve enerjisel bir yükseliş durumu olarak değerlendirilmiştir.

3. Çin geleneğine göre Huang Di, MÖ 2697 ile 2597 yılları arasında hüküm sürmüştür. Beş imparatorun birincisi olan Huang Di bir tanrı veya bir "ölümsüz taocu" hâline gelmiştir.
4. Barbara G. Walker, *The Woman's Encyclopedia of Myths and Secrets*, San Francisco, 1983, s. 639.

Simyanın bir alanı olan *Ars Magna* da simyacının kendisinin dönüşümüyle bir "üst insan" yaratma gayesindeydi. Diğerleri ise bunun aksine 1637'de İsviçreli hekim Paracelsus tarafından yazılan tarife göre *homonculus*, küçük insanlar yaratmaya çalıştılar:

> İnsan spermi 40 gün boyunca –bir hareket fark edilene kadar– hava geçirmez cam bir kapta biyolojik sıcaklıkta tutularak çürümeye bırakılır. Derken madde belli belirsiz bir insan görünümüne bürünecek fakat şeffaf ve bedensiz olacaktır. Bu aşamada onu 40 hafta boyunca insan kanının iksiri[5] ile (bir maddenin son evresindeki kalıcı özelliği) beslemek gerekir. Sonrasında, normal bir çocuktan açıkça çok daha küçük, bütün uzuvlara sahip gerçek bir çocuk gelişecektir.[6]

O dönemde spermin eksiksiz insanın ufak çaptaki içeriği olduğu, âdet kanının doğuma kadar ve hatta sonrasında, dönüştüğü anne sütü şekliyle onu beslediği düşünülüyordu. Bu da bebeğe meme verilirken âdet olunmamasını açıklıyordu.

Gerçi 21. yüzyılın başından beri fazlasıyla önemsenen kök hücrelerin, simyacılıkla ilgili bu yaklaşımlardan çok da uzak olmadığını göreceğiz.

ÂDET KANINDAKİ KÖK HÜCRELER

2007 yılının, Apple'ın kurucusu Steve Jobs'un 9 Ocak'ta Amerika'daki Iphone sunumu ile büyük bir tantanayla başladığını hatırlıyor musunuz? Birkaç gün sonra Fransa Cumhurbaşkanı adayı Ségolène Royal, Çin Seddi'ne gidiyor ve *bravitude** kelimesini icat ediyor. 3 Mart'ta tam Ay tutulması yaşanıyor ve 6 Mayıs'ta Nicolas Sarkozy, Ségolène Royal'i başkanlık seçimlerinin 2. turunda yeniyor, bundan birkaç hafta sonra Royal 4

5. Âdet kanından mı bahsediliyor? Bilmek imkânsız. Simyacılara boşuna kapalı kutu denmiyor, şeffaf olma yetenekleri yok.
6. Paracelsus, *De natura rerum* (1537), *Sämtliche Werke*, Sudhoff Zurich (Ed.), Cilt 11, 1928, s. 316-317.
* Ségolène Royal, *bravoure* (cesaret) kelimesi yerine, "cesuriyet" olarak çevrilebilecek bu kelimeyi kullanmıştır. (ç.n.)

çocuğunun babası, o zamanlar kimsenin 2012 yılında başkan seçileceğini bilmediği François Hollande'la ayrıldığını açıklıyor. 25 Kasım'da polis takibiyle yakalanan iki gencin ölümü sonrasında Villiers-le-Bel ayaklanmaları patlak veriyor.

Bu karmaşada hiç kimse, 3 Aralık'ta *Vulgaris Médical* internet sitesinde yayımlanan, endometrial mukus içindeki kök hücrelerin keşfinden bahseden, kaynaksız ve imzasız kısa makaleyi fark etmiyor. Makalede gizemli Amerikalı araştırmacılar var:

> Âdet kanını inceleme merakına kapıldılar ve içeriğinde, diğer kök hücrelerden çok daha hızlı çoğalabilen hücreler keşfettiler. Her 20 saatte bir bölünüyorlar ve göbekbağındaki kök hücrelerden 100.000 kat yüksek büyüme oranıyla ürüyorlar. 9 farklı hücre tipine (kalp, akciğer, karaciğer) ayrılabiliyorlar. 5ml'lik âdet kanı, iki hafta içinde pulsatil (nabzı olan) kardiyomiyosit (kalp kası hücreleri) elde edilmesi için yeterince hücre sağlıyor. Yenileyici endometrial hücreler olarak adlandırılan bu yeni kök hücreler, bazen ciddi bir reddetme tehlikesine neden olan göbekbağı veya kemik iliğindeki kök hücrelere bir alternatif olabilir.[7]

Bu haberi neden not etmiştim? Hiçbir fikrim yok. Bu makalenin ilgimi çekmesinin nedeni birkaç ay öncesinde bende ortaya çıkan endometriozis miydi acaba? Ne olursa olsun, bu haberi bilgisayarımın bir köşesinde, büyük olasılıkla hatalı olduğu sonucuna vardıktan sonra, hızla unuttum; makaleyi destekleyen hiçbir isim, tarih, kaynak yoktu. Büyük olasılıkla hafızamda yer tutmasını istemediğim, zaten internette dolaşan *hurafelerden* biriydi. Bu makaleyi ancak 2015'te dosyalarımı düzenlerken yeniden buldum. Bu defa araştırmalarımı daha ileriye taşımaya karar verdim.

Kabataslak çevirileriyle beni birden fazla kez yanıltan sansasyonel makalelerden sonra ilk şaşkınlık, bu ilk makalenin arkasında birçok bilim insanının olduğunu keşfetmemle gerçekleşti. 15 Kasım 2007'de *Journal of Translational Medicine*'de

7. "Sang menstruel: une découverte inattendue", *Vulgaris Médical*, 3 Aralık 2007, (www.vulgaris-medical.com).

yayımlanan, özel bir Amerikan laboratuvarı olan Medistem'in mali destek sağladığı çalışma, Amerika ve Kanada'da çeşitli araştırma merkezleri ve üniversitelere bağlı birçok araştırmacı tarafından kabul görmüştü. Sonuçlar Medistem'e o kadar parlak görünmüş olmalı ki laboratuvar, klinik deneylerin hemen ardından; diyabet, karaciğer sirozu, akciğer fibrozisi ya da multipl skleroz [MS hastalığı] gibi çeşitli hastalıklar üzerinde *endometrial yenileyici hücrelere* ("ERCs", *endometrial regenerative cells*) dayalı tedavilerin etkinliğinin araştırılacağını bildirmiş.

Âdet kanında bulunan hücreler gerçekten de eşi benzeri görülmemiş bakış açıları geliştirdi. Hızlı biçimde çok sayıda farklı hücre üretebiliyorlar. Rahim iç tabakasından geldikleri düşünüldüğünde bu hiç şaşırtıcı değil: Rahmin iç duvarı, her ay yenilenme yeteneğiyle yüksek potansiyelli doğal bir hücre kaynağıdır. Hamilelik durumunda embriyo, sonrasında fetüs bu kozada gelişir. Âdet anında tahliye edilen dokular, oluşması muhtemel bir insanı gebelik döneminde beslemeye elverişli hücreler içerir. Bu aybaşı *Bloody Mary*'si, en zarar görmüş dokuları bile tedavi edip canlandırabilen, her derde deva ilacı, hatta simyacıların onca yıldır aradıkları meşhur ölümsüzlük iksirini içeriyor olabilir mi?

Amerika'daki Cryo-Cell laboratuvarı buna ikna oldu ve 2007'de bir âdet kanı bankası açtı. 1991'de kurulan, hâlihazırda kan ve göbekbağı toplanması ve saklanması işlemini düzenleyen şirket, kadınları, değerli sıvılarını emanet etmeleri konusunda ikna etmeye çalışıyor. 90 dolarlık aylık maliyete bağlanan 499 dolarlık düzenli toplam karşılığında, âdet gören kadın ufukta görünen 25 yılda, neredeyse mükemmel olasılıklara açık hâle gelecek: Kendi âdet hücrelerini, kendisinin veya çocuklarının henüz sahip olmadığı ve henüz nasıl tedavi edileceği bilinmeyen hastalıkların iyileştirilmesinde kullanabilecek. İlgi çeken reklamlarla sunulan yaşam sigortası, kozmetik dünyasını anımsatıyor. Sonsuz gençliği arayan maceraperestlerin ihtiyacını karşılayan menstrüel set, bir kap ve Fed Ex tarafından gön-

derilen steril bir tüpün yanında, âdet kanını biriktirmek için "aybaşı mucizesi" isimli bir talimatı da kapsıyor.

KÜLTÜRLENELİM

Takip eden yıllarda birçok bilim insanı *in vitro* [laboratuvar ortamındaki] endometrial hücrelerin iyileştirici gücünü keşfetti. 2008'de "âdet kanındaki multipotent stromal kök hücreler[8]" ile ilgili bir Amerikan araştırması, ilginç bir biçimde simyadaki şaheserin sürecine benzeyen bir süreç tanımladı. Araştırmacılar, bu sefer "MenSC" (menstrüel kök hücre) olarak adlandırılan stromal hücrelerin, "kendini yenileme ve multipotent[9] yeteneklerini ve birçok soyda özelleşme becerisini" ortaya çıkarmak konusunda engel tanımadılar.

İlk olarak, esasen İngilizce yazılan çalışmanın Fransızcasında, "hücrelerin, 'donörün' uzman bir komite tarafından kabul gören açık onayı ile alındığı"nı öğrenmek hiç şaşırtıcı değil. İsimlerin dişileştirilmesi konusunda takıntılı değilim, fakat bu durumda çevirmen (kadın olduğundan şüpheliyim) gayret gösterebilirdi.* Makale, "Endometrial / menstrüel hücre örnekleri Divacup kabı (Kitchener, Ontario, Kanada) yardımıyla âdet döngüsünün ilk günü alındı" diye devam ediyor. Fosfat tamponlu salin çözeltisi içerisine aktarıldıktan sonra antibiyotik ve heparin ile işlenen numune, bakterileri ortadan kaldırmak için santrifüje gönderildiği işlem laboratuvarına kadar 4°C de taşınıyor. Sonrasında kültür kendiliğinden başlıyor. Hücreler ekilmeleri için "de Chang" isimli, diğerlerinin arasına fetal bovine serumun da eklendiği birçok kimyasal bileşen içeren bir kültür ortamına daldırılıyor. 7 gün sonunda ortam değiştiriliyor,

8. Amit N. Patel, Eulsoon Park, Michael Kuzman, Federico Benetti, Francisso J. Silva, Julie G. Allickson, "Multipotent Menstrual Blood Stromal Stem Cells: isolation, characteriszation, and differentiation", *Cell transplantation*, Cilt 17, 2008, s. 303-311.

9. Bu, tahmin edilenin aksine birçok kere darağacına gönderilme ihtimalini değil, birçok farklı çeşit hücreye farklılaşabilme ihtimalini ifade eder. [Fr. *potence*: darağacı].

* Yazar, Fr. *donneur* (donör) kelimesinin dişisi *donneuse*'ün kullanılması gerektiğinden bahsediyor. (ç.n.)

sonrasında şimdiden 50.000 hücre toplanmasını sağlayan bir başka karışımla destekleniyor. Simya dansı daha sonra manyetik mikro boncuklar ve "104D2 klonu ile CD117 anti-insan (IgG_1) monoklonal antikor" sayesinde "C-kit" tarafından gerçekleştirilen bir tedavi ile devam ediyor. Detayları geçiyorum fakat sonuç olarak genetik analizi yapılacak 10 milyon hücreye ulaşılıyor. Sonrasında adipojen (yağlar), osteojen (kemikler), kondrojen (kıkırdak), kalp ve sinirlerle ilgili hücreleri oluşturmak farklı koloniler için ekiliyor. 26 gün sonunda, kromozom anomalisi olmaksızın 48 milyon hücre elde ediliyor. Sonuç olarak yazarlar "menstrüel kök hücrelerin, toplanmasının ve ayrılmasının kolaylığından dolayı yüksek potansiyelli multipotent hücre kaynağı hâline gelebileceğini" öne sürüyor.

Ağustos 2008'de *Sciences et Avenir* internet sitesi devrimsel nitelikteki başlığıyla bir makale yayımladı: "Endometrial hücrelerle atardamarları özgürleştirmek". *Translational Medicine* dergisini kaynak alan makale, cerrahların "vücudun alt yarısında ileri derecede atardamar yangısı olan fareler üzerinde atardamar dolaşımını yeniden kurabildiklerinden" bahsediyor. "Bunu yapabilmek için, özel bir ön tedavi olmaksızın lezyonlarla aynı seviyede ERC (rahim içi onarım hücreleri) enjekte edilir. Bu ilk deneysel sonuçlar damar tıkanıklığı yaşayan hastalar için, uzun vadede, bir tedavi umudunun görünmesini sağlıyor. Aynı zamanda, özel bir firma tarafından geliştirilen bu yeni hücre grubunun faydalarının bir kanıtı.[10]"

2011'de Yale Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde[11] yürütülen bir başka çalışma, diyabetin farelerde rahim mukozası hücrelerinin insülin üreten hücrelere dönüşümüyle tedavi edilebileceğini gösteriyor. Hücreler âdet kanından değil kaynağın ta kendisinden geliyor: rahim iç tabakasından. Söz konusu farelerin ben sizinle konuşurken hâlâ kutlama yaptıklarından eminim.

10. "Libérer les artères avec des cellules endométriales", *Sciences et Avenir*, 20 Ağustos 2008.

11. Xavier Santamaria, Efi E. Massasa, Yuzhe Feng, Erin Wolff, Hugh S. Taylor, "Derivation of insulin producing cells from human endometrial stromal cells and use in the treatment of murine diabetes", *Molecular Therapy*, Sayı 19, 2011.

Tabii şeker tıkınırlarken Lee-Boot, Whitten, Vandeberg veya Bruce etkilerinin esaret altındaki üremeye faydalarını tartışmıyorlarsa. (3. Bölüm'deyken sizlere sonunda sınav yapacağımı söylemiştim: işte!)

Fareler, Yale Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde Mart 2014'te yayımlanan bir çalışma ve ona öncülük eden *Journal de médecine cellulaire et mol*éculaire sayesinde, morallerini yüksek tutmak için belki dopamin alma şansına sahip olabilirler. Çalışmaya göre araştırmacılar, beyinlerine kök hücre enjekte edilen fareler eğer dopamin üretir ve Parkinson hastalığını "iyileştirirlerse", insan kullanımı planlanmadan önce tekniğin güvenliği ve etkinliğini değerlendirmek için başka araştırmalar yürütülmesi gerektiğini belirtiyor. Bununla birlikte "endometrial dokudan alınan kök hücrelerin reddedilmelerinin, diğer kaynaklardan elde edilen kök hücrelere kıyasla çok daha az olası olduğunu[12]" ileri sürüyorlar.

100.000 MİLYAR HÜCRE VE BEN VE BEN VE BEN

Bu aşamada kök hücrelerin ne olduğunu açıklamak faydalı olabilir. İnsan vücudu 200'den fazla farklı çeşidiyle yaklaşık 100.000 milyar hücreden meydana gelir: kan, deri, kalp, kas, karaciğer veya beyin hücreleri... Her birinin kendi özellikleri ve albenisi vardır. Her şeyin, yumurtanın bir spermle birleşiminden doğan tek bir hücreyle başladığını hatırlayalım. Bu hücre birkaç saat içinde iki ayrı hücreye bölünür ve onlar da kendi içinde ikiye bölünür ve 5 gün sonra, 70 tanesi çoktan yol haritasını almış yüze yakın küçük hücre elde edilir: Bunlar kalp, beyin, kaslar veya karaciğer, kan, böbrekler olacaktır. Fakat geriye çoklu görevleri olan ve herhangi bir şeye dönüşebilecek 30 kadarı kalır: Bu hücreler embriyonik kök hücre olarak adlandırılır. Kök hücre üzerine gerçekleştirilecek araştırmalar, belirli

12. Erin F. Wolff, Xiao-Bingo Gao, Katherine V. Yao, Zane B. Andrews, Hongling Du, John D. Elsworth, Hugh S. Taylor, "Endometrial stem cell transplantation restores dopamine production in a Parkinson's disease model", *Journal of Cellular ans Molecular Medicine*, Cilt 14, Sayı 4, Nisan 2011, s. 747-755.

bir çerçevede ilerlemeleri ve kontrol altında olmaları şartıyla Fransa'da ancak 2013 yılında onaylanmıştır. İlk embriyonik hücreler "totipotent" olarak adlandırılır: Her şeyi yapabilirler. 1998'de keşfedildiler ve teoride, bütün bir organ oluşturabilecek veya yaralanma ya da hastalık durumunda sizi baştan aşağı tedavi edecek ölçüde üretilebilirler. Embriyonik kök hücreler ile ilgili tek sorun; hızlı ve hevesle bölündüklerinden, canlı bir varlığa enjekte edildiklerinde kontrolü kaybetme ve oldukça agresif embriyonik bir tümör türü olan teratoma üretme eğiliminde olmalarıdır, bu tümör örneğin yumurtalıklarda fırçalanması pek mümkün olmayan dişler veya taranamayacak saçlar üretebilir ve ölümcül bir kansere yol açabilir. Bir yandan, dokularınızı onaracak, fakat öte yandan sizi öldürecek küçük bir canavar üretecekler.

Yedinci gün gelir. İncilvari olduğunun farkındayım fakat yapacak bir şey yok. Yedinci gün biraz okula dönüşe benzer. Sınıflarına ulaşmak için çoktan ikişerli sıraya girmeyi seçen fasulyeler ve hâlâ tatili düşünen, gülümseyerek dökülen ağaç yapraklarını izleyen diğerleri vardır. Fakat zil çalar ve karar verme zamanı gelir: O andan itibaren, isteseler de istemeseler de bütün hücreler *bütün hayatları boyunca* yapacakları "mesleklerini" seçmek zorunda kalırlar: kemik iliği, kalp hücresi, sinir sistemi. "Seçmek" biraz fazla sert olabilir; konumunu yıldızları ve altın oranı hesaba katarak bir piramit inşa etmeye benzeyen bu engin girişimi tanımlamak için "çağrıya cevap vermek" çok daha uygun olacaktır. Fakat şimdilik –embriyo varoluşunun ikinci haftasına henüz ulaşmışken– hücreler, organları ve muhtemelen 9 ay sonunda bir insan oluşturacak dokuları meydana getirmek için bir araya gelmekle meşguller.

Vücut hücreleri, bu tempoyla hızlıca çok büyük bir topluluk oluşturur. Ben bu gezegende yaşayan 7,3 milyar insan hakkında yalnızca belirsiz bir fikre sahibim ve durumun, bütün türdeşleriyle karşılaştırıldığında, kendi vücudumdaki hücreler için de aynı olduğunu sanıyorum –ispat edilmesi mümkün olmasa da bir fikre sahip olabildiklerini varsayarsak. Belki bazılarının

kendilerine atanan görevlere bağlı olarak bağırsakta veya omurgada komşuluk, arkadaşlık ilişkileri vardır. Bazıları, gelişme umutları olmaksızın hiyerarşinin en alt basamağını oluşturur. Bunlar kömür madenlerinin en dibinde çalışan, görevlerini zorluk içinde yerine getirmek için her saniye savaşan işçi arılardır, Doktor Bichat tarafından 18. yüzyılda dile getirilen bu tanıma göre: "Yaşam, ölüme direnen işlevler bütünüdür".

Diğer hücreler çoğalma yeteneklerini yaşam boyunca korurlar. Organizmamızın gerçek İsviçre çakıları olan bu hücreler yalnızca bölünerek yenilenmekle kalmaz, bir hastalık ya da yaralanma sonucunda zayıflayan veya ölen hücrelerle yer değiştirerek zarar görmüş bir dokuyu onarmak için ihtiyaca uygun olarak özelleşirler. İyi haber ise çok hücreli bütün canlıların, hayvanlar kadar bitkilerin de, gelişimin bütün aşamalarında kök hücreye sahip olmasıdır. Vücut, embriyonik kök hücrelerin haricinde bütün yaşamı boyunca –ve hatta 2012 yılında Pasteur Enstitüsü'nde[13] yürütülen bir çalışmaya göre ölümünden günler sonra dahi– örneğin kalp veya pankreas gibi organlar bunlara sahip değilken; kan, deri, bağırsak hücreleri gibi "erişkin" denen, görevlerini sürekli yerine getiren kök hücreleri saklar.

En gelişmiş araştırmalara olanak veren, erişkin kök hücrelerdir. Köklerinin dayandığı kan hücrelerinin (hematopoetik kök hücre) bulunduğu kemik iliğinde, üst deride (epidermal kök hücre) veya yağ dokuda (mezenkimal kök hücre) bulunur. İster istemez bizimkinden başka bir organizmadan gelen embriyonik hücrelerin aksine avantajları, erişkin kök hücrelerin kültür sonrası onlara yeniden enjekte edilmeden önce kadın veya erkek hastalardan alınabiliyor olmasıdır. Bu, otolog kök hücre nakli olarak adlandırılır. Dayanıksız oldukları nokta ise genellikle yalnızca alındıkları dokularla bağlantılı bazı hücre çeşitlerini üretebiliyor olmalarıdır. Birçok klinik deney; örneğin skleroder-

13. Mathilde Latil, Pierre Rocheteau, Laurent Châtre, Serena Sanulli, Sylvie Mêmet, Mitia Ricchetti, Shahragim Tajbakhsh, Fabrice Chrétien, "Skeletal muscle stem cells adop a dormant cell state port mortem and retain regenerative capacity", *Nature Communications*, 12 Haziran 2012.

mi [deri dertleşmesi], romatoit artrit veya kemik iliği veya yağ dokudan gelen kök hücrelere bağlı kireçlenme gibi dejeneratif hastalıkları tedavi etmek için sürdürülüyor. Montpellier'deki Inserm U11823 "Kök hücre, hücresel plastisite, yenileyici tıp ve immünoterapi" birimi yöneticisi Christian Jorgensen, kendi ekibince yürütülen bir çalışmada iyileştirici gücü kanıtlanan endometrial kök hücrelerin bir gün kullanılacağını yadsımıyor fakat "keşiflerinin, klinik deneylerin başlatılması için oldukça yeni[14]" olduğunu açıklıyor.

Endometrial kök hücrelerin gücü keşfedilirken, Japon araştırmacı Shinya Yamanaka 2007'de embriyonik kök hücrelerle aynı güce sahip olan "pluripotent" kök hücrelere farklılaşan hücreleri, zararları olmaksızın, genetik olarak yeniden programlamayı başardı: İPS kök hücresi (*induced pluripotent stem cell**). Ona, 2012 yılında İngiliz araştırmacı John Gurdon ile Nobel Tıp Ödlülü'nü getiren bir keşif. Klinik deneyler, örneğin bir retina hastalığı olan yaşa bağlı maküler dejenerasyonu [sarı nokta hastalığı] tedavi etmek için devam ediyor ve bu araştırmalardan ileri gelen bir tedavi, 2016 yılında maymunlar üzerinde çoktan başarıyla test edildi.

EBEDİ HAYAT YOLUNDA?

Ebedi hayata ulaşmak özünde Hz. İsa'nın kanıyla bağlantılı bir Hıristiyan vaadiydi. Âdet kanı konusunda ise, vaatler ve 2007'deki beyanın etkisi göz önüne alındığında, klinik deney tedavilerinin çok daha hızlı biçimde ortaya çıkmasını bekliyorum. Fakat bu süratin ardından sonuçlar için bir süre beklememiz gerekecek.

Ölümsüzlüğe ulaşmak için kök hücrelerin gücü konusundaki transhümanist yorumlar gittikçe artarken, geçen 10 yıl boyunca özellikle mucize (felçli bir adam yeniden hareket etmeye ve yürümeye başladı) ve felaket (beyin damar hastalığını tedavi etmek isteyen bir adam felç geçirdi) arasında gidip gelen yüz-

14. Maille gerçekleştirilen röportaj, Ekim 2016.
* İndüklenmiş pluripotent kök hücre. (ç.n.)

lerce kliniğin riskli tedaviler önerdiği Amerika'da, kök hücre araştırmaları yan yollara saptı.

İletişim araştırmacısı Laurie Paredes'in 2014'te Montreal Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi'nde gerçekleştirdiği sunumda söz ettiği gibi, "Transhümanizm ve bundan kaynaklanan düşünceler genellikle yazılar, mitler ve dinlerden doğmuş gibi gösteriliyor. Nick Bostrom gibi transhümanist hareketlerin destekçilerine göre insan, çok eski zamanlardan bu yana doğanın ona belirlemiş olduğu sınırları aşmaya çalıştı ve dolayısıyla ölümlü olmaktan uzaklaşmak istedi. İkarus, Golem veya Prometheus bu konuda örnek gösterilen figürlerdir[15]". Güncel transhümanizmin İkinci Dünya Savaşı'nın hemen ardından doğduğunu hatırlatan Laurie Paredes, bugün söz konusu olanın "değişken ve çeşitli profildeki bireylerden oluşan heterojen bir hareket olduğunun" altını çiziyor. "Hareketin bütün destekçilerince ortak temel düşünce, bugün var olduğu şekliyle insanın fiziksel olduğu kadar psikolojik planda da değişip gelişebileceği inancıdır."

Transhümanist hareketin "Transhümanizm sıkça sorulan sorular[16]" başlıklı kaynak metnine göre, olası iyileştirme yaklaşımları farklı yollar izliyor: ilk sıradaki biyoteknoloji, genetik mühendisliği, kök hücreler ve klonlamayı, nanoteknoloji (2. yaklaşım), süper zekâ (3. yaklaşım), sanal gerçeklik (4. yaklaşım) ve kriyobiyoloji [canlı dondurma bilimi] (5. yaklaşım) izliyor.

Üzerlerine düşeni yerine getirmek ve hayal güçlerini biraz kullanmak şartıyla yaşamın ve özellikle ölümün doğal sınırlarının aşılabileceğine inanan multimilyonerleri ve tanınmış kişileri bir araya getiren bu transhümanist galaksinin kalbinde, kendini biyomedikal gerontolog olarak tanımlayan İngiliz Aubrey de Grey bulunuyor. Oscar Wilde'ın *The Picture of Dorian Gray** adlı

15. Laurie Paredes, "Transhumanisme et cellules souches: travail à la frontière de la gériatrie biomédicale", mémoire présenté à la faculté des Arts et des Sciences de l'université de Montréal, Ekim 2014.

16. "Transhümanist FAQ" güncel belgesi, (humanityplus.org).

* Oscar Wilde, *Dorian Gray'in Portresi*, Çev. Ayşe Belma Dehni, Ayrıntı Yayınları, 2016.

romanında ana karakter, portresinin onun yerine yaşadığını ve yaşlandığını görür. Soyadı Wilde'ın karakterinden yalnızca bir harf farklılık gösteren Aubrey de Grey'e göre bu romanesk metin, yakın zamanda kök hücreler sayesinde, yaşlılığın temiz ve basit biçimde bilim tarafından ortadan kaldırılmasıyla aniden gerçekliğimize girebilir. Burada söz konusu olan şimdiye kadar insanlık tarihinin bilinen en yaşlı insanı, 4 Ağustos 1997'de nalları diken Jeanne Calment gibi 122 yaşına ulaşmak değil. Hayır, Aubrey de Grey'in amaçladığı, embriyonik kök hücrelerin düzenli aktarımı, istenmeyen hücrelerin ortadan kaldırılması ya da onları harakiri yapmaya mecbur etmek için yaşlanan hücrelerin içine intihar genleri enjekte edilmesi sayesinde 5000 yıl aralığında bir yaşam süresi.

Onu olduğundan 10 kat daha yaşlı gösteren (1963'te doğmuş, 2005 yılında TEDx konferansında gülerek aslında 158 yaşında olduğunu söylemiştir) upuzun sakalıyla Aubrey de Grey, bu hedefin makul bir sürede ulaşılabilir olduğuna emin. Ocak 2014'te *Paris-Match*'te yayımlanan bir röportaj sırasında "sıçanlarla ilgili 8 ila 10 yıl içindeki kayda değer gelişmelerin, 20 ila 40 yıl içinde insanlara uygulanabileceğini[17]" ileri sürmüştür. Yenileyici tıbba dayanan araştırmalara mali destek sağlayan SENS isimli kurumun başındaki Grey, "yaşlanmaya bağlı hastalıkların astronomik maliyetleri olduğundan" bu tıbbi gelişmelerin, herkese faydası olabileceğini düşünüyor. Fakat şimdilik transhümanizm daha çok, genellikle birincil kişilik özelliği toplumsal ve eşitlikçi kaygılar olmayan milyarderlerin meselesi gibi görünüyor.

Homo Sapiens'i neredeyse ölümsüz hâle getirebilecek bu radikal paradigma değişimi yalnızca zenginlerin geçici hevesinden ibaret değil. Montpellier'deki Inserm'e bağlı İşlevsel Genomik Enstitüsü profesörü Jean-Luc Lemaître'in ekibi tarafından yürütülen araştırmalara göre, bir gün yaşlılığın üstesinden gelinebilir. Bu araştırmacılar 2011'de, yaşlı hücreleri, vücudun

17. Benôit Helme, "Ce chercheur veut nous faire vivre 1000 ans", *Paris-Match*, 28 Ocak 2014.

yenilenmesi için sonsuz ufuklar açan embriyonik hücrelere dönüştürmek amacıyla yeniden programlayarak canlandırmayı keşfetti.

Transhümanistler, bu tedavilerin yakın zamanda geliştirilememesi durumunda, her şey hazır olduğunda bedeni diriltmek amacıyla kriyobiyolojiyi (bedeni, ölümü takip eden birkaç dakika içinde dondurma işlemi) öneriyor. Bir şirket bu hizmeti, 75 yıl sonra muhtemelen yeniden canlandırılma ve tedavi edilme vaadiyle seçeneklere göre 30.000'den 200.000 euroya değişen mütavazı bir meblağa şimdiden Amerika ve Moskova'da sunuyor.

Transhümanist proje, bu süre içerisinde hatıraların kaybolması durumunda, sanal gerçeklik sayesinde, beyninizdeki içeriği bilgisayara yüklemeyi ve böylece yeniden canlandırma için anıları arşivlemeyi tasarlıyor. Bunun tersi de; yani zekâyı ve bilgiyi 10 kat artırmak için bir bilgisayarın içeriğinin beyne yüklenmesi durumu da öngörülüyor.

Transhümanist hareket, üreme ve cinsel sorunların üstesinden gelme arzusuyla dolup taşsa da, klasik tıp, araştırmacılarını çok daha yakından ilgilendiren sorunlar üzerine odaklanmış durumda –UNESCO'ya göre araştırma ve geliştirme sektöründe (ar-ge) çalışanların %70'ini erkekler oluşturuyor.[18] Şaşırtıcı olmayan bir biçimde, kemik iliğinden gelen kök hücreler temelinde bir tedavi, şimdiden prostat kanseriyle güçsüz düşen erkeklere cinsel güçlerini geri vermeyi mümkün kılıyor ve yakın zaman içinde kelliği tedavi etmek için kök hücreye dayanan bir tedavi tasarlanıyor. Fakat âdet kanından gelen kök hücreler konusundaki gelişmeler sessizliğini korumaya devam ediyor. Kadınların muzdarip olduğu hastalıklar araştırmacıların önceliği değilmiş gibi görünüyor.

Yaşamı durmadan uzatmakla uğraşmak transhümanistlerin ayağını yerden kesiyor olabilir ama ben, yaşam boyu 450 kez değil, fakat, diyelim 4.500 kez âdet görmek zorunda kalacak

18. UNESCO İstatistik Enstitüsü, "Les femmes en sciences", *Bulletin d'information de l'ISU*, Sayı 34, Kasım 2015, (www.uis.unesco.org).

kadınlara ne olacağını merak etmekten kendimi alamıyorum, tabi transhümanizm onları kendi üreme güçlerinden azat etmezse. Aksi takdirde dönemsel koruma ürünlerine bağlı çöplerin gezegeni istila etme riski var. Bu durumda 3016 yılı ufuklarında balina ve kuşların yaşamasına pek ihtimal vermiyorum. Ebeveynlerinin evini 30 yaş civarında, hatta belki daha geç terk eden çocuklara gelince, onların yuvadan uçtuklarını 1.500 yaşından önce görememe ihtimaliyle karşı karşıyayız.

ÂDET BANKALARI

Eylül 2016'da, Amerikan âdet bankası Cryo-Cell hakkında daha çok şey öğrenmeye çalışırken internet sitelerine yönlendiren linkin "öldüğünü" fark ettim. Mailleşince Cryo-Cell'in artık bu hizmeti sunmadığını kesin olarak öğrendim. Beni bir alt kuruluşu –yanılmıyorsam bugün hâlâ Hindistan'da kan toplayan dünyadaki tek "biyobanka" –

Life Cell'e yönlendiren Cryo-Cell, sorularımı cevapsız bıraktı. Hizmet neden ortadan kalktı? Cryo-Cell elinde kaç numune bulunduruyordu? Neler yaşandı? Bu sorular karşısında tek elde ettiğim, sonsuz bir sessizlikti. Hatırlayın, 2007'de âdet kanındaki kök hücrelere odaklanan ilk çalışma ortaya çıktığında, bununla bağlantılı Amerikalı laboratuvar Medistem, Panama'da kurulmuştu. Şüphesiz şapkalar yüzündendir.

Hindistan'daki âdet kanı bankası Life Cell, sorularımı yanıtlamayı reddetse de internet sitesinde bayağı geveze görünüyor. Life Cell Femme[19] hizmeti tanıtım kitapçığı, ellerini dua için kavuşturan çok güzel bir gencin, "Bana âdeti bahşettiğin için teşekkürler Tanrım" dediği bir tantanayla başlıyor. Life Cell, kitapçığın altbaşlığında kadınları "âdet kanındaki kök hücreleri korumaya ve yaşam boyu korunaklı kalmaya" davet ediyor.

İç sayfalarda ise gerçek bir güzel haber ve gülümseme bombası var. Genç bir kızın yüzü bir kan damlası içinde beliriyor ve bizlere menstrüel kök hücrelerin 3 temel faydasını hatır-

19. Bankanın İngilizce konuşan girişimcileri *femme* [kadın] kelimesinin Hintler arasında kulağa çok daha hoş geldiğini düşünmüş olmalılar.

lattıktan sonra (herhangi bir tür kas, kemik, kan hücresini dönüştürebilme yeteneği; kendini sınırsız olarak çoğaltmak veya kopyalamak; vücudun işleyişini iyileştirmek ve canlandırmak), genç bir laboratuvar asistanı kök hücreler sayesinde potansiyel olarak tedavi edilebilecek hastalıklarla ilgili sayfayı gözler önüne seriyor: alzeimer, otizm, kardiyomiyopati [kalp kası hastalıkları], diyabet, karaciğer sirozu, deri veremi, multipl skleroz [MS hastalığı], romatoid artrit veya omurga lezyonları. Ellerini gökyüzüne zafer işareti yaparak kaldıran genç bir kızı gösteren broşür, "Sizi sizinle korumak için daha iyi bir yol olabilir mi?!" diye soruyor.

Life Cell Femme, adaylarını sonsuz hayata ve âdet kanlarını mümkün olduğunca hızlı biçimde emanet etmeye davet ederken, ne kadar gençseniz hücreleriniz o kadar verimlidir, iddiasında bulunuyor. Kanın toplanmasına öncülük eden 5 aşama tereyağından kıl çeker gibi ilerliyor ve değerli sıvının iki farklı alanda saklanması, bunlara eklenen 2000 rupilik yıllık kurulum ve 1200 rupilik aidat ile yalnızca 9990 Hindistan rupisi (yani Ekim 2016 kuruna göre yaklaşık 130 euro) tutuyor. Bütünüyle mütavazı meblağlı bu yatırım için –bu arada Hindistan'daki ortalama maaşın 2000 rupi olduğu bilgisi dahilinde– ileri görüşlü kadınlar, muhtemelen 15 yıllık bir süre içinde kendi kök hücrelerini kullanabilecek hâle geliyorlar. Yine de Life Cell, sık sorulan sorularında, o ana kadar kesinlikle etkili bir tedavi bulunduğuna dair hiçbir garanti verilemeyeceğinin altını çiziyor.

Güncel çalışmaların gösterdiği gibi, âdet kanı kök hücre araştırmaları sonunda kadın sağlığına yönelmişe benziyor. 2013'ten itibaren endometrial kök hücreler üzerine ortaya çıkan birçok yayın; prolapsus (kadın genital organlarındaki sarkma), kolit veya tekrar eden düşüklerin onlar sayesinde tedavi edilme olasılığına işaret ediyor. Yine de en umut vaat edeni, Tayvan'da 2012 yılında endometriozis üzerine yayımlanan bir çalışma: Bu çalışma, hastalığın gelişiminde kök hücrelerin oynayabileceği

rolü gösteriyor.[20] Birkaç yıl önce karısına bu hastalığın teşhisi konan barmen dostum Felix, eğer bir gün ona bunun iyileştirilebileceğinin haberini verirsem bana hayat boyu ücretsiz *Bloody Mary* ikram edeceğine yemin ediyor. Bense beklerken şarap kadehimi sağlığına kaldırıp, "Bu benim kanım" demekle yetiniyorum.

20. Eing-Mei Tsai, "Stem cell as the novel pathogenesis of endometriosis", Koel Chaudhury (Der.), *Endometriosis-Basic Concepts and Current Research Trends*, InTech, Rijeka, (Hırvatistan/Şangay, Çin), 2012, (www.intechopen.com).

SONUÇ: YA ÂDETLER DEĞİŞTİRİLMİŞ OLSAYDI?

İlk âdetimi hâlâ çok iyi hatırlasam da, 2015 yılının başında gerçekleşen son âdetim bugün bana biraz bulanık görünüyor. Neticede, âdetim bir daha hiç düzene girmedi. Bedenim menstrüel şarkısını sahip olduğu tüm yaratıcılığıyla son kez söylemeye çalışıyormuş gibi bazen oldukça yoğun, bazen kesintili, bazen ağrılı, bazen sakin; hiç beklenmedik bir anda ortaya çıkıyordu.

İç kasılmalarla tedirgin ve boğulmuş hissettiğim gecelerim ani uyanışlarla altüst olmuştu. En küçük bir duygulanımda sıcak basıyordu ve giyinmek dert olmuştu: Arkadaşlarım şişme montlarıyla soğuktan titrerken kendimi yalnızca gömlek giymiş hâlde buluyordum. Bunun yanında, hindistancevizi yağı sayesinde az çok uyum sağlamayı başardığım vajinal kuruluk da vardı ama menopozun sonunda hafifleyen diğer bulguların aksine bu, kalıcı olarak kök salmış gibiydi. İlaç endüstrisi erkek ereksiyonunu sürdürmek için hızla harekete geçerken, vajinal kuruluk konusunda vücut için kullanışlı, ulaşılabilir ve yan etkisi bulunmayan bir ilacın hâlâ icat edilmeyi beklediğine dikkat çekmeyi fırsat biliyorum. Kayganlaştırıcılar bugün 3 ila 5 euro aralığındaki tek dozluk uygulayıcıları ile ateş pahası ol-

duğundan mümkünse emeklilik birikimini paramparça etmeyi gerektirmeyen bir fiyata...

Endometriozis deneyimim göz önünde bulundurulduğunda, bana menopozun yerine geçecek bir tedavi verilmesi söz konusu değildi. Bu tedavilerin meme veya rahim kanserindeki rolü yaklaşık 20 yıl önce ortaya çıkarıldı ve bugün, riskleri azaltmak için tedavinin dozları çok daha iyi ayarlanıyor gibi görünse de, ben kendi açımdan çok sınırlı bir ilgi görüyorum. Doğrusunu söylemek gerekirse; artık doğurgan değilim, yaşlanıyorum ve her ay kanamıyorum diye kendimi daha az kadın hissetmiyorum. Kemik erimesi ise jimnastik egzersizleri ve uygun bir beslenme şekliyle etkili bir biçimde önlenebilir gibi görünüyor. 20 yaşında olduğumdan -kızımın bugünkü yaşı- çok daha mutlu, üretken ve coşkuluyum.

Kızım, 13 yaşında ilk âdetini gördüğünde onunla birlikte değildim ve ona neler olduğunu açıklamak için yanında olmadığımdan çok öfkeliydi. Ben dağda yürüyüş yaparken ve o babasıyla birlikte deniz kenarındayken cep telefonuma her gün mesajlar geliyordu. Babasıyla âdeti hakkında konuşmayı reddediyordu ve ikimizin telefonda bir şifresi olması şartını koymuştu: âdet "okul", ped ise "ödev"di. Yokluğum sebebiyle uğradığım sitem selinin ortasında (hâlâ sakladığım) bir mesajında, "Bana hayat verdiğin için teşekkür ederim, artık bir kadın oldum ve erkekler beni beğeniyor" diyordu. O an duygu dolu bir şekilde, babamın bana kurduğu o cümleyi yeniden düşündüm. "Evet, demek bir kadın oldun öyle mi?"

Döndüğünde kızıma renkli bir çantada; içerisinde pedler, tamponlar, prezervatifler, ertesi gün hapı ve bilgi kitapçığı olan bir "set" verdim. Tek kelime etmeden aldı ve 18 yaşına kadar, ne âdetinden ne de aşk hayatından, bir daha hiç söz etmedik. Bu sessizlik bana bugün hâlâ tuhaf geliyor: Büyük ihtimalle Kızılderili ritüellerinden esinlenilen Amerika'daki "kırmızı çadır" isimli "partiler"den bahsedildiğini duysam da ilk âdetin hiçbir ritüele ve erginleme törenine konu olmaması bence üzücü. Bununla birlikte kızımın âdet görmesi konusunda benim aynı

yaşta yaşadığım rahatsızlığı yaşamadığını gözlemliyorum, bu konudan rahatlıkla bahsediyor ve menstrüel hayatının kontrolünü elinde tutmak konusunda oldukça kararlı görünüyor.

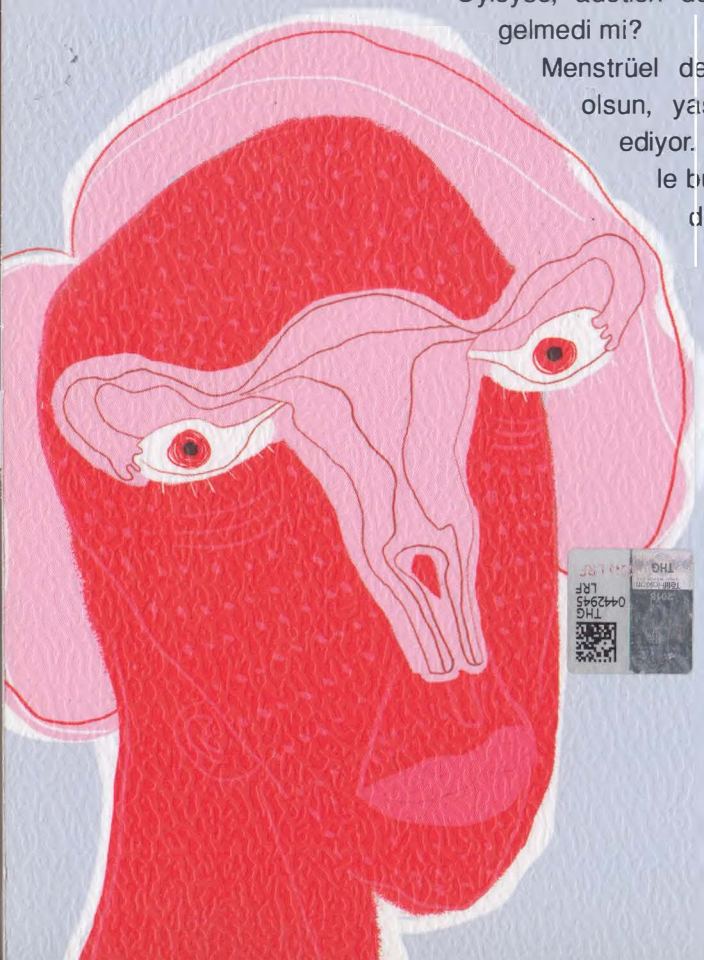
Bu alandaki devrim yine de henüz yaşanmadı. "Âdetin bu kısa hikâyesi" süphesiz bana ait. Binlerce başka hikâye bahsedilmeyi, yazılmayı, paylaşılmayı bekliyor. Belki de hayatlarımızın yönetimini yeniden ele geçirmenin ve âdet kanını, kendi âdetlerimizi yaratarak yenilemenin zamanı gelmiştir. Kadınların hep birlikte öncelik verilmesi gereken araştırmaları tartışılabileceği, dönemsel koruma ürünlerinin üreticilerine söz geçirmek için örgütlenebileceği ve âdet ile ilgili haber, bilgi, deneyimlerini paylaşabileceği uluslararası bir işbirliği neden kurulmasın? Menstrüel kaba, yeniden kullanılabilir ped veya külotlara geçiş yaparak âdet masraflarını düşürebilmenin mümkün olduğunu gördük. Tasarruf edilen para; yeni âdet görenlere destek olmak, endometriozis araştırmalarını desteklemek, tüm kadın ve ...erkeklere açık menstrüel dans veya popüler eğitim atölyeleri kurmaya yönelik bir kaynak yaratmak için neden değerlendirilmesin?

Amerika'daki üçüncü kuşak feministler şimdiden, kendini kadın olarak tanımlasın veya tanımlamasın, âdet gören kişileri ifade etmek için *menstruators* kelimesini kullanıyorlar. Çok çeşitli spekülatörler hücrelerimiz, bedenimiz, arzularımız ve kaderimizin kontrolünü ele geçirmeden önce menstrüel hayatımızı insanlığın kalbine yerleştirme zamanı geldi. Bu belki de hem kanlı hem de barışçıl ilk devrim olacak. Ama belki de kadınların ve erkeklerin özgürleşmesi için gelecekte gerçekleştirilecek tüm savaşların *anası* olur, kim bilir?

Ayında olmak, renkli olmak, gelinciklenmek veya külotundaki Kızıl Ordu... Onu hangi biçimde isimlendirirsek isimlendirelim kadınlar için her ay (ölmeksizin!) bir miktar kan kaybetmeye neden olan bu doğal olgu, bütün toplumlarda tabu olarak kalmayı sürdürüyor. Élise Thiébaut bu adaletsizliği ortadan kaldırmak için bizi, âdet kanının ardındaki gizli gerçekleri belgeli, öğretici aynı zamanda mizah yüklü bir biçimde keşfetmeye davet ediyor. Kamikaze oositin ve mayonezin gizemini, dönemsel koruma ürünlerinin şaşırtıcı hikâyesini (tehlikelerini olduğu kadar cazibesini de) ve kimi zaman dinlerin âdet kanını kullanarak gerçekleştirdiği ilginç gelenekleri kişisel hikâyesinden hareketle keşfetmemizi sağlıyor. Ayrıca son bilimsel gelişmelere göre yeni gençlik veya ölümsüzlük iksiri olabilecek bu sıvı hakkında diğer birçok şeyi...

Öyleyse, âdetleri değiştirme zamanı gelmedi mi?

Menstrüel devrim, ne olursa olsun, yaşanmaya devam ediyor. Ve büyük ihtimalle bu, hem kanlı hem de barışçıl ilk devrim olacak.



THG
0442945
LRF

20 ₺

AYRINTI • KADIN
ISBN: 978-605-314-324-5
9 786053 143246