ÇAĞIMIZIN TEDİRGİN İNSANI

Karen Horney

TUR YAYINLARI



TUR YAYINLARI

KAREN HORNEY

Alman asıllı Amerikan psikiyatri ve psikanalizcisi (Hamburg 1885 - New York 1952). Önce Berlin Psikanaliz Enstitüsü sekreteri, 1932-1934 yıllarında Chicago Psikanaliz Enstitüsü müdür yardımcısı oldu. Daha sonra New York'a gitti. Katı Freud'cu görüşten ayrılarak nevrozların oluşmasında biyolojik etkenlerden çok, bireydeki çevre ve kültür etkenlerinin önemli olduğunu ileri sürdü. 1941'de Amerikan Psikanaliz Enstitüsü'nü kurdu. **Self-Analysis** 1924, **Our inner Conflicts** 1945, **Neurosis and Human Growth**-1950 öteki önemli eserlerindendir.

Çağımızın Tedirgin İnsanı

KAREN HORNEY'den
Dr.AYDA YÖRÜKÂN

TUR YAYINLARI

TUR YAYINLARI : 37

Bu kitap, yazarın
The Neurotic Personality of our Time
isimli kitabının tercümesidir.

Kapak : Nur - Olcay Okan
Yüksel Matbaası
İstanbul - 1980

ÇEVİRENİN ÖNSÖZÜ

İnsan ilişkilerini dikkatle inceleyen bir kimse, insan bilimleri alanında uzmanlaşmış olsun ya da olmasın, ergeç şu gerçeğin farkına varacaktır: Çağımızda, küçük ve büyük gruplar içerisindeki insan ilişkileri **genellikle** gergin, çatışmalı ve tedirgin edici bir nitelik almıştır. Bu bir yandan köy ve küçük şehir toplumlarının bir dereceye kadar daha sakin, daha dengeli, geleneklere ve göreneklere daha bağlı olan kapalı yapısının kırılıp ilişkilerin çok daha karmaşık ve çeşitli, dolayısıyla alışılmış kurallara daha az bağlı olduğu büyük şehir toplumlarına geçilmiş olmasından; öbür yandan çağımızın ulaşmış olduğu hızlı, beklenmedik ve yoğun gelişmelerin tek tek insanların ve küçük grupların hayatını şiddetle etkilemesinden ileri gelmektedir.

Uygarlığın gelişmesi tek tek insanların ve toplumların hayatına daha çok mutluluk, sağlık, gelişme ve ilerleme imkânları sağlamakla birlikte, yoğun ve hızlı gelişmelerin yaratmış olduğu yan etkilerle (nüfus patlaması; şehirlerin olağanüstü ve çoğu zaman düzensiz ve dengesiz bir biçimde gelişmesi; teknolojinin aşırı bir hızla ilerlemesi ve insanın bu aşırı hıza ayak uydurmada güçlük çekmesi; ideolojik ve politik çatışmaların aşırı bir düzeye ulaşması; geri kalmış ülkelerle gelişmiş ülkelerin yaşama biçimleri arasındaki farklılıklar ve karşıtlıklar; haber-

leşme imkânlarının olağanüstü artmış olması yüzünden bu farklılıklar ve karşıtlıkların bilincine varmış olma, vb.) insanları, genellikle, eskisinden daha tedirgin, daha huzursuz, daha kararsız ve gergin, dolayısıyla daha mutsuz bir hale getirmiştir*.

Burada bu huzursuzluk ve tedirginliğin toplumsal düzeyde yaratmış olduğu sonuçlar üzerinde durmayacağım: Sınıf çatışmaları, bir devletin iç düzenini sarsan politik kargaşalıklar (mitingler, gösteri yürüyüşleri, boykotlar, grevler, ayaklanmalar, devrimler, vb.), devletler-arası gerginlikler, savaşlar ve başka sosyal gerginlikler üzerinde durmak, çevirisini sunmuş olduğumuz bu kitapta ele alınan konuların sınırını aşmaktadır. Burada yalnız bu gibi gerginlikler ve çatışmaların insanların ruh ve beden sağlığını ve mutluluğunu, dolayısıyla insanlar-arası karşılıklı ilişkileri olumsuz yönden çok şiddetli bir biçimde etkilemiş olduğunu belirtmekle yetineceğim.

Hastalıklar, ölümler, afetler gibi tabii felaketlerin yaratmış olduğu olumsuz etkiler üzerinde de durmayacağım. Benim burada dikkati çekmek istediğim temel sorun, bütün bu tabii ve sosyal felaketleri bir an için bir yana bıraksak bile, insanların yine de niçin mutlu olamadıklarıdır.

Bu noktada okuyucunun gündelik hayattaki gözlemlerine başvurmasını istiyorum. Hepimiz bir aile içerisinde yetiştik; ailemizdeki kişilerle sürekli ilişkilerimiz oldu; ve bize yakın olan başka aileler gör-

(*) Alvin Toffler, **Future Schock** adlı eserinde bu sorunu çok iyi bir şekilde dile getirmiştir. Bakınız: Alvin Toffler, **Şok—Gelecek Korkusu**, Altın Kitaplar Yayınevi, 1975. (Çeviren: Selâmi Sargut.)

dük çevremizde. Sonra okula gittik; okul arkadaşlarımızla ve öğretmenlerimizle ilişkilerimiz oldu. Tanıdığımız insanların ve grupların sayısı ve çeşidi arttı. Daha sonra iş hayatına atıldık; iş arkadaşlarımızla, üstlerimizle, emrimizde çalışan kimselerle ilişkilerimiz oldu. Evlendik; eşimizle, çocuklarımızla, eşimizin ailesi ve akrabaları ile ilişkilerimiz oldu. Komşularımızla ilişkilerimiz oldu. Bu çeşitli ve karmaşık ilişkileri ne biçim yürüttük? Yakın çevremizdekiler nasıl yürüttüler? Okuyucunun, okumağa devam etmeden önce bir parça durup bu nokta üzerinde düşünmesinin yararlı olacağına inamyorum.

Bu konuda kendi çevremdeki örneklerin panaromasını dikkatle gözden geçirdiğim zaman vardığım sonuç şu oldu: Tanıdığım ailelerin büyük çoğunluğu halk arasında «kaderin sillesini yemiş» denilen aileler değildi. Sürekli işsizlik, aşırı para sıkıntısı ve geçim derdi, evini barkını yitirmiş olma, hayatta tek desteği olan eşini ya da biricik çocuğunu yitirip tek başına kalma, amansız bir hastalığa tutulma, sakatlık, vb. insanları çoğu zaman içinden çıkılmaz durumlarla karşı karşıya bırakan büyük felaketlere seyrek olarak rastladım yakın çevremde. Bertrand Russell'ın **Saadet Yolu** adlı ünlü eserinde çok iyi belirtmiş olduğu gibi*, bu tür felâketler ve acılar için de söylenecek şeyler vardır ve Stoalılar bu konuda gerçekten iyi şeyler söylemişlerdir. Ama ben de bunu bir yana bırakıyorum. Ayrıca, Stoa felsefesini günlük hayatımıza uygulamanın ne derece mümkün olduğu ve bazı durumlarda ne derece istenilir bir şey olduğu gibi soruları da bir yana bırakıyo-

(*) Bertrand Russell, **Saadet Yolu**, İstanbul, Varlık Yayınları, 2. Baskı, 1966. (Çeviren: Nurettin Özyürek.)

rum. Hayatım boyunca benim dikkatimi çeken şey, bu gibi aşırı durumların var olmaması halinde de tek tek insanların ve ailelerin yine de mutlu olamadığı, yine de acı çektikleri gerçeği olmuştur. Tanıdığım insanların büyük çoğunluğunda Russell'ın yukarıda adı geçen eserinde «mutluluğun temel şartları» olarak belirtmiş olduğu her şey vardı: Hayatlarını sürdürmeğe imkân verecek sağlıkları, kendilerinin ve ailelerinin geçimini sağlayacak bir işleri ve paraları, olumlu ilişkiler **kurabilecek** bir çevreleri, eşleri, çocukları, evleri, yuvaları vardı. Yine de mutlu olmadılar, olamadılar. Zaman zaman güldüler, eğlendiler, kısa anlarda kendilerini mutlu hissettiler belki. Ama bütünüyle ele alındığı zaman birçoğunun hayatı bir hırgür, bir dırdır, sürekli bir didinme, bocalama, çekişme ve hayal kırıklığı karışımı olarak sürüp gitti. Kısaca, ziyan olup gitti. Geriye baktığım zaman hayıflanarak sallanan eller, «Ah! Ah! Ah!» dercesine sallanan başlar, ağızların kenarlarında aşağı doğru kıvrılmış çizgiler, bükülen dudaklar, ağlayan gözler görüyorum. İç çekmeler, söylenmeler, sızlanmalar, homurdanmalar duyuyorum. A. M. Dranas'ın deyişi ile «Cümle yitikler, mağluplar, mahzunlar» geliyor aklıma. Hepsinin yüzünde okuduğum şey şuydu: «Başaramadım; olmadı; istediğim hayatı yaşayamadım; hayatım yok yere geçip gitti.» Neden?

Hayatın bu şekilde boşu boşuna geçip gitmiş olduğu duygusu, çoğu zaman bilinçsiz ya da yarı-bilinçli, nedeni bilinmeyen genel bir hoşnutsuzluk ve tatminsizlik duygusu şeklinde ortaya çıkabilir. Bazan da çok bilinçli bir şekilde duyulabilir. Büyük bir hikâyeci ve insan ruhunu çok iyi anlamış usta bir düşünür olan Çehov, bu duyguyu **Roçild'in Kemanı**

adlı hikâyesinde olağanüstü bir şekilde dile getirmiştir*:

«Ama o bu fırsatları kaçırmış, hiçbirini yapmamıştı. Ah ne zararlar, ne zararlar! ..... Hayat hiçbir şeye yaramadan boşu boşuna geçmiş, önünde hiçbir şey kalmamıştı; arkasına bakınca da zararlardan başka bir şey görmüyordu. Hem de öyle korkunç zararlar ki düşündükçe insanın tüyleri ürperirdi. Bu zararlar olmadan insan niye yaşıyamıyor acaba? ..... Niye insanlar her sefer gerekli olanı değil de, tam tersini yapıyorlar? Niye Yakov bütün hayatı boyunca sövüp saymış, bağırıp çağırmış, yumrukları ile insanlara gözdağı vermiş, karısını kırmış ve biraz önce de o çıfıtı, hiç lüzumu yokken, korkutmuş, incitmiştir? Oysa bunlar ne büyük zararlar, ne korkunç zararlardı! ..... Neye dünyada böyle garip bir düzen var? İnsana ancak bir defa verilen hayat neden böyle faydasız geçiyor?»

Evet, neden?

İonesco'nun **Yalnız Adam** adlı eserinde de aynı tema ile karşılaşıyoruz. Şu farkla ki Çehov'un hikâyesindeki Yakov toplumla sürtüşen bir tipi canlandırdığı halde, İonesco'nun Yalnız Adam'ı toplumdan kaçan, insanlar arasına karışmak, katılmak istemeyen bir insanın kendi kendisiyle hesaplaşmasıdır**.

«Bütün geçmişim geçiyordu gözümün önünden; bir ruh perişanlığı görünümü, vahasız bir çöl. Ürpertici bir çöl demek daha doğru olur. Ufkun bir yanından öbürüne, tencere kapağının bir ucundan öbürüne dek hiçbir şey yok, bir çiçek bile; kimi yerde kupkuru toprak, kimi yerde toz, kimi yerde çamur. Benim suçum mu bu? Yalnız benim suçum mu? ..... O ne acı, ne ıstırap, ne üzüntü, ne boşa gidiş

(*) Anton Çehov, **Hikâyeler**, Cilt V, s.242-243. Millî Eğitim Bakanlığı, İstanbul, 1949. (Çeviren: Oğuz Peltek.)

(**) Eugene İonesco, **Yalnız Adam**, Cem Yayınevi, İstanbul 1974, s. 103. (Çeviren: Bertan Onaran.)

öyle! Pekâlâ neşe de olabilirdi içinde; neşe olabilir miydi acaba? Şu kirli kurşun rengi, şu donuk aydınlık yerine göz kamaştıran bir ışık da olabilirdi. Sevgi de olabilir miydi? Olabilirdi. Ne çok kaçırılmış fırsat! Ama içimde sevgi vardı. Ruhumun mağaralarında, kodeslerinde, kuyulu zindanlarında... Kilitli... Kapılar kapalıydı ve anahtar bende değildi.»

Ya kimdeydi anahtar? O kapalı kapılar neden açılmadı, açılamadı? Neden?

Edebiyat alanından vereceğim üçüncü örneğin konumuza daha fazla ışık tutacağına inanıyorum. Gonçarov'un ölümsüz eserinin baş kahramanı olan Oblomov'un kendi kendisiyle çekişmesinin ve hesaplaşmasının hikâyesidir bu*.

«O an Oblomov'un hayatındaki en aydın, en bilinçli anlardan biri oldu. ..... Yarım kalmış bir adam olduğunu, ruh güçlerinin gelişmeden kaldığını, hayatına bir ağırlığın çöktüğünü düşündükçe içi parçalanıyordu. Başkalarının zengin, hareketli hayatını kıskanıyor; kendi hayatının yolunu ağır bir kaya parçasıyla tıkanmış, daracık, zavallı bir keçi yolu gibi görüyordu.

İçinde hiç uyanmadan kalmış, biraz kurcalanmış, fakat hiçbiri sonuna kadar işlenmemiş birçok imkânlar olduğunu acı acı seziyordu. İçi yanarak anlıyordu ki onda gömülü kalmış iyi ve güzel bir şeyler vardı; belki çoktan ölmüş ya da bir dağın derinliklerindeki altın gibi saklı kalmış olan bu hazine çoktan meydana çıkmış olmalıydı. Ama öyle derinlerde kalmış, üzerine öyle pislikler yığılmıştı ki... Sanki dünyanın ve hayatın ona verdiği nimetleri birisi çalmış ve yine kendi ruhunun derinliklerinde bir yere gömüp bırakmıştı. Sanki bilinmeyen bir güç, onu hayat meydanına atılmaktan, iradesini ve zekâsını alabildiğine açılıp harcanmaktan alıkoyuyordu. Sanki gizli bir düşman daha yola çıkarken onu ağır eliyle yakalamış, insanlığın doğru yolundan uzaklara fırlatmıştı. .....

(*) İvan Gonçarov, Oblomov, ss. 104-106, Kök Yayınları, İstanbul, 1967. (Çeviren: Sabahattin Eyuboğlu - Erol Güney.)

Oblomov nerede ise ağlayarak kendi kendine "Ben niçin böyleyim?" diye soruyor, başını yeniden battaniyenin altına saklıyordu. "Niçin?"»

Evet niçin? Mutlu olabilmek için var olan temel şartlara rağmen bazı insanlar neden mutlu olamıyor? Kendi içlerinde var olan birtakım imkânlara rağmen bu imkânlarını niçin gerçekleştiremiyor? Başka bir deyimle, kendi içlerinde saklı olan «iyi ve güzel şeyler»i neden gün ışığına çıkaramıyor? Onları, alabildiğine açılmaktan ve gelişmekten alıkoyan şey ne? Mutlu olmaktan alıkoyan şey ne? Kendi hayatlarını içlerinden geldiği gibi, verimli bir biçimde yaşamalarına engel olan şey ne? Hangi bilinmez kuvvet onları «kendi yollarına dikilen bir engel» haline getiriyor ve «kendi içlerindeki hazinelerin yine kendi içlerinde gömülü» bir halde kalmasına yol açıyor? Kaçınılmaz bir kader mi bu? Bir çeşit alınyazısı mı?

Bu soruların cevaplarını araştırdığımız zaman, ilk olarak, bütün bu yaşama biçimlerinde ortak olan özelliğin temel bir **bilgisizlik** olduğunu görüyoruz. Burada «bilgisizlik» deyimini kullanırken belirtmek istediğim şey, formel bir eğitim görmemiş olmak şeklinde anlaşılan bir bilgisizlik değildir. Yukarıda söz konusu ettiğim tipten olan kimselerin çoğu belli bir eğitim ve öğretim, hatta yüksek öğretim görmüşlerdi. Birçok kitaplar okumuşlardı. Nesneler ve olaylar arasındaki ilişkileri anlayacak, kavrayacak kadar akıllıydılar. Ama nasıl yaşayacaklarını bilmiyorlardı. Yaşamanın bir sanat, bir bilgi işi olduğunu bilmiyorlardı. Kendi imkânları ve şartları içerisinde daha iyi nasıl yaşayacaklarını bilmiyorlardı ve bu soruya cevap aramak da akıllarından geçmiyordu. Bize bir defa için verilmiş olan şu hayatın,

bir anının bile ziyan edilemiyecek kadar kısa olduğunu; bu hayatı kendimiz ve çevremizdekiler için en verimli biçimde kullanmamız gerektiğini; hayatın bize sunduğu güzel şeylerden yararlanmamız gerektiğini; kendi imkânlarımızı en iyi biçimde kullanmamız ve geliştirmemiz gerektiğini; başka insanlarla iyi ilişkiler kurmamız gerektiğini bilmiyorlardı. Mutlu olmanın, Alain'in deyimi ile, hem kendimiz hem de başkaları için bir **görev** olduğunu; homurdana homurdana, söylene söylene, sızlana sızlana, ona buna kızarak, çatarak, kırılarak, gücenerek, onu bunu inciterek, kırarak, darıltarak yaşamamak gerektiğini bilmiyorlardı. **Bilselerdi,** gece bir parça uykusuz kaldıkları için güzel bir sabahı kendilerine de başkalarına da zehir etmezlerdi; bir parça başları ağrıyor diye etrafı kırıp geçirmezlerdi; kahvaltı sofrasında bütün şikâyetlerini ard arda sıralamazlardı; eften püften şeylerle güzel bir aile sofrasının tadını kaçırmazlardı. Eninde sonunda hepsini bırakıp gideceğimiz üç-beş parça eşyadan biri kırıldı ya da bozuldu diye bütün bir günün keyfini kaçırmazlardı. **Bilselerdi,** bütün bu ufak tefek, ıvır zıvır şeyleri kendilerine dert etmezler, güzelim hayatı kendileri için de başkaları için de çekilmez hale getirmezlerdi.

Genel bir yaşama bilgisinden, **hayat bilgisinden** yoksun olma şeklinde anlaşılan bu temel bilgisizlik, çoğu zaman çok daha derin bir bilgisizlikle birlikte gitmektedir: Kendimizi ve başkalarını tanımamak; davranışlarımızın temelinde yatan gerçek itkilerden ve dürtülerden habersiz olmak; gerçek isteklerimizin ve emellerimizin, amaçlarımızın ne olduğunu bilmemek; başka bir deyişle, insan davranışlarına yön veren ve çoğu zaman bilinçdışı olan temel mekanizmaları bilmemek...

Bu bilgisizlik bizi çağımız insanları için son derece önemli olan bir sosyal psikolojik olaya götürmektedir: Nevrozluk ve nevrotik kişilik problemi...

Burada bir parantez açıp nevrozluğun ve nevrotik kişiliğin oluşumu ile ilgili kuramlar (teoriler) üzerinde kısa bir açıklama yapmak istiyorum. Batı dillerinde günlük konuşmalara girmiş olan «nevroz» ve «nevrotik» terimlerinin* tam bir Türkçe karşılığı olmadığı gibi, henüz günlük dilimize girecek kadar yaygın bir kullanımları da yoktur; bunun için böyle bir açıklama yapmak yararlı olacaktır. Ancak burada nevrozlukla ilgili kuramların tümünü gözden geçirecek değiliz. Böyle bir önsöz için hem gereksiz, hem de çok fazla zaman alan bir iş olurdu bu. Bu

---

(*) 18. yüzyılın 2. yarısından bu yana kullanılmaya başlayan «nevroz» (neurosis) terimi, başlangıçta bir **sinir hastalığı** anlamına geliyordu. Daha sonra, 19. yüzyılda sinir sisteminde yapısal birtakım değişiklikleri gerektirmeyen fonksiyonel bozukluklar anlamında kullanılmağa başlandı. Freud'un belli başlı nevrozlardan biri olan hysteria'nın bir sinir bozukluğu değil de, bir kişilik bozukluğu olduğunu ortaya koyan buluşundan sonra, sinir hastalıklarının dışında kalan **ruhsal bozuklukları** dile getirmek üzere kullanıldı. (Bakınız: Charles Rycroft, **A Critical Dictionary of Psychoanalysis**, New York, Penguin Books, 1977). Psikozlardan farklı olarak nevrozlar, genellikle, belli bir toplum içerisinde yaşayan bir insanı toplumdan büsbütün ayırmamakla birlikte -ve büsbütün hasta bir hale getirmemekle birlikte- sağlığını, etkinliğini ve verimliliğini olumsuz yönden etkileyen davranış bozukluklarının ve birtakım kişisel rahatsızlıkların tümünü içeren bir ruhsal rahatsızlık kategorisi olarak tanımlanmaktadır. (Bakınız: Jules H. Masserman, «Neuroses», **The Encyclopedia of Mental Health**, New York, 1963, Cilt IV, ss. 1333-1345, s. 1333). «Nevrotik» terimi ise «nevroz» kelimesinden türetilen bir sıfat olarak, sağlıklı olmayan, ama organik bir bozukluğu da bulunmayan ve psikotik olmayan kişileri ve olayları belirtmek üzere kullanılmaktadır.

bakımdan, burada yalnızca Sigmund Freud'un bu konudaki temel görüşleri ile, bu görüş noktasından bazı bakımlardan ayrılmış olmakla birlikte, kuramlarını bir anlamda yine Freud'un temel buluşlarına dayandıran Yeni Freud'çuların görüşlerini* ana çizgileri ile özetlemeğe çalışacağım.

Freud, nevrozları insanın içtepileri -özellikle cinsel içtepileri- ile toplum arasındaki bir çatışmanın sonucu olarak görmektedir. Toplumun etkisiyle içtepiler baskı altına alınmakta, başka bir deyimle bilinçaltına itilmekte ve böylece gerçekleşme imkânını bulamıyan bu bilinçaltı eğilimlerin tümü nevrozları oluşturan dinamik bir kuvvet olarak rol oynamaktadır. Bu gelişme, Freud'a göre, özellikle ilk çocukluk yıllarında oluşmakta ve daha sonraki hayat şartlarının bu konudaki etkisi hesaba katılmağa değmeyecek kadar az olmaktadır. Bunun içindir ki. Freud'un ortaya attığı bir tedavi yöntemi olarak psikanaliz, bireyin ilk çocukluk yıllarına eğilmek ve ilk yıllarda baskı altına alınmış olan içtepilerin yarattığı bilinçaltı ve bilinçdışı çatışmaları ışığa çıkarmak amacını gütmektedir. Freud'a göre, insan tabiatı genellikle kötüdür, vahşidir, yontulmamıştır. Toplum onu ehlileştirmeğe, uygarlaştırmağa, inceltmeğe çalışmaktadır. Bu bakımdan, uygarlık ile baskı arasında doğru orantılı bir ilişki vardır: Uygarlık ne kadar artmışsa, baskı da o kadar çoktur, dolayısıyla nevrozluk da o kadar artmıştır. Başka bir deyimle, nevrozluk uygarlığın bir ürünüdür.

Yeni Freud'çular bazı önemli noktalarda Freud'

(*) «Yeni Freud'çuların görüşleri» derken, genellikle sosyo-kültürel ve sosyal psikolojik etkenlere ağırlık veren yazarların, özellikle Karen Horney, Erich Fromm ve Harry Stack Sullivan'ın ortaya atmış oldukları görüşleri anlıyorum.

tan ayrılmışlardır. Bu noktaları genel bir şema içerisinde şu şekilde özetleyebiliriz:

1. Freud, insanı daha çok biyolojik bir varlık olarak görmüş ve biyolojik içtepilere ağırlık vermiştir. Oysa insan aynı zamanda **sosyal** bir varlıktır: Başka insanlarla ilişki kurmak, başkalarına açılmak, onlarla birleşmek, kaynaşmak, kendini kendi dışındaki birine ya da bir şeye vermek, birilerine ya da bir şeylere bağlanmak gibi biyolojik alanı aşan birtakım eğilimler de insan tabiatına sıkı sıkıya bağlı olan imkânlar olarak görünmektedir.

2. Buradan çıkan bir sonuç olarak, insan tabiatı Freud'un öne sürmüş olduğu gibi genellikle **kötü** değildir. İnsan tabiatı, bir anlamda, ne iyidir ne de kötüdür; yalnızca birtakım imkânlarla donatılmıştır. İnsan tabiatı gelişmek, açılmak, kendi kendini gerçekleştirmek, bütünleşmek, tüm imkânları ile gerçekleşmek istemektedir; bunları yapma imkânını bulamadığı zaman gelişmede bir sapma olmakta ve **kötü** dediğimiz şey ortaya çıkmaktadır. Bu bakımdan, Freud insan tabiatı üzerinde kötümser, Yeni Freud'çular ise genellikle **iyimser** bir görüşün temsilcileri olmuşlardır.

3. Durum böyle olunca, nevrozlar, insanın biyolojik içtepileri ile toplum, başka bir deyimle vahşi, kötü ve yontulmamış olan eğilimlerle toplumun baskısı arasındaki bir çatışmadan çok, sosyo-psişik bir çatışmadan, yani **insanlar-arası ilişkilerdeki bozukluklar ve çatışmalardan** ileri gelmektedirler. İnsan-

lar-arası ilişkilerse belirli toplumlar ve kültürlere göre değişik biçimler aldığı için, nevrozların oluşumunda sosyo-kültürel etkenlere ağırlık vermek gerekecektir.

4. İnsanlar-arası çatışmaların yol açtığı nevrotik eğilimler genellikle ilk çocukluk yıllarında oluşmakla birlikte, Yeni Freud'çulara göre, daha sonraki yıllardaki yaşantılar da bu konuda önemli bir katkıda bulunmaktadırlar. Başka bir deyişle, ileri yaşlarda karşımıza çıkan nevrozluk halleri ilk çocukluk yaşantılarının bir devamı ve tekrarı değildir. Daha sonraki şartlar ilk çocukluk yıllarının kötü etkilerini kuvvetlendirebilir, giderebilir, ya da devam ettirebilir. Ama her ne olursa olsun, *nevrozluk o gün için var olan* bir takım çatışmalı durumların belirtisidir; dolayısıyla tedavide de ilk çocukluk yıllarının etkileri dikkate alınmakla birlikte, o gün için var olan çatışmalı durumları ışığa çıkarmak gerekmektedir.

Psikanaliz, bu çatışmalı durumları ortaya çıkarmak ve bu durumların yaratmış olduğu bilinçaltı ve bilinçdışı nevrotik eğilimleri bilinçli bir hale getirmek amacını güden bir tedavi yöntemi olarak görünmektedir. Şu var ki, bugün ileri ülkelerde bile ancak küçük bir azınlık bu tedavi yönteminden yararlanmak imkânını bulabilmektedir. Psikanaliste ancak çok aşırı durumlarda başvurulması, psikanalizin uzun bir zaman alan ve pahalı bir yol olması, psikanalizle ilgili temel kavramlar ve buluşların çoğunluğa mal olacak kadar yaygın olmaması gibi nedenler bu duruma yol açan etkenlerden yalnızca bir-

kaçıdır. Bu yüzden «nevroz» kategorisine giren bozuklukların büyük çoğunluğu kendi haline bırakılmaktadır. Dolayısıyla insanlar-arası ilişkilerde yukarıda söz konusu ettiğimiz bozukluklar sürüp gitmektedir. Yalnızca sürüp gitmekle kalmamakta, aynı zamanda gitgide artmaktadır. Çünkü bir ailede bir tek nevrotik insanın bulunması bile aile ilişkilerini bozmakta ve yeni nevrozların gelişmesine elverişli bir ortam yaratmaktadır. Jacques Parisot'nun çok iyi bir şekilde belirtmiş olduğu gibi, «Ruhsal dengesizlikler kelimenin tam anlamı ile yalnızca bulaşıcı olmakla kalmazlar, aynı zamanda bir salgın hastalık imişçesine yayılırlar»*. Bu yüzden, mutsuz aileler, huzursuz iş yerleri, hasetlerin, kıskançlıkların, çekememezliklerin, engellemelerin, çekişmelerin, kavgaların ve her türlü çatışmanın kol gezdiği sağlıksız ve mutsuz çevreler çıkar ortaya. Bu çevreler, yeni nevrotik kişilerin oluşumuna son derece elverişli bir ortam yaratırlar ve bütün bunların sonucu olarak da bir kısır-döngü çıkar karşımıza.

Bu kısır-döngüden çıkmanın bir yolu psikanalizdir. Ancak, yukarıda belirtmiş olduğumuz nedenlerle, bir uzman yönetiminde uygulanan sistemli bir tedavi şekli olarak psikanaliz bugün geniş kütlelerin malı olmaktan henüz çok uzaktır. Bu bakımdan, bugünkü şartlar altında yapabileceğimiz şey, kendimizi ve başkalarını tanımak ve insan davranışlarının temelinde yatan gerçek itkileri ışığa çıkarmak imkânını verecek psikolojik bilgilerden yararlanmaktır. Başka bir deyimle, yaşamamıza yön veren ve bize birtakım hayat bilgileri ve hayat felsefesi vermede

(*) Jacques Parisot, **Relationship of Housing to Mental Health**, WHO, Working Paper No. 3 B, 17 March 1961, s. 19.

yardımcı olan kitapların yanında, kendimizi ve başkalarını anlamamıza imkân veren psikoloji kitaplarına da ağırlık vermektir.

Kendimize ve topluma yararlı kişiler olarak yaşamak istiyorsak, kendimizle ve başkaları ile uyum ve barış içerisinde yaşayan verimli, sağlıklı, başarılı ve mutlu kişiler olmak istiyorsak, bu gibi bilgilere önem vermek zorundayız. Ünlü İngiliz şairi Swinburne'un mısralarındaki gibi Proserpine'ın bahçesine, yani ölümün egemen olduğu o bilinmez ülkeye «Kar altında titreşen körelmiş tomurcuklar - Rüzgârın önüne kattığı kuru yapraklar - Yok olmuş baharların başıboş yaprakları...» olarak gitmek istemiyorsak, korktuğumuz sonucu kendi ellerimizle hazırlamamıza ve adım adım bu sonuca doğru gitmemize yol açmaktan başka bir işe yaramayan **kaçınılmaz psikolojik kader** fikrini bir yana itmeliyiz. İnsan tabiatının değiştirilebileceğini öne süren Alfred Adler'in iyimser görüşüne kapılarımızı açmalıyız. İçimizdeki iyi ve güzel şeyleri, tıpkı bir maden ocağından değerli madenler çıkarıyormuşçasına, çaba ile, sebatla ve umutla gün ışığına çıkarmağa çalışmalıyız. Onları bencilliğimizin, dar-görüşlülüğümüzün, kayıtsızlığımızın, tembelliğimizin ve bilgisizliğimizin soğuk külleri arasında bırakmamalıyız. Hayat ne kadar güzel şeylerle dolu olabilir -şartlar elverirse- evet, ama **istersek** eğer. «Gidebilirdim», «gitmedim»; «verebilirdim», «vermedim»; «katılabilirdim», «katılmadım»; «sevebilirdim», «sevmedim»; «umut verebilirdim», «neşe verebilirdim», «yardım edebilirdim», «yaratabilirdim», «**yapabilirdim**», «**ama yapmadım**» dememek için ve artık hiçbir işe yaramayan boş hayıflanmalara ve pişmanlıklara kapılmamak, «geçti», «bitti», «boşuboşuna» diye sızlan-

mamak için uyanık bulunmak zorundayız. Bize yardım ellerini uzatan büyük düşünürlere, filozoflara ve bilginlere kulak vermek ve onların bize sundukları bilgileri kendi aklımızın ve kalbimizin süzgecinden geçirerek, kendi yaşantılarımız, çabalarımız ve deneylerimizle değerlendirerek, kendimize mal etmek zorundayız. Çevirisini sunduğumuz bu kitabın okuyucuya bu yönden yararlı olacağını umuyorum.

Ayda Yörükân

GİRİŞ

Bu kitabı yazarken göz önünde bulundurduğum amaç, aramızda yaşayan nevrotik insanı tam olarak anlatmağa çalışmak ve onu, bugün içerisinde bulunduğu çatışmaları, endişeleri, acıları ve kendisiyle olduğu kadar başkaları ile olan ilişkilerinde de karşılaştığı güçlüklerle birlikte ortaya koymaktır. Burada nevrozların özel bir türü ya da türleri ile ilgilenecek yerde, dikkatimi, şu ya da bu şekilde çağımızın aşağı yukarı tüm nevrotik kişilerinde ortaya çıkan karakter yapısı üzerinde topladım.

Bu kitapta, nevrotik bir insanın bugünkü çatışmalarına ve bu çatışmaları çözmek için yaptığı denemelere, bugünkü endişelerine ve bu endişeler karşısında başvurduğu savunma araçlarına ağırlık verilmiştir. Böylece, nevrotik insanın bugünkü durumu üzerinde durmakla, nevrozların temelinde ilk çocukluk yaşantılarının bulunmuş olduğu görüşünü bir yana atmış değilim. Ama bu tutum, dikkatimizi yalnızca çocukluk yılları üzerinde toplamayı, çocukluk yıllarından başka bir şey görmemeyi ve sonraki tepkileri, daha çok önceki tepkilerin bir tekrarı olarak görmeyi gerektirmez. İşte bu noktada ben birçok psikanalistten ayrılıyorum. Çocukluk yaşantıları ile daha sonraki çatışmalar arasındaki ilişkinin, yalnızca bir neden-sonuç ilişkisi üzerinde duran psikanalistlerin sandığından çok daha karmaşık olduğunu göstermek istiyorum. Çocukluk yaşantıları, nevrozları belirleyen durumları ya da etkenleri yaratmış olmakla birlikte, daha sonraki güçlüklerin biricik nedeni değildirler.

Dikkatimizi nevrotik bir insanın bugün içerisinde bu-

lunmuş olduğu güçlükler üzerinde topladığımız zaman, nevrozların oluşumuna yalnızca bireysel yaşantıların değil, aynı zamanda, içerisinde bulunduğumuz kültürel durumların da neden olduğunu kabul etmek zorunda kalırız. Gerçekten de, kültürel durumlar bireysel yaşantıları etkilemek ve renklendirmekle kalmazlar, eninde sonunda onların belirli bir şekil almasına da yol açarlar. Sözgelişi, bir insanın «her şeye karışan ve hep kendi dediğinin olmasını isteyen» ya da «kendini yalnızca çocuklarına veren» bir annesi olması bireysel bir alınyazısıdır; ama bu çeşit annelere belirli kültürel durumlar içerisinde rastlanır ve böyle bir yaşantının daha sonraki hayatı etkilemesi de yalnızca bu kültürel durumlara bağlıdır.

Kültürel durumların nevrozlar üzerindeki etkisinin büyük önemini anladığımız zaman, Freud tarafından nevrozların temeli olarak görülen biyolojik ve fizyolojik etkenler arka plana itilmiş olmaktadır. Bu sonuncuların etkisi, ancak elimizde açık ve seçik kanıtlar olduğu zaman hesaba katılmalıdır.

Konuyu böyle bir açıdan ele alışım, nevrozlardaki birçok temel sorunun yepyeni bir şekilde yorumlanmasına yol açmaktadır. Bu yorumlamalar, masochism sorunu*, sevilmek için duyulan nevrotik ihtiyacın ortaya çıkardığı sonuçlar, nevrotik suçluluk duygularının anlamı gibi çeşitli sorunlarla ilgili olmakla birlikte, ortak bir temele de dayanmaktadır: Nevrotik karakter eğilimlerinin gelişmesinde endişenin oynadığı belirleyici role ağırlık verilmiş olması.

Yorumlamalarımdan çoğu Freud'unkilerden ayrılmış

(*) Dar anlamı ile «masochism», dövülmek, kırbaçlanmak ya da başka türlü bir bedensel eziyet görmekten zevk duyarak cinsel tatmine ulaşma ile belirlenmiş bir cinsel sapıklıktır. Buradaki anlamı ise, psikanaliz alanında özellikle Erich Fromm ve Karen Horney'in üzerinde durdukları ve cinsel sınırları aşan bir olayla ilgilidir: Genellikle manevi bir eziyet görmekten, manevi bir acı çekmekten zevk duymak. (Çevirenin notu.)

olduğu için, bazı okuyucular bu kitapta ortaya atılmış olan görüşlerin psikanalizle ilgili olup olmadığını sorabilirler. Bu sorunun cevabı, «psikanaliz» deyince daha çok ne anlaşıldığına bağlıdır. Eğer psikanalizin Freud'un öne sürmüş olduğu kuramların bütününden başka bir şey olmadığına inanılıyorsa, bu kitapta sunulmuş olan görüşler psikanaliz değildir. Eğer «psikanaliz» deyince, daha çok, bilinçdışı süreçlerin rolü ve kendilerini açığa vurma yolları ve bu bilinçdışı süreçleri bilinç yüzeyine çıkaracak bir tedavi şekli ile ilgili bazı temel düşünce eğilimleri anlaşılıyorsa, o zaman burada ortaya atılmış olan görüşler psikanalizin kapsamına girer. Freud'un kuramsal yorumlamalarının tümüne sıkı sıkıya bağlı kalmanın, nevrozları, Freud'un kuramının yönelttiği şekilde açıklamak, yani Freud'un kuramı nevrozlarda neyi aramaya doğru götürüyorsa onu bulmaya çalışmak gibi bir tehlike yaratacağına inanıyorum. Bu ise bir yerde donup kalmak tehlikesiyle karşılaşmak demektir. Bence Freud'un ortaya koymuş olduğu o dev esere bağlı kalmak, onun kurduğu temellere dayanmak şeklinde olmalıdır; böylece, kuramsal alanda olduğu kadar tedavi alanında da psikanalizin gelecek için sunmuş olduğu imkânların gerçekleşmesine yardımcı olabiliriz.

Bu noktalar, akla gelebilecek bir soruyu da cevaplandıracaktır: Benim yorumlamalarımın bir dereceye kadar Adler'inkine bağlı olup olmadığı. Adler'in ağırlık vermiş olduğu bazı noktalarla birtakım benzerlikleri olmakla birlikte, benim yorumlamalarımın temelinde Freud'un görüşleri bulunmaktadır. Adler, psikolojik süreçlerin özünü verimli bir şekilde kavramayı başarabilmiş bir görüşün bile, tek yönlü olduğu ve Freud'un temel buluşlarına dayanmadığı zaman kısır kalabileceğini gösteren iyi bir örnektir.

Başka psikanalitik yazarlarla hangi bakımdan uyuştuğumu, hangi bakımdan onlardan ayrıldığımı belirtmek bu kitabın temel amacı olmadığı için, görüş ayrılıkları ile ilgili tartışmalarımı genellikle Freud'un görüşlerinden açık-

ça ayrılan belli sorunlar üzerindeki düşüncelerimle sınırlamak istedim.

Burada ortaya koymuş olduğum görüşler, nevrozlar üzerindeki uzun psikanalitik incelemelerden edinmiş olduğum izlenimlerdir. Yorumlamalarımın dayanmış olduğu olgular bütününü (materyeli) okuyucularıma sunabilmek için, kitabıma tek tek durumlarla ilgili birçok ayrıntılı hayat hikâyesi koymuş olmam gerekirdi; ne var ki böyle bir tutum, nevrozlarla ilgili sorunların genel bir portresini çizmek amacını güden bir kitabın gerektiğinden çok yüklü olmasına yol açardı. Bununla birlikte, bu olgular bütünü olmadan da, uzmanlar kadar meslekten olmayan kimseler de, belirtmiş olduğum şeylerin geçerliğini sınayabilirler. Okuyucu eğer dikkatli bir gözlemci ise, benim öne sürmüş olduğum varsayımları kendi gözlemleri ve deneyleri ile karşılaştırabilir ve böylece, söylemiş olduğum şeyleri onaylayabilir ya da reddedebilir, değiştirebilir ya da doğrulayabilir.

Bu kitap kolayca anlaşılabilir bir dille yazılmıştır; açık ve seçik olabilmek kaygısı ile çok fazla ayrıntılı konulara girmekten kaçındım. Elimden geldiği kadar teknik terimler kullanmamağa çalıştım, çünkü bu gibi terimler kullanmak hemen her zaman açık ve seçik bir şekilde düşünmeyi engelleme gibi bir tehlike yaratır. Bu yüzden birçok okuyucuda, özellikle mesleğin yabancısı olan kimselerde, nevrotik kişilikle ilgili sorunların kolayca anlaşılabileceği kanısı uyanabilir. Ama böyle bir sonuca varmak yanlış, hatta tehlikelidir. Bütün psikolojik sorunların kaçınılmaz bir şekilde iç içe girmiş olduğunu ve kolay kolay kavranılamıyacağını gözden kaçırmamalıyız. Bu gerçeği kabul etmek istemeyen biri varsa, bu kitabı okumaması daha iyi olur. Yoksa kafası karışacak ve aradığı hazır formülleri burada bulamıyarak hayal kırıklığına uğrayacaktır.

Bu kitap, mesleği gereğince nevrotik kişilerle uğraşmak zorunda kalan ve bu konudaki problemlerin yabancısı olmayan kimselere olduğu kadar, mesleğin dışında

kalmakla birlikte konu ile ilgilenen kimselere de seslenmektedir. Mesleği gereğince konu ile ilgilenenler arasında da yalnızca psikiyatrlar için değil, sosyal hizmet görevlileri ve öğretmenler; aynı zamanda, çeşitli kültürlerin incelenmesinde psikolojik etkenlerin anlam ve önemini kavramış olan antropologlar ve sosyologlar için de yararlı olacaktır. Son olarak, bu kitabın, nevrotik insanın kendisi için de belli bir önem taşıyacağını umuyorum. Böyle bir kimse, eğer herhangi bir psikolojik düşünceyi kendi iç dünyasına karışma ya da kendisine zorla kabul ettirilmek istenen bir şey olarak görüp, ta başından reddetmeğe kalkmazsa, çoğu zaman kendi acılarından yola çıkarak, karmaşık psikolojik olayları kendinden daha güçlü olan insan kardeşlerinden daha iyi anlayabilir ve kavrayabilir. Ama ne yazık ki kendi durumuyla ilgili bir şeyler okumak onu iyileştirmeyecektir; okuduğu şeylerde, büyük bir olasılıkla, kendinden çok, başkalarını bulma eğilimini gösterecektir.

Bu kitabın yayına hazırlanmasında yardımcı olan Elizabeth Todd'a burada teşekkür etmek isterim. Kendilerine borçlu olduğum yazarlar metinde belirtilmiştir. Bize çalışmalarımızın dayandığı temeli ve kullanacağımız araçları sağlayan Freud'a ve ulaşmış olduğum sonuçlarda katkısı bulunan hastalarıma ayrıca minnet duygularımı belirtmeyi büyük bir borç bilirim.

I. BÖLÜM

NEVROZLARIN KÜLTÜREL VE PSİKOLOJİK KAPSAMI

Bugün «nevrotik» kelimesini oldukça rahat bir şekilde kullanırız; şu var ki, bu kelimeyi kullanırken ne demek istediğimizi her zaman açık ve seçik olarak bilmeyiz. Çoğu zaman «nevrotik» deyimini kullanmak, herhangi bir kimseyi beğenmediğimizi biraz daha incelmiş, daha bilgiç bir dille belirtmekten başka bir şey değildir: Daha önce tembel, alıngan, çevresindekilerden çok şey bekleyen ya da kuşkucu olarak nitelenen kimselere bugün «nevrotik» denilmektedir. Ama yine de bu terimi kullandığımız zaman ne demek istediğimiz konusunda belli bir fikrimiz vardır ve bu terimin tam anlamını bilmesek de, niçin onu seçmiş olduğumuzu belirleyecek birtakım kriterlerimiz de bulunmaktadır.

İlk olarak, nevrotik kimseler göstermiş oldukları tepkiler bakımından ortalama bireylerden ayrılırlar. Sözgelişi, aşağı derecede bir işte kalmak isteyen, ücretinin artırılması önerisini reddeden ve üstleriyle özdeşleşmek* is-

(*) «Özdeşleşmek» deyimini, bir insanın başka insanlarla kendisi arasında sıkı bir bağ kurmasını, onları benimsemesini, onlar gibi davranmasını, onlara yakınlık duymasını ve onlarla işbirliği yapmasını, başka bir deyimle onlarla bir ve aynı kimse olacak şekilde birleşmesini dile getiren «identification» kelimesinin karşılığı olarak kullandım. (Çevirenin notu.)

temeyen bir genç kızı; ya da işine daha çok zaman ayıracak olursa daha çok para kazanabileceği halde haftada otuz dolar ile yetinen ve bu paranın elverdiği ölçüde hayatın tadını çıkarmağa bakan, zamanının çoğunu kadınlarla geçiren ya da birtakım teknik «hobby»lere harcayan bir sanatçıyı, ister istemez nevrotik olarak görme eğilimindeyizdir. Bu gibi kimseleri nevrotik olarak nitelemiş olmamızın nedeni, toplum içerisinde ön sırada yer almak, başkalarını geçmek ve yaşamak için gereken en az paradan daha çoğunu kazanmak istemeyi gerektiren bir davranış kalıbının çoğumuz tarafından benimsenmesi, hem de bu konuda başka bir davranış kalıbına yer vermeyecek şekilde benimsenmiş olmasıdır.

Bu örneklerden de anlaşılacağı üzere, bir kimsenin nevrotik olup olmadığını belirleyebilmek için kullanmış olduğumuz kriterlerden biri, o kimsenin davranışlarının çağımızın benimsemiş olduğu herhangi bir davranış kalıbına uygun olup olmadığını araştırmaktır. Herhangi bir yarışma itkisiyle* hareket etmeyen, hiç değilse göze çarpan bir yarışma itkisiyle hareket etmeyen genç kız bir Pueblo Kızılderili kültüründe yaşamış olsaydı, normal olarak görülecekti; ya da yukarıda söz konusu edilmiş olan sanatçı bir güney İtalya köyünde ya da Mexico'da yaşasaydı, o da normal olarak kabul edilecekti; çünkü bu çevrelerde bir insanın zorunlu ihtiyaçlarını karşılamak için gerekenden daha çok çaba göstermesi ya da daha çok para kazanmak istemesi gerektiği şeklinde bir düşünceye rastlanmamaktadır. Daha eskiye dönecek olursak, Eski Yunanlarda, bir insanın ihtiyaçlarının gerektirmiş olduğundan daha çok çalışmak istemesinin yakışıksız bir davranış olarak nitelendiğini de görürüz.

Böylece «nevrotik» kelimesi, başlangıçta yalnızca tıbbi bir anlam taşımakla birlikte, bugün bu kelimeyi kül-

(*) «İtki» deyimini, insanı belirli bir davranışta bulunmağa doğru iten bir iç kuvveti dile getiren «drive» kelimesinin karşılığı olarak kullandım. (Çevirenin notu.)

türel kapsamını hesaba katmadan kullanamayız. Kırık bir bacak, hastanın kültürel çevresi bilinmeksizin anlaşılabilir; ama hayaller gören ve bu hayallerinin gerçek olduğunu ileri süren bir Kızılderili oğlanı[1] psikotik olarak nitelemek yanlış olacaktır. Bu Kızılderililerin kültürlerinde hayaller ve sanrılar (hallucination) görmek özel bir yetenek, ruhların insanlara vermiş olduğu bir bağış olarak görülür ve bu gibi hayaller ya da sanrılar gören bir kimse toplum içerisinde belli bir saygınlık (prestij) kazandığı için de, hayal ya da sanrılar görmek için özel bir çaba gösterilir. Saatlerce ölmüş dedesiyle konuşan bir kimse bizim için nevrotik ya da psikotiktir; oysa bazı Kızılderili kabilelerde atalarla böyle bir ilişki kurma, benimsenmiş bir kültür kalıbıdır. Ölmüş bir akrabanın adı geçtiği zaman fena halde incinen bir insan bize gerçekten nevrotik olarak göründüğü halde, böyle bir insan Jicarilla Apache kültüründe[2] kesinlikle normal olarak görülecektir. Aybaşı halinde bulunan bir kadının yaklaşmasından dehşete düşen bir erkeği biz nevrotik olarak nitelemeğe eğiliminde olduğumuz halde, birçok ilkel kabilelerde aybaşı ile ilgili korkular ortalama bir tavır olarak görünmektedir.

Normal kavramı kültürden kültüre değişmekle kalmaz, aynı kültür içerisinde zamana göre de değişir. Sözgelişi, bugün olgun ve bağımsız bir kadın, cinsel ilişkilerde bulundu diye kendisini «düşmüş bir kadın», «onurlu bir erkeğin sevgisine layık olmayan bir kadın» olarak görüyorsa, nevrotik bir kadın olmasından şüphe edilir; hiç değilse toplumun bazı çevrelerinde bu böyledir. Oysa kırk yıl kadar önce böyle bir suçluluk duygusu normal olarak görülürdü. Normallik anlayışı toplumun çeşitli sı-

(1) Bakınız: H. Scudder Mekeel, «Clinic and Culture», **Journal of Abnormal and Social Psychology**, Cilt 30 (1935), ss. 292-300.

(2) M. E. Opler, «An Interpretation of Ambivalence of two American Indian Tribes», **Journal of Social Psychology**, Cilt 7 (1936), ss. 82-116.

nıflarına göre de değişir: Sözgelişi, feodal sınıfın bireyleri, bir erkeğin av ve savaş zamanlarının dışında bütün zamanını tembel tembel geçirmesini normal olarak gördükleri halde, aynı tavrı takınan burjuva sınıfından bir kimse kesinlikle anormal olarak nitelenecektir. Toplum içerisinde, Batı kültüründe olduğu gibi, kadınla erkeğin mizaçlarının farklı olduğu inancına dayanan bir cinsel ayrım var olduğu zaman, «normal» kavramı böyle bir cinsel ayrıma göre de değişecektir: Sözgelişi, kırkına yaklaşan bir kadının yaşlanmak korkusunu kafasından söküp atamaması «normal» olarak görülebileceği halde, bir erkeğin, hayatının bu döneminde yaşlılık konusunda aşırı bir duyarlık göstermesi nevrotik olarak nitelenecektir.

Eğitim görmüş olan her insan, «normal» olarak kabul edilen şeylerin değişebileceğini bir dereceye kadar bilir. Çinlilerin bizim yediklerimizden başka yemekler yediklerini biliriz; Eskimoların değişik temizlik anlayışları olduğunu, ilkel toplumlardaki bir büyücünün hastaları iyileştirmeğe çalışırken çağdaş bir doktorun başvurduğu yollardan apayrı birtakım yollara başvurduğunu da biliriz. Ne var ki, yalnızca törelerin ve alışkanlıkların değil, itkilerin ve duyguların da birbirinden farklı olduğu, antropologlar[3] tarafından açıkça ya da üstü kapalı bir şekilde belirtilmiş olmakla birlikte, genellikle pek iyi anlaşılmamıştır. Sapir'in[4] göstermiş olduğu gibi, «normal»i hep yeniden keşfetmek çağdaş antropolojinin değerli yönlerinden biridir.

Her kültürün kendi duygularının ve itkilerinin insan tabiatının biricik normal görünüşü olduğu inancına dört

---

(3) Bakınız: Margaret Mead'in **Sex and Temperament in Three Primitive Societies**; Ruth Benedict'in **Patterns of Culture**; A. S. Hallowell'in yeni çıkacak olan **Handbook of Psychological Leads for Ethnological Field Workers** adlı eserlerindeki değerli antropolojik bulgular.

(4) Edward Sapir, «Cultural Anthropology and Psychiatry», **Journal of Abnormal and Social Psychology**, Cilt 27 (1932), ss. 229-242.

elle sarılmasını[5] açıklayacak güçlü nedenler vardır ve psikoloji de bu kuralın dışında kalamaz. Bu konuda bir örnek verecek olursak, Freud, kendi gözlemlerinden kadının erkekten daha kıskanç olduğu sonucunu çıkarmış ve genel bir olay olarak kabul ettiği bu sonucu biyolojik temellere bağlayarak açıklamağa çalışmıştır[6]. Freud aynı

(5) Bakınız: Ruth Benedict, **Patterns of Culture.**

(6) «Some Psychological Consequences of the Anatomical Distinction between the Sexes» adlı yazısında Freud, anatomik cinsel ayrımlar yüzünden ister istemez her kız çocuğun, «penis»e sahip oldukları için oğlan çocukları kıskandığını ileri sürmüştür. Freud'a göre kız çocuğun «penis»e sahip olma isteği, daha sonra, «penis»i olan bir erkeğe sahip olma isteği halini alır. O zaman o, başka kadınların erkeklerle olan ilişkilerini, daha doğrusu, başka kadınların erkeklere sahip olmalarını kıskanır; tıpkı çocukken oğlanların «penis»e sahip olmalarını kıskandığı gibi. Freud bu gibi deyimler kullanmakla kendi çağının kışkırtıcılığına (iğvasına) kapılmış görünmektedir: İnsanlığın tümünü kapsayacak şekilde insan tabiatı hakkında birtakım genelleştirmeler yapmıştır; şu var ki, yapmış olduğu genelleştirmeleri yalnızca bir tek kültür bölgesi üzerindeki gözlemlerine dayandırmıştır.

Antropolog, Freud'un gözlemlerinin geçerliğini tartışmağa kalkmayacaktır; bunları belli bir zamanda belli bir kültür içerisindeki insanların bir bölümü ile ilgili gözlemler olarak kabul edecektir. Ama kıskançlık karşısında takınılmış olan tavırlar konusunda kültürler arasında sayısız ayrılıklar olduğunu; bazı toplumlarda erkeklerin kadınlardan daha kıskanç olduğunu; başka toplumlarda her iki cinste de kıskançlığa rastlanmadığını; bazılarında ise her iki cinsin de aşırı derecede kıskanç olduğunu göstererek, Freud'un genelleştirmelerini tartışma konusu edebilecektir. Bu farkları göz önünde tutarak, Freud'un -ya da daha doğrusu herhangi bir kimsenin- kendi gözlemlerini, anatomik cinsel ayrımlara dayanarak açıklamağa çalışmasını kabul etmeyecektir. Buna karşılık, hayat şartlarındaki farklılığı araştırmanın zorunluluğu üzerinde duracak ve bu farkların kadın ve erkeklerdeki kıs-

zamanda, adam öldürmeyle ilgili suçluluk duygularının her insanda var olduğunu kabul eder görünmektedir[7]. Şu var ki, adam öldürmeğe karşı takınılan tavırların son derece değişik olduğu su götürmez bir gerçektir. Peter Freuchen'in[8] göstermiş olduğu gibi, Eskimolar adam öldüren bir kimsenin cezalandırılması gerektiğini akıllarına bile getirmezler. Birçok ilkel kabilelerde bireylerden birinin bir yabancı tarafından öldürülmesi halinde ailenin uğradığı zarar, onun yerine başka birinin konulması ile giderilebilir. Bazı kültürlerde oğlu öldürülen bir annenin acıları, onun yerine katili evlat edinmekle dindirilebilir[9].

Başka antropolojik bulguları göz önünde bulundurduğumuz zaman, insan tabiatı ile ilgili kavramlarımızın oldukça ilkel olduğunu kabul etmek zorunda kalırız: Sözgelişi, yarışmanın, kardeşler arasındaki şiddetli yarışmanın, sevgi ile cinsellik arasındaki yakınlığın insan tabiatından ileri gelen eğilimler olduğunu sanmamız bu konudaki bilgisizliğimizin ve deneysizliğimizin sonucudur. Normallik anlayışımız, belli bir grup içerisinde var olan ve bu

---

kançlığın gelişmesi üzerindeki etkilerini ışığa çıkarmanın gerekli olduğunda ısrar edecektir. Bir örnek verecek olursak, bizim kültürümüz söz konusu olduğu zaman, kültürümüzün nevrotik kadınları için doğru olan Freud'un gözlemlerinin, bu kültürün normal kadınları için de geçerli olup olmıyacağını sormak gerekecektir. Böyle bir soruyu ortaya atmak gerekir, çünkü psikanalistler genellikle her gün nevrotik insanlarla uğraşmak zorunda kaldıkları için, kültürümüzde normal insanların da bulunduğu gerçeğini gözden kaçırmaktadırlar. Aynı şekilde, şöyle bir soru da sormak gerekir: Öteki cins karşısında duyulan kıskançlık duygusunu ve sahip olma isteğini artıran psikolojik etkenler nelerdir ve kültürümüz içerisinde yaşayan kadın ve erkeklerin hayat şartlarındaki hangi farklar kıskançlığın gelişmesiyle ilgili bu farkı açıklayabilir?

(7) Sigmund Freud, **Totem and Taboo.**
(8) Peter Freuchen, **Arctic Adventure and Eskimo.**
(9) Robert Briffault, **The Mothers.**

grubun kendi üyelerine kabul ettirdiği belli birtakım duygu ve davranış ölçülerinin benimsenmesi sonucunda ortaya çıkmıştır. Ama davranış ölçüleri kültürden kültüre değiştiği gibi, çağlara, sınıflara ve cinslere göre de değişmektedir.

Bu noktaları göz önünde bulundurmak, psikoloji için, ilk bakışta sanıldığından çok daha önemli sonuçlar doğuracaktır. İlk olarak, psikolojinin evrenselliği konusunda bir şüphe uyanacaktır. Kendi kültürümüzle ilgili bulgularla başka kültürlerle ilgili olanlar arasındaki benzerliklerden her ikisinin de aynı olduğu sonucunu çıkarmamalıyız. Yeni bir psikolojik bulgunun insan tabiatından ileri gelen evrensel bir eğilimi ortaya koymuş olduğu varsayımı artık geçer olarak kabul edilmemektedir. Bütün bunların sonucu olarak bazı sosyologların tekrar tekrar belirtmiş oldukları şeyin doğruluğu ortaya çıkmıştır: Bütün insanlık için geçer olarak kabul edilebilecek bir normal psikoloji yoktur.

Bununla birlikte, bütün bu sınırlamalar, olayları anlamamıza yardımcı olan yeni imkânların ortaya çıkması ile epeyce giderilebilmiştir. Bu antropolojik verilerin ortaya koyduğu en temel sonuç, duyguların ve tavırların, insanı şaşırtacak derecede, içerisinde bulunduğumuz ve birbirinden ayrılamıyacak şekilde iç içe geçmiş olan bireysel ve kültürel etkenler tarafından yoğrulmuş olduğudur. Bu ise, içerisinde yaşadığımız kültürel durumları bildiğimiz zaman, normal duygular ve tavırların özel niteliğini çok daha iyi bir şekilde anlama şansımızın daha çok olması demektir. Nevrozlar ise normal davranış kalıplarından sapmalar olarak görüldüğü için, böylece onları da daha iyi anlayabileceğiz.

Böyle bir yol tutmak, bir bakıma, Freud'u, eninde sonunda, toplumu o zamana gelinceye kadar akla gelmemiş bir nevrozluk anlayışı ile ele almağa götürmüş olan yol boyunca izlemek demektir. Kuramsal bakımdan Freud, özelliklerimizi biyolojik itkilere kadar geri götürmekle birlikte, kuramsal alanda ve daha çok, uygulamada, bireyin

hayat şartlarını, özellikle ilk çocukluktaki sevgi yaşantılarının yoğurucu etkilerini ayrıntılı olarak bilmedikçe bir nevrozu anlayamıyacağımızı öne süren görüşü içten benimsemiştir. Aynı ilkeyi belli bir kültür içerisindeki normal ve nevrotik yapılar sorununa uyguladığımız zaman, o kültürün bireyler üzerindeki etkilerinin ayrıntılı bir bilgisi elimizde olmadıkça, bu yapıları anlayamıyacağımız sonucu ortaya çıkar[10].

Bütün bunlar Freud'u aşmak için kesin bir adım atmak zorunda olduğumuzu gösterir: Şu var ki, böyle bir adım, ancak Freud'un temel bulgularına dayandığımız zaman gerçekleşebilecektir. Bir bakıma Freud, çağının çok ilerisinde bulunmakla birlikte, bir bakıma da -psikolojik özelliklerin biyolojik kaynağını abartmış olması yüzündenkendi çağının bilimsel yönelişine bağlı kalmıştır. Bizim kültürümüz içerisinde sık sık rastlanan içgüdüsel itkilerin ya da sevgi objesi ile olan ilişkilerin, biyolojik olarak

(10) Birçok yazarlar kültürel etkenlerin psikolojik durumları belirleyici etkisinin önemini kabul etmişlerdir. Erich Fromm, «Zur Entstehung des Christusdogmas» (**Imago**, Cilt 16, 1930, ss. 307-373) adlı yazısında, Alman psikanalitik literatüründe ilk defa olmak üzere böyle bir yaklaşım yöntemi sunmuş ve geliştirmiştir. Daha sonra başkaları da bu yolu benimsemiştir: Wilhelm Reich, Otto Fenichel, vb. Amerika Birleşik Devletleri'nde psikiyatrinin, kültürel olayları göz önünde bulundurması gerektiğini ilk defa fark eden Harry Stack Sullivan olmuştur. Sorunu bu şekilde ele alan başka Amerikan psikiyatrları arasında Adolf Meyer, William A. White (**Twentieth Century Psychiatry**), William A. Healy ve Augusta Bronner (**New Light on Delinquency**) sayılabilir. Yakın zamanlarda F. Alexander ve A. Kardiner gibi bazı psikanalistler, psikolojik sorunların kültürel kapsamı üzerinde durmuşlardır. Böyle bir görüş noktasını benimsemiş olan sosyal bilim adamları arasında özellikle H. D. Lasswell'e (**World Politics and Personal Insecurity**) ve John Dollard'a (**Criteria for the Life History**) bakınız.

belirlenmiş insan tabiatı ile ilgili olduğunu ya da (biyolojik olarak verilmiş «pregenital safha»*, Oedipus kompleksi gibi) değiştirilemeyen durumlardan ileri geldiğini kabul etmiştir.

Freud'un kültürel etkenlere önem vermemiş olması yalnızca birtakım yanlış genelleştirmelere yol açmakla kalmamış, aynı zamanda tavırlarımızı ve davranışlarımızı belirleyen gerçek itkileri anlamamızı da geniş ölçüde engellemiştir. Kültürel etkenlerin bu şekilde bir yana itilmiş olması, bence, psikanalizin Freud tarafından açılmış olan kuramsal yolları adım adım izlediği sürece, gözlerimizin önünde duran sonsuz imkânlarına rağmen niçin bir çıkmaza saplandığını, niçin bir yığın güç anlaşılır kuramlar içerisinde bocaladığını ve belirsiz bir terminoloji kullanmaktan niçin kurtulamadığını açıklayan temel etkendir.

Bir nevrozun normalden sapma olduğunu görmüş bulunuyoruz. Bu kriter, çok önemli olmakla birlikte yeterli değildir. İnsanlar nevrotik olmadan da genel davranış kalıplarından sapmış olabilirler. Yukarıda söz konusu edilmiş olan ve ihtiyacından daha çok para kazanmak için zaman harcamak istemeyen ressam nevrotik olabilir; ya da yalnızca, yarışmalı bir çekişmeye kendini kaptırmak istemeyecek kadar akıllı olabilir. Öbür yandan, şöyle bir bakıldığı zaman, içerisinde bulunduğu yaşama kalıplarına iyice uymuş gibi görünen birçok kimseler adamakıllı nevrotik olabilirler. Bu gibi durumlarda psikolojik ya da tıbbi bir görüş açısı gerekli olacaktır.

İşin tuhafı şu ki, böyle bir görüş açısından, bir nevrozu oluşturan şeyin ne olduğunu söylemek de kolay değildir. Her ne olursa olsun, yalnızca dış görünüşü incelemekle yetindiğimiz sürece, bütün nevrozlarda ortak olan ayırt edici nitelikleri ortaya çıkarmak güçtür. Hiç şüphe-

(*) Cinsel içtepilerin farklaşmadığı ve bedenin cinsel organlarında toplanacak yerde ağız ya da anüsle ilgili tatminlerle sınırlandığı ilk çocukluk safhası. (Çevirenin notu.)

siz phobia'lar, depression'lar, fonksiyonel fizik bozukluklar gibi belirtileri kriter olarak kullanamayız, çünkü bunlar var olmayabilirler. Daha ileride tartışma konusu edeceğim nedenlerle, birtakım inhibition'lar* her zaman karşımıza çıkarlar, ama o kadar kaypak ya da o derece gizlenmiş olabilirler ki, dıştan bakıldığı zaman gözden kaçabilirler. Cinsel ilişkilerdeki bozuklukları da hesaba katacak şekilde başkalarıyla olan tüm ilişkilerdeki bozuklukları yalnızca dış belirtilere göre değerlendirdiğimiz zaman da aynı güçlükler ortaya çıkacaktır. Bu gibi bozukluklar her zaman için var olmakla birlikte, kolay kolay fark edilmeyebilirler. Ama yine de, kişilik yapısının derin bir bilgisine ihtiyaç göstermeden, bütün nevrozlarda dikkati çeken iki ayırt edici nitelik vardır: Tepkilerdeki belli bir katılık (rigidity) ve imkânlarla başarılar arasındaki tutarsızlık.

Her iki ayırt edici niteliğin de daha fazla açıklanması gerekir. «Tepkilerdeki katılık» derken, başka başka durumlarda başka türlü tepkide bulunmamızı sağlayan bir esneklik ya da eğilip-bükülebilme yeteneğinin bulunmayışını anlıyorum. Sözgelişi, normal bir insan, kuşkulanmayı gerektiren nedenler olduğunu gördüğü ya da hissettiği zaman kuşku duyar; nevrotik bir insan ise, kendi durumunu fark etsin ya da etmesin, her zaman kuşku içindedir. Normal bir insan içten gelen tatlı sözlerle içten olmayanları birbirinden ayırt edebilir; nevrotik bir insan ise bu ikisini birbirinden ayırt edemez ya da her zaman ikisini de küçümseyebilir. Normal bir insan, yersiz bir şeyin kendisine zorla kabul ettirilmek istendiğini hissettiği zaman canı sıkılır; nevrotik bir insan ise, kendi yararına olduğunu kabul etmiş olsa da, herhangi bir şeyin kendisine usturuplu bir biçimde önerilmesine bile katlanamaz. Normal bir insan, bazan, önemli ve karar verilmesi güç

(*) Bireyin kendi içinden gelen karşıt bir güçle birtakım fonksiyonlarının ya da faaliyetlerinin gerçekleşmesinin engellenmesi. (Çevirenin notu.)

bir sorunla karşılaştığı zaman kararsız olabilir; nevrotik bir insan ise her zaman kararsızdır.

Bununla birlikte, katılık, yalnızca kültürel kalıplardan saptığı zaman bir nevroz belirtisidir. Batı uygarlığındaki köylülerin büyük çoğunluğunun yeni ve yabancı olan her şeyden kuşkulanmış olmaları normal bir kültür kalıbıdır; aynı şekilde, küçük burjuvaların tutumluluğa vermiş oldukları aşırı önem de normal bir katılık (esnek olmama) örneğidir.

Bir insanın sahip olduğu imkânlarla hayattaki gerçek başarıları arasındaki tutarsızlık da, aynı şekilde, yalnızca dış etkenlerden ileri gelmiş olabilir. Ama herhangi bir insan, birtakım yetenekleri olduğu ve bunların gelişmesi için elverişli ortamlar bulunduğu halde verimli olamıyorsa, bu durumda imkânlarla başarılar arasındaki tutarsızlık bir nevroz belirtisi olarak görülmelidir; ya da mutlu olabilmesi için hiçbir eksiği olmadığı halde hayatın tadını çıkaramıyorsa; ya da güzel bir kadın olduğu halde erkekler için çekici olmadığını sanıyorsa, bir nevrozla karşı karşıya bulunuyoruz demektir. Başka bir deyimle nevrotik bir insan kendini, kendi yoluna dikilen bir engel olarak görmektedir.

Dış görünüşü bir yana bırakıp da, nevrozların ortaya çıkmasına yol açan itkileri göz önünde bulundurduğumuz zaman, bütün nevrozlarda karşımıza çıkan temel bir etkenin var olduğunu görürüz: Endişe ve bu endişeye karşı başvurulan savunma mekanizmaları. Bir nevrozun yapısı ne kadar karmaşık olursa olsun, bu endişe, nevrotik süreci harekete getiren ve sürüp gitmesine neden olan bir etkendir. Bu ifadenin anlamı daha sonraki bölümlerde açık ve seçik olarak belirleneceği için, burada örnek verme gereğini duymuyorum. Ama henüz bir varsayım da olsa, temel bir ilke olarak kabul edeceksek eğer, üzerinde biraz ayrıntılı bir şekilde durmamız gerekecektir.

Açıkça görüleceği üzere, bu ifade oldukça geneldir. Endişeler ya da korkular -bu iki terimi bir süre eş-anlamlı imiş gibi kullanacağız- ve bunlara karşı başvurulan sa-

vunma mekanizmaları her zaman karşımıza çıkmaktadır. Bu tepkiler yalnızca insanlarda görülmez. Herhangi bir tehlikeden ürkmüş olan bir hayvan, bir karşı saldırıya geçiyor ya da kaçıyorsa, aynı korku ve savunma durumu ile karşı karşıya bulunuyoruz demektir. Yıldırımdan korkuyor ve damımıza bir paratoner yerleştiriyorsak, başımıza gelebilecek kazalardan korkarak bir sigorta yaptırıyorsak, bu gibi hallerde de aynı korku ve savunma etkenlerinin var olduğunu kestirmek güç değildir. Bunlar her kültürde, o kültür için özel olan değişik şekillerde ortaya çıkarlar ve kem gözden sakınmak için muska taşımak, ölülerden duyulan korkuya karşı ayrıntılı ayinler yapmak, aybaşı halinde bulunan kadınlardan gelebilecek kötülüklerle ilgili korkulara karşı onlarla cinsel ilişkide bulunmayı yasaklayan tabular koymak gibi çeşitli şekillerde kalıplaşmış ya da kurumlaşmış olabilirler.

Bu gibi benzerlikler bizi yanlış bir çıkarsamaya götürebilir. Korku ve savunma, nevrozlarda rol oynayan temel etken olduğuna göre, korkuya karşı başvurulan bu kalıplaşmış savunma mekanizmaları niçin «kültürel» nevrozların belirtisi olarak kabul edilmesin? Böyle bir çıkarsamanın yanlışlığı, tek bir unsuru ortak olan iki olayın zorunlu olarak aynı olması gerekmediği gerçeğini görememekten ileri gelecektir. Yalnızca ikisinin de ilkel maddesi taş olduğu için kimse eve «kaya» demeğe kalkmayacaktır. O halde, nevrotik korkuları ve savunma mekanizmalarını özellikle nevrotik yapan şey nedir? Bu, acaba, nevrotik korkuların hayal ürünü olmaları ile mi ilgilidir? Bu soruya «hayır» diye cevap vermemiz gerekiyor, çünkü ölülerden duyulan korkuyu do hayal ürünü bir korku olarak niteleyebiliriz; her iki durumda da anlayamamaktan ileri gelen bir izlenime kapılmışızdır. Acaba nevrotikliğin temeli, nevrotik bir insanın niçin korktuğunu kesinlikle bilmemesiyle mi ilgilidir? Bu soruya da «hayır» dememiz gerekiyor, çünkü ilkel bir insan da ölülerden niçin korktuğunu bilmez. Aradaki fark bilinçli bir şekilde bilme

ya da akla uygunluk derecesiyle ilgili olacak yerde, aşağıdaki iki etkenden ileri gelmektedir.

İlk olarak, bütün kültürlerde, hayat şartları bazı korkuların ortaya çıkmasına yol açar. Bu korkuların nasıl oluştuklarını bir yana bırakacak olursak, ya dış tehlikelerden (tabiat, düşmanlar), ya sosyal ilişkilerin almış olduğu şekillerden (baskı, haksızlık, zoraki bağımlılık, engellemeler yüzünden düşmanlık duygusunun ortaya çıkmış olması), ya da kültürel geleneklerden (kötü ruhlarla ve tabuların bozulmasıyla ilgili korkular) ileri geldiklerini görürüz. Bir insan bu korkulardan az ya da çok etkilenmiş olabilir, ama bu korkuların genellikle belli bir kültür içerisindeki herkesi etkilediğini, hiç kimsenin bu etkiden kurtulamıyacağını kabul etmek doğru olur. Şu var ki nevrotik bir kimse yalnızca belli bir kültürdeki bütün bireylerde görülen ortak korkuları paylaşmakla kalmaz, kendi özel hayat şartlarının etkisiyle -şu var ki bunlar da genel şartlarla iç içe girmiştir- nicelik ya da nitelik bakımından kültürel kalıplardan ayrılan birtakım korkular da duyar.

İkinci olarak, belli bir kültür içerisindeki korkular genellikle bazı koruyucu önlemlerle (tabular, ayinler, âdetler gibi) önlenmiştir. Bu gibi savunma yolları genellikle, nevrotik bir insanın farklı bir biçimde kurmuş olduğu savunma mekanizmaları ile karşılaştırıldığında, korkularla, daha az çaba harcayarak, daha kolay savaşmak imkânını verirler. Böylece, normal bir insan, kendi kültürünün korkularının ve savunma yollarının etkisinde kalmakla birlikte, genellikle kendi imkânlarına göre yaşama ve hayatın sunduğu şeylerden zevk alma yeteneğine sahiptir. Normal bir insan, kendi kültürü içerisinde kendisine verilmiş olan imkânlrai en iyi şekilde kullanabilir. Olumsuz bir deyimle söyleyecek olursak, normal bir insan, kendi kültürünün gerektirmiş olduğundan daha fazla acı çekmez. Nevrotik bir insan ise, her zaman, ortalama bir insandan daha çok acı çeker ve savunma mekanizmaları için olağanüstü bir bedel ödemek zorunda kalır: Canlılı-

ğının ve gelişme yeteneğinin, özellikle başarı kazanma ve hayattan tat alma yeteneğinin bozulması... Biraz önce söz konusu etmiş olduğum «imkânlarla başarılar arasındaki tutarsızlık» buradan ileri gelir. Gerçekte, nevrotik bir insan, acı çeken bir insandır. Bütün nevrozların üstünkörü bir gözlemle fark edilebilecek ayırt edici nitelikleri üzerinde tartışırken bu olguya dikkati çekmemiş olmamın biricik nedeni, bu olgunun dıştan bakıldığı zaman gözden kaçabileceğidir. Nevrotik bir insanın kendisi bile acı çektiğinin farkına varmamış olabilir.

Korkulardan ve korkulara karşı başvurulan savunma mekanizmalarından söz ederken, korkarım ki şimdiye kadar birçok okuyucu bu derece basit bir sorun üzerinde bu kadar durulmuş olmasından sabırsızlanmıştır: Bir nevrozu belirleyen şeyin ne olduğu sorunu. Kendimi savunmak için şu noktayı belirtmek isterim: Ruhsal olaylar her zaman karmaşıktırlar; bazı sorular görünüşte insana basitmiş gibi gelir, ama bu sorulara verilecek cevaplar hiçbir zaman basit değildir. Daha başlangıçta karşımıza çıkan bu güçlük, eşine az rastlanan bir güçlük değildir; kitap boyunca, hangi sorunu ele alırsak alalım, hep böyle bir güçlükle karşılaşacağız. Bir nevrozun belirlenmesinde karşılaştığımız özel güçlük, ne yalnızca psikolojik, ne de yalnızca sosyolojik araçlarla tatmin edici bir cevaba ulaşmamızın mümkün olmamasıdır; böyle bir cevaba ancak bir ona bir buna, önce birine sonra ötekine başvurmakla ulaşabiliriz; gerçekte bizim burada yapmış olduğumuz şey de budur. Eğer bir nevroza yalnızca onu oluşturan itkiler ve ruhsal yapısı açısından bakacak olursak, soyut bir kavramdan başka bir şey olmayan «normal insan»ı gerçekten varmış gibi kabul etmiş oluruz: Oysa böyle bir insan yoktur. Kendi ülkemizin ya da bizimkine benzer bir kültürü olan ülkelerin sınırlarını aşar aşmaz daha çok güçlükle karşılaşırız. Bir nevroza yalnızca sosyolojik bir görüş açısından baktığımız ve onu yalnızca belli bir toplumun ortak davranış kalıbından bir sapma olarak gördüğümüz zaman ise, bir nevrozun psikolojik ayırt edici ni-

telikleri olarak bildiğimiz şeylere gereken ilgiyi göstermemiş oluruz; bu durumda hangi okuldan ya da hangi ülkeden olursa olsun hiçbir psikiyatr, olup bitenleri, genellikle bir nevroz belirtisi olarak görmeğe alışkın olduğu şeyler olarak kabul edemiyecektir. Bu iki yaklaşımın birbiriyle uzlaşması, ancak normalden olan sapmaları hem nevrozun dış görünüşü, hem de ruhsal süreçleri oluşturan itkiler bakımından ele alan, ama ne onu ne de ötekini birinci derecede ve kesin bir etken olarak görmeyen bir gözlem yöntemine başvurmakla gerçekleşebilir. Her ikisinin birbiriyle kaynaşmış, birleşmiş olması gerekir. Korkunun ve korkuya karşı başvurulan savunmaların, bir nevrozu oluşturan güçlü merkezlerden biri olduğunu, ama ancak aynı kültür içerisindeki korkular ve savunmalardan nitelik ya da nicelik bakımından ayrıldıkları zaman bir nevroza yol açtıklarını söylerken genellikle tutmuş olduğumuz yol budur.

Aynı yönde bir adım daha atmak zorundayız. Bir nevrozun başka bir temel ayırt edici niteliği daha vardır: Birtakım çelişken eğilimlerin bulunmuş olması. Nevrotik bir insan bu çelişken eğilimlerin varlığından, hiç değilse içeriğinden habersiz olmakla birlikte, otomatik olarak bazı uzlaştırıcı çözüm yollarına varmağa çalışmaktadır. Freud bu sonuncu ayırt edici niteliğin, şu ya da bu şekilde bir nevrozu belirleyen temel unsur olduğuna dikkati çekmiştir. Nevrotik çatışmaları belli bir kültür içerisindeki ortak çatışmalardan ayıran şey ne onların içeriğidir, ne de bilinçdışı olmalarıdır. Bu iki bakımdan ortak kültürel çatışmalar da aynı olabilirler. Nevrotik çatışmaların ayırt edici niteliği, daha belirli ve daha şiddetli olmalarıdır. Nevrotik bir insan, uzlaştırıcı birtakım çözüm yollarına ulaşmağa çalışır ve ulaşır; bunlara, yerinde bir deyimle, «nevrotik çözüm yolları» denir ve bu çözüm yolları ortalama bir insanın başvurduğu yollardan daha az tatmin edicidirler, aynı zamanda bütün kişiliğe çok daha pahalıya mal olurlar.

Buraya kadar gözden geçirdiğimiz bütün bu nokta-

lar bize henüz bir nevrozun tam ve kesin bir tanımlamasını yapmak imkânını vermemektedir. Ama bir nevrozun ne olduğunu yine de ana çizgileriyle belirleyebiliriz: Nevroz, korkular ve bu korkulara karşı başvurulan savunma mekanizmaları ve birbiriyle çatışan eğilimlere uzlaştırıcı çözüm yolları bulma denemeleri ile belirlenmiş olan ruhsal bir bozukluktur. Pratik nedenlerle, böyle bir bozukluğa ancak belli bir kültürün ortak davranış kalıbından saptığı zaman «nevroz» adını vermek uygun olacaktır.

II. BÖLÜM

ÇAĞIMIZIN NEVROTİK KİŞİLİĞİNDEN SÖZ ETMENİN NEDENLERİ

Burada, bir nevrozun kişiliği ne şekilde etkilediği sorunuyla ilgilenmiş olduğumuz için, araştırmamız yalnızca iki yönde olacaktır. İlk olarak, çatışmalarla dolu bir dış duruma tepki olmak üzere ortaya çıkan nevrozlar vardır; bu nevrozlar, bu gibi durumlarla karşılaşmadıkları zaman kişiliklerinde herhangi bir bozukluk görülmeyen bireylerde ortaya çıkabilirler. Bazı temel ruhsal süreçlerin özel niteliği üzerinde tartıştıktan sonra, bu basit durum nevrozlarına tekrar döneceğiz ve bu nevrozların yapısını kısaca gözden geçireceğiz[1]. Bu gibi nevrozlar herhangi bir nevrotik kişiliğin belirtisi olacak yerde, belli bir güç duruma geçici olarak uyamamayı dile getirdikleri için burada onların üzerinde durmayacağım. «Nevroz» derken, yalnızca karakter nevrozlarını anlayacağım: Yani belirti (âraz) tablosu bir durum nevrozundakinin aynı olabildiği halde, temel bozukluğun karakter bozukluğu şeklinde ortaya çıktığı durumlardan söz edeceğim[2]. Bunlar genel-

(1) Durum nevrozları, aşağı yukarı, J. H. Schultz'un «Exogene Fremdneurosen» dediği nevrozlarla çakışmaktadır.

(2) Franz Alexander, «karakter nevrozları» terimini klinik belirtiler göstermeyen nevrozlar için kullanmayı önermiştir. Bu terimin bu şekilde kullanılmasının uygun olacağını sanmıyorum. Çünkü belirtilerin bulunup bulunmamasının çoğu zaman bir nevrozun özel niteliği ile ilgisi yoktur.

likle çocuklukta başlayan ve kişiliğin bazan daha küçük, bazan daha büyük bir bölümünü az ya da çok şiddetle etkileyen ve uzun bir zamandan beri süregelen sinsi bir sürecin sonucudurlar. Dıştan bakıldığı zaman bir karakter nevrozu da o an için var olan çatışmalı bir durumdan ileri gelmiş gibi görülebilir; ama ilgili kişinin hayat hikâyesi hakkında dikkatle bilgi toplandığında, karakter bozukluklarının böyle bir durumun ortaya çıkmasından çok daha önce var olduğu, o andaki bozuklukların, geniş ölçüde, daha önceden var olan kişisel güçlüklerden ileri geldiği, ayrıca o kimsenin sıradan bir sağlam insan için hiçbir çatışma yaratmayan bir duruma nevrotik bir tepki gösterdiği ortaya çıkabilir. O durum, yalnızca belli bir zamandan beri var olagelen bir nevrozun varlığını açığa vurmaktadır.

İkinci olarak, nevrozun belirti tablosu ile pek ilgilenmiyoruz. Daha çok karakter bozukluklarına ilgi duyuyoruz; çünkü kişilik bozuklukları nevrozlarda her zaman karşımıza çıkan olaylar oldukları halde, klinik anlamda belirtiler değişebilirler ya da hiç görünmeyebilirler. Aynı şekilde, kültürel bir görüş açısından da karakterin oluşumu belirtilerden daha önemlidir, çünkü insan davranışını etkileyen şey belirtiler değil karakterdir. Nevrozların yapısı ile ilgili daha fazla bilgi edindikleri ve bir belirtiyi ortadan kaldırmanın zorunlu olarak bir nevrozu iyileştirmek demek olmadığını kavradıkları için, psikanalistlerin çoğu, ilgi ve dikkatlerini belirtilerden çok karakter bozukluklarına yöneltmişlerdir. Bir benzetme ile söyleyecek olursak, nevrotik belirtiler yanardağın kendisi olacak yerde püskürttüğü lavlardır; hastalığı yaratan çatışma ise, tıpkı yanardağ gibi, insanın iç dünyasının derinliklerinde gizlidir ve insanın kendisi onun farkında değildir.

Bu sınırlamalardan sonra şöyle bir soru ortaya atabiliriz: Günümüzde yaşayan nevrotiklerin birtakım ortak özellikleri var mıdır ve bu özellikler bize çağımızın nevrotik bir kişiliğinden söz etmek imkânını verecek kadar temelli midir?

Çeşitli türden nevrozlarla birlikte giden karakter bozuklukları söz konusu olduğu zaman, benzerliklerden çok, farklılıklar çıkar karşımıza. Sözgelişi, histerik karakter, zorlu içtepiler ya da düşüncelerle belirlenmiş bir karakterden büsbütün farklıdır. Bununla birlikte, dikkatimizi çeken farklar mekanizma farkları, ya da daha genel terimlerle söyleyecek olursak, bu iki bozukluğun ortaya çıkma ve çözümlenme şekillerindeki farklardır: Histerik tipte, yansıtmanın (projection)* oynadığı büyük role karşı, zorlu içtepiler ya da düşüncelerle belirlenmiş olan tipte çatışmaların düşünce düzeyine iletildiği (intellectualization)** görülmektedir. Öbür yandan, benim söz konusu etmek istediğim benzerlikler, nevrozların görünüşleriyle ya da ortaya çıkma şekilleriyle değil, çatışmanın içeriği (muhtevası) ile ilgilidirler. Daha kesin olarak söyleyecek olursak, benzerlikler, gerçekte, bozukluğu ortaya çıkaran ilk yaşantılarda değil, nevrotik kişinin o gün için var olan çatışmalarında aranmalıdır.

Harekete getirici güçleri ve bunlara bağlı olan ikinci derecede etkenleri ışığa çıkarabilmek için daha önceden bir varsayım gereklidir. Freud ve psikanalistlerin büyük çoğunluğu, daha çok şu ilke üzerinde durmuşlardır: Psikanalizin, ya bir içtepinin cinsel köklerini (özel erogenic

---

(*) «Projection», bir insanın herhangi bir yetersizlik ya da suçluluk duygusundan kurtulmak için, toplumca benimsenmiş kurallara ve ölçülere aykırı düşen özelliklerini (duygularını, düşüncelerini, yanlış davranışlarını, karakter özelliklerini, vb.) başkalarına yansıtmasını, kendisiyle ilgili ya da kendi suçu olan şeylerden başkalarını sorumlu tutmasını sağlayan bilinçdışı bir savunma mekanizmasıdır. (Çevirenin notu.)

(**) «Intellectualization», bir sorunu, duygulardan sıyırarak salt düşünce düzeyinde ele almayı ve çözümlemeyi dile getiren bir terimdir. Çoğu zaman bir duygudan kaçma mekanizması olarak rol oynamaktadır. «Babamdan nefret ediyorum» cümlesinin yerine «Bende Oedipus kompleksi var» cümlesini koymak gibi. (Çevirenin notu.)

bölgeleri, vb.)* bulmakla, ya da o içtepinin çocukluktaki bir davranış kalıbının tekrarı olarak kabul edilmesi dolayısiyla, bu davranış kalıbını ışığa çıkarmakla görevini yerine getirebileceği... Bir nevrozu çocukluktaki şartlarına kadar geri götürmedikçe o nevrozu anlayamıyacağımızı kabul etmekle birlikte, genetik bir yaklaşımın, tek yanlı olarak kaldığı sürece, sorunu aydınlatacak yerde daha da karıştıracağına inanıyorum; çünkü bu durumda nevrozlarda o gün için var olan bilinçdışı eğilimler, bu eğilimlerin fonksiyonları ve içtepiler, korkular, savunma önlemleri gibi öteki eğilimlerle olan karşılıklı etkileri üzerinde durulmamış olacaktır. Genetik bir anlayış ancak fonksiyonel bir anlayışa yardımcı olduğu ölçüde yararlıdır.

Bu inançtan hareket ederek, farklı tipten nevrozlar gösteren, yaşları, mizaç ve ilgileri farklı olan, farklı sosyal tabakalardan gelen çok çeşitli kişilik tiplerinin analizi sonucunda, dinamik yönden temel çatışmaların içeriklerinin ve karşılıklı ilişkilerinin bütün bu tiplerde birbirine çok benzediğini gördüm[3]. Psikanalitik uygulamadaki denemelerim, bu uygulamaların dışında kalan kişiler ve günümüz edebiyatındaki karakterlerle ilgili gözlemlerle doğrulanmıştır. Nevrotik kimselerin sık sık karşımıza çıkan sorunları, çoğunlukla bize mantıksız ve anlaşılması güç gelen niteliklerinden soyutlanacak olursa, bütün bunların bizim kültürümüz içerisindeki normal bir insanı tedirgin eden sorunlardan yalnızca nicelik bakımından farklı oldukları gözümüzden kaçmıyacaktır. Çoğumuz yarışma sorunları, başarısızlık korkuları, manevi yalnızlık, başkalarına da

(*) Bedenin cinsel yönden duyarlı olan bölümleri: Ağız, göğüsler, cinsel organların bulunduğu bölgeler gibi. (Çevirenin notu.)

(3) Benzerlikler üzerinde durmak, özel nevroz tipleri ayırmak için yapılan bilimsel çabaları önemsememek anlamına gelmez. Tersine, psikopatolojinin, ruhsal bozuklukları, bu bozuklukların oluşumunu, özel yapısını ve görünüşlerini iyice belirlemekle büyük ölçüde geliştiğine kesinlikle inanıyorum.

kendimize de güvenememe gibi bir nevrozda bulunabilecek sorunlardan yalnızca birkaçı olan birtakım sorunlarla mücadele etmek zorundayızdır.

Belli bir kültür içerisindeki insanların çoğunun genellikle aynı sorunlarla karşı karşıya kalmaları, bu sorunların o kültür içerisindeki özel hayat şartları tarafından yaratılmış olduğu gibi bir sonucu akla getirmektedir. Başka kültürlerdeki itkilerin ve çatışmaların bizimkilerden farklı olması, bu gibi sorunların «insan tabiatı»nın ortak sorunları olmadığı görüşünü doğrular gibidir.

Bu bakımdan, çağımızın nevrotik kişiliğinden söz ederken, yalnızca bazı temel özelliklere ortak olarak sahip olan nevrotik kimselerin bulunduğunu söylemekle kalmıyorum; aynı zamanda bu temel benzerliklerin, daha çok, çağımızın ve kültürümüzün güçlüklerinden ileri geldiğini de öne sürüyorum. Sosyolojik bilgimin elverdiği ölçüde, çağımızın hangi güçlüklerinin ruhsal çatışmalarımızdan sorumlu olduğunu daha ileride göstermeğe çalışacağım.

Kültürle nevroz arasındaki ilişkiyle ilgili varsayımımın geçerliği, antropologların ve psikiyatrların ortak çabaları ile sınanmalıdır. Psikiyatrlar, bugüne kadar yapılageldiği şekilde, nevrozların sıklık derecesi, şiddeti ya da tipleri gibi formel kriterlerden yola çıkarak yalnızca nevrozların belirli kültürler içerisindeki görünüşlerini incelemekle kalmamalı, özellikle bu nevrozların temelinde bulunan çatışmaları -temel çatışmaları- incelemelidirler. Antropologlar ise aynı kültürü, o kültür yapısının birey için yarattığı ruhsal güçlükler açısından incelemelidirler. Temel çatışmalardaki benzerliğin görünüşlerinden biri, yüzeyde kalan bir gözlem ile fark edilebilecek tavır benzerlikleridir. «Yüzeyde kalan bir gözlem» derken, iyi bir gözlemcinin kendisi, dostları, kendi ailesindeki kişiler ya da iş arkadaşları gibi çok yakın kimselerde, psikanalitik tekniğin araçlarını kullanmaksızın keşfedebileceği şeyleri anlıyorum. Sık sık karşımıza çıkan bu gibi tavırların bir özetini vermekle işe başlayacağım.

Bu şekilde gözlenebilen bu tavırlar kabataslak şöyle sınıflandırılabilirler: (1) Sevilmek ve sevgi göstermekle ilgili tavırlar; (2) insanın kendi benliğini değerlendirmesiyle ilgili tavırlar; (3) kendini gösterme ve başkalarına kabul ettirme ile ilgili tavırlar; (4) saldırganlık; (5) cinsellik.

Birinci ile işe başlayacak olursak, çağımızdaki nevrotiklerin en belirli eğilimlerinden biri, başkaları tarafından sevilmeğe ve beğenilmeğe vermiş oldukları aşırı önemdir. Hepimiz sevilmek ve beğenilmek isteriz; ama nevrotiklerin sevilmek ve beğenilmek için duydukları ihtiyaç, başka insanların kendi hayatlarındaki gerçek önemiyle ölçülemiyecek kadar şiddetlidir. Hepimiz hoşlandığımız kimselerin bizi sevmesini istediğimiz halde, nevrotik kimselerde sevilmek ve beğenilmek için herhangi bir ayrım gözetilmeksizin duyulan bir açlık vardır: İlgili kimseye önem verip vermemeleri ya da bu kimsenin vereceği yargının onlar için önemli olup olmaması fark etmemektedir. Çoğu zaman bu ölçüsüz ve şiddetli isteğin farkında olmamakla birlikte, bekledikleri ilgi ve dikkati görmedikleri zaman göstermiş oldukları aşırı duyarlıkla bu isteklerini açığa vurmaktadırlar. Sözgelişi, birisi davetlerini kabul etmediği ya da bir zaman için telefon etmediği, hatta yalnızca bir görüşlerini kabul etmediği zaman incinebilirler. Bu duyarlık, «aldırış etmeme» gibi bir tavırla gizlenmiş olabilir.

Ayrıca, sevilmek istekleri ile sevme ya da sevgi gösterme yetenekleri arasında göze çarpan bir çelişme vardır. Kendi isteklerinin dikkate alınması konusundaki aşırı ısrarları, başkalarının isteklerini, duygularını, vb. hiçbir şekilde hesaba katmama gibi bir yeteneksizlikle birlikte gidebilir. Bu çelişme, dıştan bakıldığında her zaman dikkati çekmeyebilir: Nevrotik bir insan başkalarına aşırı bir dikkat gösterebilir; herkese yardım etmeğe hazır olabilir; ama bu durumda onun zorlu bir içtepi ile hareket ettiği, insanlara içten gelen bir yakınlık, bir sıcaklık göstermediği dikkati çekecektir.

Yüzeyde kalan bir gözlemle nevrotik kimselerde gö-

zümüze çarpan ikinci özellik, başkalarına bu şekilde bağımlı olmanın dile getirdiği iç güvensizliktir. Aşağılık ve güvensizlik duyguları her zaman karşımıza çıkan özelliklerdir. Bu duygular çeşitli şekillerde ortaya çıkabilirler: Yeteneksizliğine ya da budalalığına inanmak, hiçbir çekici yanı olmadığını sanmak gibi. Bu duyguların gerçek bir temeli olmayabilir. Adamakıllı zeki kimseler kendilerini budala olarak görebilirler ya da en güzel kadınlar çekici olmadıklarını sanabilirler. Bu aşağılık duyguları şikâyetler ya da kaygılar olarak açıkça dışarı vurulabilir; ya da varsayılan kusurlar, üzerinde düşünmeğe bile değmeyecek kadar kesin bir gerçek olarak kabul edilebilir. Öbür yandan, kendine gerektiğinden çok önem ve değer vermek gibi aşağılık duygularını telafi edebilecek bir ihtiyaçla, ya da dikkati kendi üzerine çekmek, paraya, eski tablolara, antika eşyalara, kadınlara sahip olmak, önemli kişilerle ilişki kurmak ve yolculuklar yapmak, çok şey bilmek gibi kültürümüz içerisinde saygınlık (prestij) sağlayan çeşitli araçlarla başkalarını ve kendini etkilemek için duyulan zorlu bir eğilimle gizlenmiş olabilirler. Bu eğilimlerin biri ya da öteki tümüyle ön plana çıkmış olabilir, ama genellikle her iki eğilimin de var olduğu hissedilebilir.

Üçüncü tipten olan tavırlar, yani kendini gösterme ve başkalarına kabul ettirme ile ilgili olanlar, belirli inhibition'ları kapsamaktadırlar. «Kendini gösterme ve başkalarına kabul ettirme» deyince, insanın kendi benliğini ve isteklerini ortaya koymak için gösterdiği çabayı anlıyorum ve bu deyimin «kendini yerli yersiz ön plana iterek dikkati çekmek» istemekle hiçbir ilgisi olmadığını düşünüyorum. Bu noktada nevrotiklerin çok geniş kapsamlı birtakım inhibition'ları vardır: İsteklerini dile getirmek, birinden bir şey istemek, bir şeyi yalnızca kendileri için yapmak, herhangi bir düşüncelerini ya da haklı bir eleştirilerini açığa vurmak, birine bir emir vermek, birlikte iş görmek istedikleri kimseleri seçmek, insanlarla ilişki kurmak, vb. konularda inhibition'larla karşı karşıyadırlar. Ay-

nı zamanda, karşı koyma gücü olarak niteleyebileceğimiz bir konuda da inhibition'ları vardır: Nevrotik kimseler çoğu zaman saldırılara karşı kendilerini savunamazlar, başkalarının isteklerine boyun eğmek istemedikleri halde «hayır» diyemezler; sözgelişi, bir satıcı kendilerine istemedikleri bir şeyi satmak istediği zaman, biri kendilerini bir toplantıya davet ettiği, ya da bir kadının (bir erkeğin) sevgi çağrısı ile karşılaştıkları zaman «hayır» deme gücünü kendilerinde bulamazlar. Son olarak, ne istediklerini bilme konusunda da inhibition'ları vardır: Karar verme, belli bir kanı edinme, yalnızca kendi yararlarına olan isteklerini dile getirme cesaretini gösterme gibi konularda da güçlük çekerler. Bu gibi isteklerini gizlemek zorundadırlar: Bir dostum hesap defterinde «sinema»yı «eğitim», «içki»yi ise «sağlık» kategorisine koymuştu. Bu sonuncu grupta özel bir önem taşıyan inhibition, ister bir gezi ister bir hayat planı söz konusu olsun, plan yapma konusundaki yeteneksizliktir[4]: Nevrotik kimseler hayattan ne beklediklerini açık ve seçik bir şekilde bilecek yerde, meslek seçme ya da evlenme gibi önemli kararlar almayı gerektiren durumlarda bile kendilerini akıntıya bırakırlar. Yalnızca birtakım nevrotik korkular onları belirli davranışlarda bulunmaya zorlar: Yoksulluktan korktukları için para biriktiren ya da yaratıcı bir işe girmekten korktukları için sayısız aşk ilişkilerine girişen kimselerde olduğu gibi.

Dördüncü grup güçlükten, yani saldırganlıkla ilgili güçlüklerden, kendini gösterme ve başkalarına kabul ettirme eğilimlerinin tersine olarak birine karşı çıkma, saldırıda bulunma, küçük düşürecek sözler söyleme, başkasının hakkı olan bir şeye el uzatma ya da herhangi bir düşmanca davranışta bulunma gibi davranışları anlıyorum. Bu çeşit bozukluklar birbirinden büsbütün farklı olan iki şekilde ortaya çıkarlar. Birincisi saldırgan olma, baş-

(4) Schultz-Hencke, **Schiskal und Neurose** adlı eserinde bu noktaya gereken dikkati göstermiş olan birkaç psikanalitik yazardan biridir.

kalarına karışma ve söz geçirme, çok şey isteme, emretme, aldatma, kusur bulma eğilimi olarak görünür. Bu gibi tavırları benimsemiş olan kimseler, bazan saldırgan olduklarını fark etmekle birlikte, çoğu zaman bu durumdan büsbütün habersizdirler; gerçekten saldırgan oldukları ve başkalarına zorla bir şeyler kabul ettirmeğe çalıştıkları halde, sübjektif yönden kendilerini dürüst bir insan, yalnızca fikrini söyleyen ya da isteklerinde ölçülü olan bir insan olarak görürler. Bazılarında ise bu gibi bozukluklar bunun tam tersi olarak görünür. Dıştan bakıldığı zaman bu gibi kimselerde kolayca aldatıldığını, işlerine karışıldığını, azarlandığını, kendisine zorla bir şeyler kabul ettirildiğini ya da küçük düşürüldüğünü hissetme gibi bir tavır göze çarpar. Bu gibi kimseler de çoğu zaman bu durumun gerçekte kendi tavırlarından ileri geldiğini fark etmezler; herkesin kendilerine yüklendiğine, kendilerine zorla bir şeyler kabul ettirdiğine inanırlar ve bu yüzden acı çekerler.

Beşinci tipten olan özellikler, yani cinsel alanla ilgili olanlar, kaba bir sınıflama ile, cinsel faaliyetler için duyulan zorlu bir ihtiyaçla, bu gibi faaliyetlere karşı birtakım inhibition'lar olmak üzere iki grupta toplanabilir. İnhibition'lar, cinsel tatminlere götüren şu ya da bu gibi bir aşamada ortaya çıkabilirler. Öteki cinsten olan kimselerin yanında, kur yapmada, cinsel fonksiyonlarda ya da cinsel haz duymada bu gibi inhibition'lara rastlanabilir. Daha önceki gruplarda belirtilmiş olan bütün özellikler, aynı zamanda, cinsel tavırlarda da karşımıza çıkacaktır.

Söz konusu ettiğim bütün bu tavırlar daha uzun ve ayrıntılı bir şekilde anlatılabilir. İleride bunlardan her birine yeniden dönmek zorunda kalacağım; ama şimdilik daha fazla ayrıntıya girmek, konumuzu aydınlatmada pek fazla yardımcı olmayacaktır. Bu tavırları daha iyi anlayabilmek için, onları yaratan dinamik süreçleri göz önünde bulundurmak zorunda kalacağız. Temel dinamik süreçleri bilmekle, bütün bu tavırların, ne kadar tutarsız görünürlerse görünsünler, yapısal olarak birbirleriyle ilişkili olduklarını göreceğiz.

III. BÖLÜM

ENDİŞE

Günümüzdeki nevrozları daha ayrıntılı bir biçimde incelemeğe başlamadan önce, birinci bölümde kısaca belirtmekle yetindiğim bir konu üzerinde durmak ve «endişe» derken ne anladığımı açıklamak zorundayım. Daha önce de söylemiş olduğum gibi, endişenin nevrozların dinamik merkezi olması yüzünden sık sık onunla uğraşmak zorunda kalacağımız için, bu nokta üzerinde durmanın önemi vardır.

Daha önce bu terimi «korku» ile eşanlamlı olarak kullanmış ve ikisi arasındaki yakınlığa dikkati çekmiştim. Gerçekten, her ikisi de tehlike karşısında gösterilen heyecan tepkileridir; her ikisi de titreme, terleme, kalbin hızla çarpması gibi fizik duyularla birlikte gidebilir ve bu sonuncusu o derece şiddetli olabilir ki bazan ani ve şiddetli bir korku ölüme yol açabilir. Bununla birlikte, endişe ile korku arasında bir fark da vardır.

Bir anne yalnızca bir sivilce ya da hafif bir üşütme yüzünden çocuğunun ölmesinden korktuğu zaman endişeden söz ederiz; ama çocuğun önemli bir hastalığa yakalanması halinde annenin böyle bir tepki göstermesini korku olarak niteleriz. Yüksek bir yere çıktığı ya da iyice bildiği bir konu üzerinde tartışmak zorunda kaldığı zaman korkan bir insanın tepkisine endişe deriz; şiddetli bir fırtınada dağların tepesinde yolunu kaybeden bir insanın duyduğu ürküntüyü ise korku olarak niteleriz. Böylece ba-

sit ve açık bir ayrım yapmış olduk: Korku bir insanın karşılaşmış olduğu tehlike ile orantılı bir tepki olduğu halde, endişe gerçek tehlike ile orantılı olmayan aşırı bir tepki, hatta hayal ürünü tehlikelere karşı gösterilen bir tepkidir[1].

Bununla birlikte, bu ayrımın bir kusuru vardır: Tepkinin tehlike ile orantılı olup olmadığı konusunda verilecek karar, özel bir kültür içerisindeki ortalama kanıya bağlıdır. Ama bu ortalama kanı belli bir tavrı «temelsiz» bir tavır olarak nitelediği zaman bile, nevrotik bir insan kendi davranışına akla uygun bir temel bulmada güçlük çekmeyecektir. Gerçekten, azılı bir delinin saldırısına uğramaktan korkan bir hastaya bu korkusunun nevrotik bir endişe olduğunu söyleyecek olsanız, size bu korkusunun haklı ve yerinde olduğunu gösterecek bir sürü kanıt sayabilecektir. Korkusunun gerçek bir temele dayandığını ileri sürecek ve korktuğu şeyle ilgili olmuş vakalardan söz edecektir. Aynı şekilde, ilkel bir insana korkularının gerçek tehlike ile orantılı olmadığını söyleyecek olsanız, o da buna benzer bir inatçılık gösterecektir. Sözgelişi, bazı hayvanları yemenin yasaklanmış olduğu (tabu olduğu) bir kabile içerisinde yaşayan ilkel bir insan, kazara bu yasaklanmış hayvanların etinden yiyecek olsa dehşetli bir korkuya kapılacaktır. Dıştan bakan bir gözlemci olarak siz bu korkuyu tehlike ile orantılı olmayan aşırı bir korku olarak niteleyebilirsiniz; gerçekten de yersiz bir korku olarak görebilirsiniz. Ama yasaklanmış olan hayvanla ilgili kabile inançlarını bildiğiniz zaman, bu durumun o insan için gerçek bir tehlike -kara ve deniz avı alanlarının talan edilebileceği ya da kendisinin belli bir hastalığa yakalanabileceği gibi bir tehlike- yarattığını anlayabileceksiniz.

---

(1) Freud, **New Introductory Lectures** adlı eserinin «Anxiety and Instinctual Life» adını taşıyan bölümünde «objektif» ve «nevrotik» endişe arasında buna benzer bir ayrım yapmış ve birincisini «tehlike karşısında gösterilen akla uygun bir tepki» olarak tanımlamıştır.

Bununla birlikte, ilkel toplumlarda karşımıza çıkan endişe ile çağımızda nevrotik olarak nitelediğimiz endişe arasında bir fark vardır. İlkel toplumlardaki endişeden farklı olarak nevrotik endişenin içeriği toplumun ortak kanılarına uymamaktadır. Her ikisinde de, bir kere endişenin anlamı anlaşıldı mı, aşırı bir tepki izlenimi ortadan kalkmaktadır. Sözgelişi, sürekli bir ölüm endişesi duyan insanlar vardır; öbür yandan, çektikleri acıdan ötürü gizli bir ölüm isteği de duymaktadırlar. Bu gibi kimselerin çeşitli ölüm korkuları ölüm istekleri ile birleştiği zaman, yakın bir tehlike karşısında duyulan şiddetli bir korku çıkar ortaya. Bütün bu etkenler bilindiği zaman, bu gibi kimselerin ölüm karşısında duydukları endişeyi uygun bir tepki olarak görmek gerekecektir. Bunun daha basit bir örneği bir uçurumun ya da yüksek bir pencerenin yanına ya da yüksek bir köprünün üstüne geldikleri zaman dehşete kapılan kimselerde görülmektedir. Burada da, dıştan bakıldığı zaman, duyulan korku tehlike ile orantılı değilmiş gibi görünür. Ama böyle bir durum, onlar için, yaşama isteği ile şu ya da bu gibi bir nedenle yüksek bir yerden atlamak için duyulan istek arasındaki bir çatışmayı dile getirebilir ya da ta içlerinde böyle bir çatışmayı harekete getirmiş olabilir. Endişeyi yaratan da işte bu çatışmadır.

Bütün bu söylenenler, tanımlamada bir değişiklik yapmayı gerektirir. Endişe de, korku da tehlike ile orantılı olan tepkilerdir; şu var ki, korkuda tehlike açık ve objektif olduğu halde, endişede gizlidir ve sübjektiftir. Yani endişenin şiddeti, herhangi bir durumun ilgili kimse için taşıdığı anlam ile orantılıdır ve o kimse gerçekte niçin böyle endişeli olduğunu bilmemektedir.

Korku ile endişe arasındaki ayrımın uygulamadaki anlamı şudur: Nevrotik bir insanı endişesinden kurtarabilmek için onunla tartışmak, yani onu ikna etmeğe çalışmak yararsızdır. Endişesi, içerisinde bulunduğu gerçek duruma değil, onun bu durumu nasıl yorumlamış olduğu-

na bağlıdır. Bu bakımdan, onu tedavi edebilmek için, bazı durumların onun için ne gibi bir anlamı olduğunu keşfetmek gerekecektir.

Endişeden ne anladığımızı böylece belirttikten sonra, şimdi endişenin oynadığı rol üzerinde duralım. Bizim kültürümüz içerisinde yaşayan ortalama bir insan, endişenin kendi hayatında ne kadar önemli bir rol oynadığını pek fark etmez. Çoğu zaman yalnızca çocukken bazı endişeler duyduğunu, bir ya da birkaç endişeli rüya gördüğünü, gündelik hayatının her zamanki akışının dışında kalan bir durumda, sözgelişi, önemli bir kişi ile önemli bir görüşmeden ya da sınavlardan önce aşırı derecede kaygılı ve endişeli olduğunu hatırlar.

Bu konuda nevrotik kimselerden edindiğimiz bilgiler çok çeşitlidir. Bazı nevrotikler endişeden sürekli bir şekilde rahatsız olduklarını tam olarak fark ederler. Endişe çok çeşitli biçimlerde ortaya çıkabilir: Yaygın endişe nöbetleri olarak görünebilir; yüksek yerler, caddeler, toplu gösteriler gibi belirli yerler ya da hareketlerle ilgili olabilir; delirmek, kanser olmak, iğne yutmak gibi belli bir korku şeklini alabilir. Bazıları ise zaman zaman, nedenini bilerek ya da bilmeyerek endişe duyduklarını fark ederler, ama buna önem vermezler. Son olarak, yalnızca ruh çöküntülerinin, yetersizlik duygularının, cinsel hayatlarındaki bozuklukların, vb. farkında olan, ama endişe duyduklarını ya da daha önce duymuş olduklarını hiçbir şekilde fark etmeyen nevrotik insanlar vardır. Bununla birlikte, daha derin bir inceleme, bu gibi kimselerin ilk söylediklerinin doğru olmadığını göstermektedir. Bu kimseleri analiz ettiğimiz zaman, kişiliklerinin daha derin katlarında, her zaman, en az birinci gruptan olan kimselerde rastladığımız kadar bir endişe ile karşılaşırız. Analiz süreci, bu nevrotik kimselerin daha önceki endişelerini bilinçli olarak fark etmelerini, kendilerini kaygılı ve endişeli hissettikleri durumları ya da endişeli rüyalarını hatırlamalarını sağlamaktadır. Şu var ki, bu gibi kimselerin, var-

lığını kabul ettikleri bu endişenin derecesi genellikle normali aşmaz. Bütün bunlar, farkında olmadığımız halde endişe duyabileceğimizi göstermektedir.

Burada söz konusu edilen sorun bu şekilde ortaya konduğu zaman, önemi gözden kaçmaktadır. Çok daha geniş kapsamlı bir sorunun yalnızca bir bölümüdür bu. Sevgi, öfke, kuşku gibi duygularımız o derece kaypak olabilirler ki seyrek olarak bilinç yüzeyine çıkabilirler ve o derece geçici olabilirler ki onları hemen unuturuz. Bütün bunlar gerçekten de, temelli olmayan, gelip geçici duygular olabilirler, ama aynı zamanda arka planda büyük bir dinamik güce de sahip olabilirler. Bir duygunun bilincine varma derecesi, o duygunun gücünü ve önemini göstermez[2]. Endişe söz konusu olduğu zaman bunun anlamı şudur: Yalnızca farkında olmaksızın endişe duymakla kalmayız; aynı zamanda bu endişe, bilinçli olarak fark etmediğimiz halde hayatımızda belirleyici bir etken de olabilir.

Gerçekten de, endişeden kaçmak ya da endişe duymaktan kurtulmak için elimizden geleni yapmağa çalışırız. Bunun birçok nedenleri vardır; en yaygın nedeni de şiddetli bir endişenin bize en çok acı veren duygularımızdan biri olmasıdır. Şiddetli bir endişe nöbeti geçirmiş olan hastalar, bir daha böyle bir yaşantıdan geçmektense ölmeyi tercih ettiklerini söyleyeceklerdir. Ayrıca endişe duygusunun bazı unsurları birey için özellikle katlanılmaz olabilirler. Bunlardan biri çaresizliktir. Bir insan büyük bir tehlike karşısında etkin ve cesur olabilir. Ama bir endişe hali içerisinde kendini çaresiz bir durumda hisseder ve gerçekten de çaresizdir. Güçlü olmak, başkalarına söz geçirmek ve her türlü durumun içinden çıkmak gibi belli bir amaç edinmiş olan kimseler için çaresiz bir durumda kalmak özellikle katlanılmaz bir şeydir. Kendi tepkileri-

(2) Freud'un bilinçdışı etkenlerin önemini ortaya koyan temel buluşunun bir görünüşü ile ilgili bir yorumlamadan başka bir şey değildir bu.

nin göze çarpacak kadar ölçüsüz olmasından etkilendikleri için, bunu bir zayıflık ya da korkaklık belirtisi olarak görürler ve bu duruma fena halde içerlerler.

Endişenin başka bir özelliği de göze çarpacak derecede akıldışı oluşudur. Herhangi bir akıldışı etkenin kendilerini yönetmiş olması, bazı insanlara daha zor gelir. Özellikle kendi içlerindeki akıldışı çelişken itkiler tarafından sürüklenerek bir batağa saplanma tehlikesinde olduklarını gizliden gizliye hisseden ve kendilerini otomatik bir biçimde aklın sıkı bir denetimine alıştırmış olanlar için katlanılması güç bir şeydir bu. Bu bakımdan, bu gibi kimseler herhangi bir akıldışı unsura bilinçli olarak katlanamıyacaklardır. Bu son tepki, kapsamış olduğu bireysel itkilerden başka kültürel bir etkeni de işe karıştırmaktadır: çünkü kültürümüz akla uygun olan düşüncelere ve davranışlara büyük önem vermekte, akıldışı olan ya da akıldışı olarak görülebilecek şeyleri ise hoş görmemektedir.

Endişenin bununla bir dereceye kadar ilgili olan son bir unsuru daha vardır: Akıldışı olması yüzünden endişe bize, üstü kapalı bir biçimde, kendi içimizdeki bir şeyin ayarının bozulduğunu haber vermekte ve bizi o şeyi onarmaya çağırmaktadır. Bunu bilinçli olarak bir mücadele çağrısı imiş gibi kabul etmiş değiliz; ama ister kabul edelim, isterse etmeyelim, üstü kapalı bir mücadele çağrısından başka bir şey değildir bu. Hiçbirimiz böyle bir mücadele çağrısından hoşlanmayız; bazı tavırlarımızı değiştirmek zorunda olduğumuzu kabul etmek kadar karşı koyduğumuz başka hiçbir şey yoktur. Bununla birlikte, bir insan kendi korkularının ve savunma mekanizmalarının karmakarışık ağına düştüğünü ne derece umutsuz bir şekilde hissederse, her bakımdan haklı ve kusursuz olduğu hayaline o derece tutunmak zorundadır, dolayısıyla kendi içerisinde yanlış bir şeyler olduğunu -dolaylı ya da üstü kapalı bir biçimde de olsa- gösterebilecek olan her şeyi ve herhangi bir değişme gereğini o derece içgüdüsel bir şekilde reddedecektir.

Bizim kültürümüzde endişeden kurtulmanın belli başlı dört yolu vardır: Endişeyi rasyonelleştirme (rationalization)*; inkâr etme; uyuşturma; endişe yaratabilecek düşüncelerden, duygulardan, içtepilerden ve durumlardan kaçma.

Birinci yöntem, yani rasyonelleştirme, sorumluluktan kaçmak için en iyi açıklamadır ve endişeyi haklı, akla uygun bir korkuya dönüştürmeğe çalışmaktır. Böyle bir dönüşümün ruhsal değeri bir yana bırakılacak olursa, bu yola başvurmanın pek bir şey değiştirmediğini söyleyebiliriz. Aşırı derecede meraklı ve endişeli bir anne, ister endişeli bir anne olduğunu kabul etsin, isterse endişesini haklı bir korku olarak yorumlasın, her iki halde de çocukları için aynı derecede kaygı duyar. Bununla birlikte, böyle bir anneye, göstermiş olduğu tepkinin akla uygun bir korku değil de bir endişe olduğu, gerçek tehlike ile orantılı olmayan aşırı bir tepki olarak ortaya çıktığı ve kişisel etkenleri işe karıştırdığı tekrar tekrar söylenebilir. Buna karşılık o, bütün bunları reddedecek ve olanca gücü ile sizin yanıldığınızı kanıtlamağa çalışacaktır. Mary şu bulaşıcı hastalığı çocuk yuvasında kapmadı mı? Johnny ağaca tırmanırken düşüp bacağını kırmadı mı? Geçenlerde bir adam çocuklara şeker vermeyi vaat ederek onları tuzağa düşürmeğe çalışmadı mı? Kendi davranışı yalnızca bir sevgi ve görev duygusundan ileri gelmiyor mu?[3]

Akıldışı tavırların bu derece bir şiddetle savunulduğu her yerde, savunulan tavırların o insan için önemli fonksiyonları olduğuna emin olabiliriz. Böyle bir anne, çaresiz

---

(*) «Rationalization», birey ya da toplum tarafından kabul edilmiş kurallara, normlara ve davranış ölçülerine ya da akla ve mantığa aykırı olan bir düşünceyi, bir duyguyu, bir tavrı, vb. birey ya da toplumun benimsemiş olduğu normlara ve akla uygun gelecek başka bir düşünce, duygu, vb. ile gizlemeyi dile getiren bilinçdışı bir süreçtir. (Çevirenin notu.)

(3) Bakınız: Sandor Rado, **An Over-Solicitous Mother.**

bir durumda heyecanlarının kölesi olduğunu hissedecek yerde, durumu etkin bir şekilde ele alabildiğini sanmaktadır. Zayıflığını kabul edecek yerde, yüksek davranış ölçülerinden ötürü gurur duymaktadır. Tavrının akıldışı unsurlarla dolu olduğunu kabul edecek yerde, tümüyle akla uygun ve haklı olduğunu hissetmektedir. Kendi içindeki bir şeyi değiştirmesi gerektiğini görecek ve kabul edecek yerde, sorumluluğu dış dünyaya atmakta ve böylece kendi tavrını belirleyen gerçek nedenlerle yüz yüze gelmekten kurtulmuş olmaktadır. Hiç şüphesiz bu geçici yararların bedelini, hiçbir zaman kurtulamıyacağı kaygılarla ödemek zorundadır. Ve bütün bunların acısını da özellikle çocuklar çekmektedir. Şu var ki, anne bunu fark etmemekte, gerçekte fark etmek de istememektedir; çünkü benliğinin en derin katlarında, kendi içerisindeki hiçbir şeyi değiştiremiyeceği kuruntusuna saplanıp kalmıştır, ama bir değişiklikten ileri gelebilecek her türlü elverişli durumdan yararlanmak istemektedir.

Endişenin akla uygun bir korku olduğuna inanma konusundaki bütün eğilimler, içerikleri ne olursa olsun aynı ilkeye dayanırlar: Çocuk doğurma korkusu, hastalık korkusu, dokunacak şeyleri yeme korkusu, afetlerden, felaketlerden korkma, yoksulluk korkusu gibi...

Endişeden kurtulmanın ikinci yolu onun varlığını inkâr etmektir. Gerçekten de, bu gibi durumlarda endişeyi inkâr etmekten, yani onu bilinç alanının dışına itmekten başka bir şey yapılmamaktadır. Ortada olan şeyler yalnızca titreme, terleme, kalbin hızla çarpması, tıkanma ya da boğulma duygusu, sık sık çiş etme ihtiyacı, ishal, kusma gibi endişe ile birlikte giden fizik görünüşlerle; ruhsal alanda, huzursuzluk, bir saldırıya uğrayabileceği, bir yanına felç gelebileceği gibi duygulardır. Korktuğumuz ve korktuğumuzu fark ettiğimiz zaman da bütün bu duygular ve fizik duyular var olabilirler; bunlar aynı zamanda, baskı altına alınmış bir endişenin belirtilerinden başka bir şey de olmayabilirler. Bu sonuncu du-

rumda insanın kendisi hakkında bütün bildiği yalnızca bazı durumlarda sık sık çiş etmek zorunda kaldığı, trene bindiği zaman midesi bulandığı, bazı geceler terlediği, vb. dış belirtilerle, bütün bunların, her seferinde, herhangi bir fizik neden olmaksızın ortaya çıktığıdır.

Bununla birlikte, endişeyi bilinçli olarak inkâr etmek, onu bilinçli olarak yenmeğe çalışmak da mümkündür. Bu, normale yakın olan bir durumdur: Belli bir korkudan kurtulabilmek için, onu umursamamak ya da önemsememek gibi... Normal düzeyde bunun en iyi bilinen örneği, korkusunu yenmek isteyen bir askerin kahramanca işler başarmasıdır.

Nevrotik bir insan da, endişesini yenebilmek için bilinçli bir karar vermiş olabilir. Bir örnek verecek olursak, ergenlik çağına gelinceye kadar birtakım endişeleri olan, özellikle hırsızlardan korkan bir genç kız, bilinçli olarak bu endişesini umursamamağa, çatı arasındaki odada yalnız başına yatmağa, bomboş evde yalnız başına dolaşmağa karar vermiştir. Psikanaliste anlattığı ilk rüya, bu tavrın çeşitli görünüşlerini açığa vurmuştur. Gerçekte ürkütücü olan, ama genç kızın her seferinde cesaretle karşı koyduğu birçok durumları dile getirmiştir bu rüya. Sözgelişi, bir gece bahçede ayak sesleri işitmiş, balkona çıkıp «Kim var orada?» diye seslenmiştir. Hırsızlardan duyduğu korkuyu yenmeyi başarmıştır; ama endişesini yaratan etkenlerde bir değişiklik olmadığı için, hâlâ süregelen endişenin öteki sonuçları olduğu gibi kalmıştır. Çekingen ve sıkılgan bir kız olmakta devam etmiş, başkalarının kendisini istemediklerini hissetmiş ve herhangi bir yaratıcı iş yapmayı başaramamıştır.

Çoğu zaman nevrotik kimselerde bu gibi bilinçli kararlara rastlanmaz. Genellikle her şey kendiliğinden olup biter. Bununla birlikte, normal durumla nevrotik durum arasındaki fark, kararın bilinçlilik derecesinde değil, elde edilen sonuçlardadır. Bir nevrotiğin «kendini toplamak» la ulaşabileceği şey, endişenin özel bir görünüşünün ortadan kaybolmasını sağlamaktır: Tıpkı yukarıda söz ko-

nusu edilen genç kızın hırsız korkusundan kurtulmuş olması gibi. Böyle bir sonucun değerini küçümsemiyorum. Günlük hayatta yararlı olabilir ve insanın kendine vermiş olduğu değeri artırmak bakımından ruhsal bir değeri de olabilir. Ama bu gibi sonuçlara genellikle aşırı bir değer verildiği için, olumsuz yön üzerinde durmamız gerekecektir[4]. Bu gibi durumlarda yalnızca kişiliğin temel dinamiği değişmemekle kalmaz, var olan bozukluğun göze çarpan bir görünüşü ortadan kalktığı için, bu bozuklukla mücadele etmede son derece gerekli bir uyarımdan da yoksun kalınmış olunur.

Bir endişenin üzerine korkusuzca yürüme süreci birçok nevrozlarda büyük bir rol oynar; ama bu sürecin gerçek anlamı her zaman tam olarak kavranmış değildir. Sözgelişi, birçok nevrotiklerin bazı durumlarda göstermiş oldukları saldırganlık, çoğu zaman gerçek bir düşmanlığın belirtisi olarak görülmüştür; oysa böyle bir saldırganlık, gerçekte, kendini saldırıya uğramış olarak görmekten ileri gelen bir baskının etkisiyle, çekingenlik gibi bir özelliğin üstüne korkusuzca yürümekten başka bir şey olmayabilir. Genellikle bir parça düşmanlık var olmakla birlikte, nevrotik bir insan, gerçekten hissetmiş olduğu saldırganlık eğilimini büyük ölçüde artırmış olabilir; çünkü endişesi onu çekingenliğini yenmeğe zorlamaktadır. Bu nokta gözden kaçacak olursa, korkusuzluğu gerçek bir saldırganlık olarak görme tehlikesi vardır.

Endişeden kurtulmanın üçüncü yolu onu uyuşturmaktır. Bu bilinçli olarak ve «uyuşturma» kelimesinin tam anlamı ile alkol ya da uyuşturucu maddeler kullanarak yapılabilir. Bununla birlikte, aradaki bağlantının ilk bakışta kolay kolay seçilemediği başka uyuşturma yolları da vardır. Bunlardan biri yalnız başına kalmak korkusu yüzünden sosyal faaliyetlere dalmaktır; bu kor-

(4) Freud, belirtilerin ortadan kaybolmasının iyileşmenin yeterli bir kanıtı olmadığına dikkati çekerek her zaman bu noktaya ağırlık vermiştir.

kunun bilinçli olarak fark edilmesi ya da yalnızca bilinçsiz bir tedirginlik olarak hissedilmesi durumu değiştirmez. Endişeyi uyuşturmanın başka bir yolu da kendini işe vermektir. Çalışmanın zorlu bir nitelik kazanması ve pazar ya da tatil günlerinde ortaya çıkan tedirginlik böyle bir yola başvurulmuş olduğunu gösterir. Görülmemiş derecede bir uyku ihtiyacı da aynı amaca hizmet edebilir; ne var ki bu durumda uykudan sonra insan kendini pek dinlenmiş hissetmez. Son olarak, cinsel faaliyetler de endişeden kurtaracak bir güvenlik-kapağı rolünü oynayabilirler. Zorlu bir nitelik taşıyan kendi kendini tatminin (masturbation) endişeden ileri geldiği uzun zamandan beri bilinmektedir; aynı şey her çeşit cinsel ilişki için de doğrudur. Cinsel faaliyetlere, daha çok, endişeyi yatıştıran bir araç olarak başvuran insanlar, kısa bir süre için bile olsa cinsel içgüdülerini tatmin etme fırsatını bulamadıkları zaman, kendilerini son derece rahatsız ve sinirli hissederler.

Endişeden kurtulmanın dördüncü yolu en köklü (radical) olanıdır: Endişe yaratabilecek her türlü durumdan, düşünceden, duygudan kaçmak. Bu bilinçli bir süreç olabilir: Suya dalmaktan ya da dağa tırmanmaktan korkan bir insanın bu gibi hareketlerden kaçması gibi. Daha yerinde bir deyimle söyleyecek olursak, bir insan endişenin varlığını da, endişeden kaçmağa çalıştığını da bilinçli olarak fark etmiş olabilir. Ama endişeyi belli belirsiz bir şekilde fark etmiş de olabilir ya da hiç fark etmeyebilir; tıpkı bunun gibi, endişeden kaçmak için yaptığı faaliyetleri de belli belirsiz bir şekilde fark edebilir ya da hiç fark etmeyebilir: Karar vermek, doktora gitmek, mektup yazmak, vb. endişe ile ilgili olduğunu bilinçli olarak fark etmediği konuları erteleme gibi bir davranış özelliği gösterebilir. Ya da yapmayı düşündüğü bazı şeylerin -bir tartışmaya katılmak, memurlarına emir vermek, başka bir insandan ayrılmak gibi- önemsiz olduğunu «iddia edebilir», yani sübjektif olarak böyle olduklarına inanabilir. Ya da bazı şeyleri yapmaktan hoşlanmadığını

«iddia edebilir» ve buna dayanarak onları bir yana itebilir. Böylece, gerçekte bir köşede kalmaktan ve ilgi uyandıramamaktan korktuğu için toplantılara gitmek istemeyen bir genç kız, toplantılardan hoşlanmadığına kendini inandırarak bu gibi topluluklardan büsbütün el çekebilir.

Bir adım daha atıp bu gibi kaçma mekanizmalarının **kendi kendine** işlediği bir noktaya varacak olursak, bir inhibition olayı ile karşılaşırız. «inhibition» bazı şeyleri yapma, hissetme ve düşünme yeteneksizliğidir; görmüş olduğu fonksiyon da insanın bu gibi şeyleri yapması, hissetmesi ve düşünmesi halinde ortaya çıkabilecek olan endişeden kaçmaktır. Bu durumda endişe bilinç yüzeyinde değildir ve inhibition'u bilinçli bir çaba ile yenme imkânı da yoktur. Inhibition'ların en belirli olanı, bazı fonksiyonların histerik bir biçimde yitirilmesidir; Hysteria'dan ileri gelen körlük, konuşma yeteneğinin yitirilmesi ya da bir ayağın felce uğraması gibi. Cinsel alanda soğukluk ve güçsüzlük, bu gibi inhibition'ları dile getirmektedir; ne var ki bu cinsel inhibition'ların yapısı çok karmaşık olabilir. Düşünce alanında dikkatini bir nokta üzerinde toplama, birtakım kanılar edinme ve bu kanılarını açığa vurma, insanlarla ilişki kurma gibi konularda ortaya çıkan inhibition'lar çok iyi bilinen olaylardır.

Inhibition'ların ne derece çeşitli biçimlerde ortaya çıkan ve ne kadar sık rastlanan bir olay olduğunu gösterebilmek amacıyla, yalnızca inhibition'ları ard arda sıralamak için de olsa, birçok sayfa ayırmakta yarar vardır. Ne var ki, bu konuda kendi gözlemlerini yeniden gözden geçirmesini okuyucuya bırakabileceğimi düşünüyorum; çünkü inhibition'lar bugün çok iyi bilinen bir olaydırlar ve tam olarak gelişmiş oldukları zaman kolayca fark edilebilirler. Bununla birlikte, inhibition'ların varlığını fark edebilmek için gereken ön-şartları kısaca gözden geçirmek iyi olacaktır.

İlk olarak, herhangi bir şeyi «yapamama» güçsüzlüğünün bilincine varabilmek için, o şeyi yapmayı istemiş olduğumuzu bilinçli olarak bilmemiz gerekir. Önce birta-

kım hırslarımız olduğunu bilmeliyiz ki, bu konudaki inhibition'larımızı kavrayabilelim. En azından, ne istediğimizi her zaman biliyor muyuz? Kesinlikle hayır! Bir insanın bir bildiriyi dinlediğini ve bu konuda eleştirici düşünceleri olduğunu varsayalım. Pek az bir inhibition, bu düşüncelerini açığa vurmaktan çekinmesine yol açacaktır. Daha şiddetli bir inhibition, o insanı, düşüncelerini düzene sokmaktan alıkoyacak ve bunun sonucu olarak da bu düşünceler ancak tartışma bittikten sonra ya da ertesi sabah aklına gelecektir. Ama inhibition o derece şiddetli olabilir ki, eleştirici düşüncelerin ortaya çıkmasına hiç imkân vermeyebilir; bu durumda (gerçekten bir eleştiri yapma ihtiyacının söz konusu olduğunu varsayıyorum) söylenmiş olan şeyleri körü körüne kabul etme, hatta onlara hayran olma gibi bir eğilim gösterecektir ve herhangi bir inhibition'u olduğundan kesinlikle habersiz olacaktır. Başka bir deyişle söyleyecek olursak, bir inhibition, istekleri ya da içtepileri engelleyecek kadar şiddetli olduğu zaman, insan böyle bir inhibition'u olduğunu fark edemez.

Inhibition'un varlığını bilinçli olarak fark etmeyi engelleyen ikinci etken, bu inhibition'un bir insanın hayatında son derece önemli bir fonksiyon gördüğü durumlarda ortaya çıkar, dolayısıyla o insan bunun kaçınılmaz bir şey olduğu noktası üzerinde ısrar eder. Sözgelişi, herhangi bir yarışmalı işle ilgili şiddetli bir endişenin var olması *ve bu endişenin her çalışma denemesinden sonra* büyük bir yorgunluğa yol açması halinde, o insan herhangi bir iş yapacak güçte olmadığı noktası üzerinde ısrar edebilir; *bu inanç onu korumaktadır; oysa inhibition'un varlığını* kabul etmiş olsaydı, çalışmaya dönmek, böylece kendisine dehşet veren endişe ile yüz yüze gelmek *zorunda kalacaktı.*

Üçüncü bir yol bizi yine kültürel etkenlere götürmektedir. Kişisel inhibition'lar kültürel olarak onaylanan inhibition'larla ya da toplum içerisindeki ideolojilerle çakıştıkları zaman, bunları bilinçli olarak fark etmek imkân-

sızdır. Bir örnek verecek olursak, kadınlara yaklaşma konusunda şiddetli inhibition'ları olan bir hasta, bunun farkında değildi, çünkü kendi davranışını, kültürel olarak benimsenmiş olan kadınların kutsallığı düşüncesinin ışığı altında görüyordu. Birinden bazı şeyler isteme konusundaki bir inhibition'un temelinde, çekingenliğin bir erdem olduğu dogmasının bulunduğunu kolayca fark edebiliriz. Politikada, dinde ya da herhangi bir özel ilgi alanında geçer olan dogmalarla ilgili eleştirici bir düşünceye karşı olan bir inhibition dikkati çekmeyebilir ve biz cezalandırılma, eleştirilme ya da yalnız başına bırakılma tehlikesi ile ilgili bir endişenin varlığından büsbütün habersiz olabiliriz. Bununla birlikte, böyle bir durum üzerinde herhangi bir yargıda bulunabilmek için, hiç şüphesiz bireysel etkenleri bütün ayrıntıları ile bilmek zorundayız. Eleştirici düşüncenin bulunmayışı her zaman bir inhibition'un varlığını gerektirmez; genel bir düşünce tembelliğinden, budalalıktan ya da geçer olan dogmayı gerçekten benimsemiş olmaktan da ileri gelmiş olabilir.

Bu üç etkenden her biri, inhibition'ların varlığını fark etme konusundaki yeteneksizliği ve hatta usta bir psikanalistin bile bunları fark etmede güçlük çekebileceği gerçeğini açıklayabilir. Ama hepsini fark edebileceğimizi kabul etsek bile, inhibition'ların sıklık derecesi konusunda yapacağımız tahminler yine de çok düşük olacaktır. Henüz tam bir inhibition olmamakla birlikte, inhibition olmağa doğru giden bütün tepkileri hesaba katmak zorunda kalacağız. Bu gibi durumlarda ilgili kimse bazı şeyleri yine de yapabildiği halde, bu konulardaki endişe, yaptığı şeyler üzerinde belli bir etkide bulunmaktadır.

İlk olarak, endişe duyulan bir faaliyete girişmek bir gerginlik, yorgunluk ya da tükenme duygusu yaratır. Bir örnek verecek olursak, sokakta dolaşmak korkusundan kurtulmuş olmakla birlikte, bu konuda hâlâ epeyce endişesi olan bir hastamız, pazar günleri bir gezinti yaptığı zaman kendini tükenmiş hissediyordu. Bu tükenme halinin bedensel bir zayıflıktan ileri gelmediği, bu hastamı-

zın en ufak bir yorgunluk duymaksızın en ağır ev işlerini yapabilmiş olmasından açıkça belli oluyordu. Tükenme halini yaratan şey, sokağa çıkma konusundaki endişesiydi. Endişe ona dışarıda dolaşmak imkânını verecek kadar azalmıştı, ama hâlâ onu tüketecek kadar şiddetliydi. Genellikle aşırı çalışmadan ileri geldiği sanılan birçok güçlükler, gerçekte işten değil, işle ya da iş arkadaşları ile ilgili endişeden ileri gelmektedir.

İkinci olarak, belli bir faaliyetle ilgili endişe, bu faaliyetin bozulması gibi bir sonuç doğuracaktır: Emir vermekle ilgili bir endişe söz konusu olduğu zaman, emirler sanki özür dilermiş gibi çekingen ve güçsüz bir şekilde verilecektir. Ata binme endişesi, hayvanı yönetememe gibi bir güçsüzlüğe yol açacaktır. Bu durumun bilincine varma derecesi insandan insana değişmektedir. Bir insan duyduğu endişe yüzünden görevlerini iyi bir şekilde yerine getiremediğini fark etmiş olabilir, ya da yalnızca elinden hiçbir şey gelmediği gibi bir duyguya kapılabilir.

Üçüncü olarak, bir faaliyetle ilgili endişe, bu faaliyetten zevk duymamızı engelleyecektir. Ne var ki, pek az bir endişe söz konusu olduğu zaman bu doğru değildir; tersine, hafif bir endişe bize fazladan bir zevk verebilir. Lunaparkta, eğimli raylar üzerinden hızla kayan açık vagonlara bir parça ürkerek binmek, onu daha heyecanlı bir hale getirecektir; şiddetli bir endişe ile binmek ise bir işkence olacaktır. Cinsel ilişkilerle ilgili şiddetli bir endişe, hiçbir zevk duymama gibi bir sonuç yaratacak ve insan bu endişeyi bilinçli olarak fark etmeyecek olursa, cinsel ilişkilerin hiçbir anlamı olmadığı duygusuna kapılacaktır.

Bu son nokta okuyucuya biraz karışık gelebilir; çünkü biraz önce, hoşlanmama duygusunun endişeden kaçma aracı olarak kullanılabileceğini söylemiştim; şimdi ise, hoşlanmama duygusunun endişenin bir sonucu olabileceğini söylüyorum. Gerçekte her iki ifade de doğru-

dur. Hoşlanmama duygusu hem endişenin sonucu olabilir, hem de endişeden kaçma aracı olarak rol oynayabilir. Bu nokta, ruhsal olayları anlamada karşımıza çıkan güçlüklerin küçük bir örneğidir. Ruhsal olaylar karmaşıktırlar; iç içe girmişlerdir; çok sayıda karşılıklı etkiden oluşmuş karmaşık olayları göz önünde bulundurmak zorunda olduğumuzu kabul etmedikçe, psikoloji alanında ilerlememiz mümkün değildir.

Kendimizi endişeye karşı nasıl savunabileceğimiz noktası üzerinde durmamızın amacı, mümkün olan bütün savunma mekanizmalarının tam bir tablosunu vermek değildir. Gerçekten de, endişenin ortaya çıkmasını önleyecek daha köklü yolların neler olduğunu biraz sonra göreceğiz. Şimdilik bütün amacım, bir insanın farkında olduğundan daha çok endişesi olabileceği ya da hiç fark etmediği halde endişeli olabileceği gibi bir ifadenin doğruluğunu göstermeğe çalışmak ve aynı zamanda, arkasında endişenin gizlenmiş olabileceği bazı ortak noktalara dikkati çekmektir.

Böylece, kısaca söylemek gerekirse, endişe kalp çarpıntısı ve yorgunluk gibi bedensel rahatsızlık duygularının arkasına saklanmış olabilir; akla uygun ya da yerinde imiş gibi görünen birçok korkularla gizlenmiş olabilir; bizi içki içmeğe ya da çeşitli eğlencelere dalmağa götüren gizli bir güç olarak rol oynayabilir. Bazı şeyleri yapamama ya da bazı şeylerden zevk alamama gibi bir yeteneksizliğin nedeni olarak çoğu zaman endişe ile karşılaşacağız ve inhibition'ların arkasındaki itici güç olarak da her zaman endişe çıkacaktır karşımıza.

Daha sonra tartışacağımız nedenlerle, bizim kültürümüz, bu kültür içerisinde yaşayan insanlarda epeyce bir endişe yaratmaktadır. Bu bakımdan, yukarıda söz konusu ettiğim savunma mekanizmalarından birine ya da öbürüne hemen herkeste rastlanabilir. Bir insan ne derece nevrotikse, kişiliği de o derece bu gibi mekanizmalarla kaplanmış ve belirlenmiştir; aynı zamanda gücüne kuvve-

tine, düşünme ve kavrama yeteneklerine ya da görmüş olduğu eğitim derecesine göre pekala yapabileceği halde yapamadığı ya da yapmayı göze alamadığı şeylerin sayısı da o kadar çoktur. Nevrozlar ne kadar şiddetli ise, hemen göze çarpan ya da güçlükle fark edilen inhibition'lar da o kadar çoktur[5].

(5) H. Schultz-Hencke, **Einfuehrung in die Psychoanalyse**'de **Luecken** dediği şeylerin, yani nevrotiklerin kişiliklerinde ve hayatlarında karşımıza çıkan boşlukların (ya da gediklerin) büyük önemi üzerinde özellikle durmuştur.

IV. BÖLÜM

ENDİŞE VE DÜŞMANLIK

Korku ile endişe arasındaki farkları incelerken, ilk önce, endişenin daha çok sübjektif bir etkeni işe karıştıran bir korku olduğunu görmüştük. Şimdi bu sübjektif etkenin ne olduğunu açıklamağa çalışalım.

Bir insanın endişeli olduğu zamanki yaşantıları ile işe başlayalım. Karşısında kendini tam bir çaresizlik içerisinde gördüğü güçlü ve kaçınılmaz bir tehlikenin var olduğunu hissetmektedir. Endişenin görünüşleri ne olursa olsun - ister kuruntulu bir kanser korkusu, isterse yıldırımla ilgili bir endişe, yüksek yerlere çıkma korkusu ya da bunlara benzer bir korku olsun - bu iki etken her zaman karşımıza çıkmaktadır: Son derece güçlü bir tehlikenin var olduğu duygusu ile bu tehlike karşısındaki çaresizlik. Bazen insanın karşısında kendini çaresizlik içerisinde gördüğü tehlikeli gücün dıştan geldiği hissedilir: Yıldırım, kanser, çeşitli kazalar, vb. Bazan tehlike insanın dizginleyemediği kendi içtepilerinden gelebilir: Elinde olmayarak kendini yüksek bir yerden atma ya da birini bıçaklama korkusu gibi. Bazan da tehlike büsbütün belirsiz, ne olduğu anlaşılamıyan, kavranılamıyan bir şey olabilir: Çoğu zaman bir endişe nöbetinde olduğu gibi.

Bununla birlikte, bu duygular yalnızca endişenin ayırt edici niteliği değildirler; gerçekten büyük bir tehlikenin ve bu tehlike karşısındaki gerçek bir çaresizliğin

söz konusu olduğu durumlarda da bu gibi duygular ortaya çıkabilir. Bir deprem sırasında orada bulunan insanların ya da birtakım zalim davranışlarla karşılaşan iki yaşında bir çocuğun yaşantıları ile, şimşekli gökgürültülü bir fırtına sırasında endişeye kapılan bir kimsenin sübjektif yaşantısı arasında hiçbir fark olmadığını düşünüyorum. Korku söz konusu olduğu zaman tehlike gerçekten vardır, çaresizlik duygusu da gerçek bir temele dayanmaktadır; endişenin söz konusu olduğu durumlarda ise tehlike ruhsal hayatın içerisindeki etkenler tarafından oluşturulmakta ya da büyütülmekte, çaresizlik duygusu da insanın kendi tavrı ile belirlenmektedir.

Böylece, endişedeki sübjektif etkenle ilgili sorun daha belirgin bir araştırma konusu haline gelmiştir: Hemen ortaya çıkabilecek büyük bir tehlikenin var olduğu duygusunu ve bu tehlike karşısındaki çaresizliği yaratan ruhsal şartlar nelerdir? Bir psikoloğun ortaya atması gereken soru budur. Bedendeki bazı kimyasal değişikliklerin insanda bir haz duygusu ya da uyku hali yaratması nasıl psikolojik bir sorun değilse, başka birtakım kimyasal değişikliklerin endişe duygusuna ve endişe ile birlikte giden fizik belirtilere yol açması da psikolojik bir sorun değildir.

Çoğu zaman başka sorunlarda olduğu gibi, endişe sorununun çözümü konusunda da hangi yönde hareket edeceğimizi bize yine Freud göstermiştir. Freud'un, endişedeki sübjektif etkenin kendi içgüdüsel itkilerimizde bulunduğunu ortaya koyan temel buluşu bu konuda bize ışık tutmuştur; başka bir deyimle, endişeyle beklenen tehlikeyi ve bu tehlike karşısındaki çaresizlik duygusunu yaratan şey kendi içtepilerimizin patlayıcı gücüdür. Bu bölümün sonunda Freud'un görüşleri üzerinde daha ayrıntılı bir biçimde duracağım ve benim ulaşmış olduğum sonuçların Freud'unkilerden ne bakımdan ayrılmış olduğunu da göstermeğe çalışacağım.

Herhangi bir içtepi yeterince zorlu ve şiddetli olduğu ve bu içtepinin ortaya çıkması ya da gerçekleşmesi

son derece önemli olan başka menfaatlere ve ihtiyaçlara zarar verdiği zaman, genellikle her içtepide endişe yaratma gücü vardır. Sert ve kesin cinsel yasakların bulunduğu çağlarda, sözgelişi Kraliçe Victoria'nın çağında cinsel içtepilere kendini kapıp koyuvermek çoğu zaman gerçek bir tehlike ile karşı karşıya kalmak demekti. Evlenmemiş bir genç kız bu şekilde davrandığı zaman vicdan azabı çekmek ya da herkese rezil olmak gibi gerçek bir tehlike ile karşı karşıya bulunuyordu. Kendi kendini tatmin gibi şiddetli bir dürtüye kapılanlar ise, cinsel organlarının kesilmesi tehdidi ile ya da korkunç beden ve ruh hastalıklarına yakalanacakları şeklindeki uyarmalarla karşılaştıkları sürece, gerçek bir tehlike ile karşı karşıya idiler. Bazı cinsel sapıklıklar için bugün de aynı şey söz konusudur: Cinsel organlarını herkese gösterme itkileri ve çocuklara yönelmiş cinsel içtepiler gibi. Ne var ki, çağımızda, «normal» cinsel içtepiler söz konusu olduğu sürece, tavrımız o derece yumuşak bir hal almıştır ki, onları benimsememiz ve açığa vurmamız pek seyrek olarak ciddi bir tehlike yaratmaktadır; bunun için bugün bu konuda kaygı ve endişe duymak için gerçek bir neden pek yoktur.

Cinsel içtepilere karşı takınılmış olan kültürel tavrın değişmesi, deneylerime dayanarak söyleyecek olursam, bu içtepilerin ancak çok özel durumlarda endişenin arkasındaki dinamik güç olmalarında büyük bir rol oynamıştır. Bu ifade insana abartılmış gibi gelebilir, çünkü dıştan bakıldığı zaman endişenin cinsel isteklerle ilgiliymiş gibi göründüğüne şüphe yoktur. Nevrotik kimseler, çoğu zaman, cinsel ilişkilerle ilgili bir endişe duyarlar; ya da endişe duymalarının sonucu olarak cinsel alanda inhibition'ları vardır. Bununla birlikte, daha derin bir analiz, endişenin temelinde genellikle cinsel içtepilerin değil, onlarla birlikte giden düşmanca içtepilerin -cinsel ilişki sırasında, ilişkide bulunduğu kimseye acı vermek ya da onu küçük düşürmek isteme içtepisinin- bulunduğunu göstermektedir.

Gerçekten de, **çeşitli düşmanlık içtepileri nevrotik endişenin temel kaynağını oluşturmaktadırlar.** Bu ifadenin de yalnızca bazı durumlar için doğru olabilecek bir gerçeğin yersiz bir genelleştirilmesi olarak görülmesinden korkuyorum. Ama bu sonuca yalnızca düşmanlıkla endişe arasında doğrudan doğruya bağlantı olan durumlardan varmış değilim. Şiddetli bir düşmanlık içtepisinin gerçekleştirilmesi benliğin amaçlarına aykırı düştüğü zaman, böyle bir içtepinin doğrudan doğruya endişeye yol açabileceği çok iyi bilinmektedir. Burada bir örnek vermek yararlı olacaktır. F. çok bağlı olduğu Mary adında bir genç kızla dağlarda yürüyüşe çıkmıştır. Ama nasıl olmuşsa olmuş kıskançlığı uyandığı için ona şiddetle ve kendini kaybedecek kadar öfkelenmiştir. Genç kızla birlikte bir uçurumun kenarından geçerken şiddetli bir endişe nöbetine tutulmuş, soluğu daralmış, kalbi hızlı hızlı atmağa başlamıştır; çünkü bilinçli olarak genç kızı uçuruma itme içtepisini duyduğunu hissetmiştir. Bu gibi endişelerin yapısı cinsel kaynaklardan gelen endişelerin yapısının aynıdır: Kendimizi kapıp koyuverecek olursak benlik için bir felâket olacak zorlu bir içtepi...

Bununla birlikte, insanların büyük çoğunluğunda düşmanlıkla nevrotik endişe arasında doğrudan doğruya bir neden-sonuç ilişkisi açıkça görülmemektedir. Bu bakımdan, çağımızdaki nevrozlarda düşmanca içtepilerin endişe yaratan temel psikolojik etken olduğunu niçin öne sürdüğümü açıklayabilmek için, şimdi bu düşmanlığın baskı altına alınmasından* doğan psikolojik sonuçlar üzerinde biraz ayrıntılı bir biçimde durmamız gerekiyor.

(*) «Baskı altına alma» deyimini, birey ya da toplumca kabul edilmiş kurallarla uzlaşamayan birtakım isteklerin, içtepilerin, duyguların, vb. psikolojik olayların bilinç yüzeyine çıkmasını engelleyen ya da onları bilinçdışına iten otomatik bir ruhsal süreç olan «repression» kelimesinin karşılığı olarak kullandım. Bireyin bu süreçten bilinçli olarak haberi yoktur; ama bilinçdışında kalan bu

Düşmanlığın baskı altına alınması, sanki her şey yolunda «imiş gibi» bir durumun ortaya çıkması ve böylece mücadele etmek zorunda olduğumuz ya da hiç değilse mücadele etmek istediğimiz bir sırada mücadeleden kaçmamız demektir. Bu bakımdan, böyle bir baskının ilk kaçınılmaz sonucu, bir çaresizlik duygusu yaratması, ya da daha doğru bir deyimle, önceden var olan çaresizlik duygusunu güçlendirmesidir. Bir insanın menfaatleri gerçekten çiğnendiği zaman düşmanlık baskı altına alınacak olursa, başka insanlar onu istedikleri gibi kullanabileceklerdir.

Kimyager C'nin başına gelenler her gün karşımıza çıkan böyle bir durumu dile getirmektedir. C'nin, aşırı çalışmasının sonucu olarak bir sinir yorgunluğu geçirdiği sanılıyordu. Son derece yetenekli ve haris bir insandı C., ama haris olduğunun farkında değildi. Burada üzerinde durmayacağımız bazı nedenlerle harislik çabalarını baskı altına almıştı, dolayısıyla alçakgönüllü bir tavır takınmıştı. Büyük bir kimya firmasının laboratuvarına girdiği zaman aynı firmada çalışan başka biri, C'den yaşça daha büyük ve mevkice daha yüksek olan G. onu kanadı altına almıştı ve ona her türlü dostluğu göstermişti. C ise başkalarının sevgisine bağımlı olması, öteden beri eleştirici bir gözlem yapamayacak kadar çekingen olması, kendi harisliğini fark etmeme, dolayısıyla başkalarının harisliğini de görememe gibi birtakım kişisel etkenlerle bu dostluğu seve seve kabul etmiş ve aslında G'nin kendi mevkiini ve mesleğini düşünmekten başka bir şey yapmadığını görememiştir. Bir seferinde, ama belli belirsiz olarak şu nokta dikkatini çekmiştir: Gerçekleşebilecek bir buluşla ilgili olarak G., sanki kendi fikriymiş gibi, gerçekte C.'nin olan bir fikri -C.'nin arkadaşça bir konuşma sırasında daha önce ona açmış olduğu bir fikri- öne sürmüştür. C. bir an için belli belirsiz bir güven-

---

psikolojik olaylar kişiliği etkileyen dinamik güçler olarak rol oynamaktadırlar. (Çevirenin notu.)

sizlik duymuş, ama kendi harisliği kendi içerisinde büyük bir düşmanlık duygusunu harekete getirdiği için yalnızca bu düşmanlığı hemen baskı altına almakla kalmamış, aynı zamanda haklı olarak duyduğu güvensizliği ve eleştiri duygusunu da baskı altına almıştır. Bu yüzden G.'nin kendisinin en iyi dostu olduğuna inanmakta devam etmiştir. Bunun sonucu olarak G. onu bazı araştırmalarını sürdürmekten vazgeçirdiği zaman, o G.'nin verdiği öğütlerin gerçek anlamını fark edememiştir. G., gerçekte C.'nin yapmış olabileceği bir buluşu gerçekleştirdiği zaman da, yalnızca G.'nin kendisinden daha yetenekli ve akıllı olduğunu düşünmüştür ve bu derece parlak bir dostu olduğu için kendini mutlu hissetmiştir. Böylece, güvensizliğini ve öfkesini baskı altına almakla C. temel konularda G.'nin kendisinin dostu değil düşmanı olduğunu görememiştir. G.'nin kendisini sevdiği yanılgısına saplanıp kaldığı için, kendi menfaatlerini savunmaktan ve bu uğurda mücadele etmekten vazgeçmiştir. Kendisi için çok önemli olan bir menfaatinin çiğnenmiş olduğunu bile fark edememiş, bunun sonucu olarak da hakkını korumak için mücadele edecek yerde, G.'nin kendi zayıflığından yararlanmasına fırsat vermiştir.

Baskı altına alınarak yenilebilen korkular, aynı zamanda, düşmanlık duygusunu bilinçli bir denetim altında tutmakla da yenilebilir. Ama düşmanlık duygularının denetim altında mı tutulacağı yoksa baskı altına mı alınacağı bir seçme konusu değildir; çünkü baskı, tepkiye benzeyen bir süreçtir. Herhangi bir özel durumda insanın düşmanca duygular beslediğini fark etmesi katlanılmaz olduğu zaman ortaya çıkar. Böyle bir durumda hiç şüphesiz bilinçli bir denetim söz konusu değildir. Düşmanca duyguların bilincine varmanın katlanılmaz bir şey olmasının temel nedenleri, bir insanın düşmanlık duygusu beslediği kimseye aynı zamanda sevgi ve ihtiyaç da duyabilmesi; haset, başkasına sahip olma ya da sahip çıkma gibi düşmanlık yaratan nedenleri görmek istememesi; ya da insanın bir başkasına karşı duyduğu düşmanlığı kabul

etmesinin ürkütücü bir şey olabilmesidir. Bu gibi durumlarda çarçabuk güvenlik sağlayacak en kısa yol baskıdır. Baskı sayesinde insanı ürküten düşmanlık duyguları bilinç alanından çıkmakta ya da bilinç alanına girememektedir. Bu cümleyi başka bir deyimle bir kere daha tekrar etmek istiyorum, çünkü o kadar basit olduğu halde seyrek olarak anlaşılan psikanalitik ifadelerden biridir bu: Düşmanlık duygusu baskı altına alındığı zaman, o kimsenin düşmanca duygular beslediği konusunda en ufak bir fikri bile yoktur.

Şu var ki, güvenliğe ulaşmanın en kısa yolu her zaman en sağlam, en güvenilir olanı değildir. Baskı süreci ile, düşmanlık duygusu -ya da dinamik niteliğini belirtmek için burada «öfke» terimini kullanmamız daha iyi olacak- bilinç alanından itilmiş, ama yok edilmemiştir. Kişilik bütününden ayrıldığı ve bu yüzden denetlenemez hale geldiği için fışkırmak için fırsat kollayan son derece patlayıcı bir duyguya dönüşmüştür ve boşalmak istemektedir. Baskı altına alınmış bir duygunun patlayıcı niteliği son derece güçlüdür, çünkü kişilik bütününden ayrılmış olması yüzünden daha büyük, çoğu zaman akla hayale sığmayacak kadar büyük boyutlara ulaşmıştır.

Bir insan düşmanca duygular beslediğini fark ettiği sürece düşmanlığın gelişmesi üç yönden sınırlandırılmış olur. İlk olarak, belli bir durumun göz önünde bulundurulması, o insana, bir düşmana ya da düşman sanılan birine karşı ne yapabileceğini ve ne yapamıyacağını gösterir. İkincisi, eğer bu insanın duyduğu öfke aynı zamanda hayran olduğu, sevdiği ya da ihtiyaç duyduğu birine karşı otaya çıkıyorsa, bu öfke ergeç o insanın duygularının tümü ile birleşecek, yani bütünleşecektir. Son olarak, bir insanın yapılması gereken şeylerle yapılmaması gereken şeyler konusundaki duygusu belli bir aşamaya ulaşmış olduğu zaman, kişiliği ne olursa olsun, bu da o insanın düşmanlık içtepilerini sınırlayacaktır.

Öfke baskı altına alınacak olursa, düşmanlığı bu şekilde sınırlamak imkânı ortadan kalkmış demektir; bunun

sonucu olarak da düşmanlık duyguları içten ve dıştan konulmuş olan sınırları -yalnızca hayal dünyasında da olsa- aşmaktadırlar. Yukarıda sözünü ettiğim kimyager, içtepilerine göre davranmış olsaydı, başkalarına G.'nin onun arkadaşlığını nasıl kötüye kullandığını söylemek isteyecek, ya da üstlerine G.'nin kendi fikrini çaldığını ya da kendisini bu fikri geliştirmekten alakoyduğunu açıklamağa çalışacaktı. Oysa duyduğu öfkeyi baskı altına aldığı için, bu öfke, büyük bir olasılıkla rüyalarında dile geldiği şekilde, C.'nin kişilik bütününden ayrılmış ve yaygınlaşmıştır. Büyük bir olasılıkla rüyalarında şu ya da bu gibi bir sembolik cinayet işleme eğilimini gösterecek, ya da başkaları utanç verici bir yenilgiye uğrarken kendisi herkesin hayran olduğu bir dâhi olacaktır.

Baskı altına alınmış olan düşmanlık duygusu, kişilik bütününden tümüyle ayrılmış olduğu için, dış kaynaklardan beslenerek zamanla daha da güçlenecektir. Sözgelişi, eğer yüksek dereceden bir memur, kendisiyle konuşup danışmaksızın birtakım işlere girişmiş olan şefine karşı öfke duyup da hiçbir şikâyette bulunmaksızın bu öfkeyi baskı altına alacak olursa, şefi hiç şüphesiz onun fikrini almadan hareket etmeğe devam edecek, bu yüzden hiç durmadan yeni yeni öfkeler ortaya çıkacaktır[1].

Düşmanlığın baskı altına alınmasının başka bir sonucu, bir insanın kendi içerisinde patlamağa son derece hazır, ama denetim altına alamadığı bir duygunun var olduğunu «sezmiş» olmasıdır. Bunun sonuçları üzerinde tartışmağa girmeden önce, akla gelen bir soruyu dikkate almamız gerekiyor. Bir duygunun ya da bir içtepinin bas-

(1) F. Kuenkel, **Einfuehrung in die Charakterkunde** adlı çalışmasında, nevrotik tavrın çevrede bir tepki yarattığına, buna karşılık bu tepkinin de nevrotik tavrı artırdığına, dolayısıyla ilgili kimsenin kendini gitgide daha çok tutsak hissettiğine ve kurtulmasının gitgide daha güçleştiğine dikkati çekmiştir. Kuenkel, bu olaya «Teufelskreis» (büyülü çember ya da kısır-döngü) adını vermektedir.

kı altına alınması, tanımı gereğince, insanın bu duygu ve içtepinin varlığını artık fark etmemesi gibi bir sonuç yaratmaktadır; öyle ki, insan başkasına karşı düşmanca duygular beslediğini bilinçli olarak bilmemektedir. O halde nasıl oluyor da, biraz önce belirtmiş olduğum gibi, kendi içerisinde baskı altına alınmış bir duygunun var olduğunu «sezdiğini» söyleyebiliyorum? Bu sorunun cevabı, bilinç alanı ile bilinçdışı alan arasında kesin bir ayrım yapılamamasında, H. S. Sullivan'ın bir konferansında belirtmiş olduğu gibi, çeşitli bilinç düzeylerinin var olmasında aranmalıdır. Baskı altına alınmış olan içtepi hâlâ etkili olmakla kalmaz -Freud'un temel buluşlarından biri de budur- aynı zamanda, bilincin daha derin katlarında insan onun varlığını fark eder. Mümkün olduğu kadar basit deyimlerle söyleyecek olursak, kendimizi büsbütün aldatamayız; gerçekte, kendimizi sandığımızdan çok daha iyi gözleyebiliriz; tıpkı başkalarını da genellikle sandığımızdan çok daha iyi gözleyebildiğimiz gibi; bir insan hakkında edindiğimiz ilk izlenimin doğruluğu bunu gösterir. Ne var ki, gözlemlerimizi fark etmemek için önemli nedenlerimiz olabilir. Tekrar tekrar birtakım açıklamalara girişmemek için, içimizde olup bitenleri, tam bir bilincine varmaksızın fark ettiğimizi kastettiğim zaman «sezmek» deyimini kullanacağım.

Düşmanlık duygusunun baskı altına alınmasından ileri gelen bu sonuçlar -düşmanlığın ve bunun başka birtakım menfaatler için ortaya çıkarabileceği tehlikelerin bir hayli çok olması halinde- endişe yaratabilirler. Belirsiz endişe halleri bu şekilde ortaya çıkabilir. Bununla birlikte, çoğu zaman bu süreç bu noktada durmaz; çünkü insan kendi içinden gelen ve kendi menfaatini ve güvenliğini tehdit eden tehlikeli bir duygudan kurtulmak için zorlu bir ihtiyaç duyar. Tepkiye benzeyen ikinci bir süreç işe karışır: İnsan, düşmanlık içtepilerini dış dünyaya «yansıtır». Düşmanlık duygusunun baskı altına alındığı «sanısı» ikinci bir «sanıya» yol açar: İnsan, yıkıcı içtepilerin kendisinden değil, dışarıdaki birinden ya da bir

şeyden geldiğini «sanır». Mantıksal olarak, kendi düşmanca içtepilerini, bu içtepilerin yönelmiş olduğu kimseye yansıtır. Bunun sonucu olarak da o kimse insanın gözünde korkunç boyutlara ulaşır: bu bir bakıma ilgili kişinin baskı altına almış olduğu içtepilerindeki acımasız niteliği o kimseye de yansıtmış olmasından, bir bakıma da herhangi bir tehlike karşısındaki güçlülük derecesinin yalnızca gerçek şartlara değil, aynı zamanda o şartlar karşısında takınılan tavra da bağlı olmasından ileri gelir. İnsan ne kadar zayıf ve çaresizse, tehlike de o derece büyük görünür[2].

Yansıtma mekanizması, ikinci derecede fonksiyonu ile, aynı zamanda kendini haklı göstermek ihtiyacını da karşılar. Aldatmak, çalmak, sömürmek, küçük düşürmek isteyen o değildir; tersine, başkaları ona bu şekilde davranmak istemektedir. Kocasını mahvetmek için duyduğu kendi içtepilerini bilinçli olarak fark etmeyen ve sübjektif yönden kendini son derece sadık bir eş olarak gören bir kadın, bu mekanizmadan ötürü, kocasını kendine eziyet etmek isteyen bir zalim olarak görebilir.

Yansıtma süreci aynı amaca hizmet eden başka bir süreçle desteklenebilir ya da desteklenmeyebilir: Bir misilleme korkusu, baskı altına alınmış içtepiyle birlikte gidebilir. Bu durumda başkalarını incitmek, aldatmak, kandırmak isteyen bir insan, başkalarının da kendisine aynı şekilde davranacaklarından korkabilir. Misilleme korkusu ne derece insan tabiatına kök salmış genel bir ayırt edici niteliktir? İlkel suç ve ceza yaşantılarına ne derece bağlıdır? Ne derece kişisel bir öç alma itkisine dayan-

(2) Erich Fromm, Milletlerarası Sosyal Araştırma Enstitüsünden Max Horkheimer'in derlediği **Autoritaet und Familie** adlı eserde, bir tehlike karşısında tepki olarak gösterdiğimiz endişenin, bu tehlikenin gerçek büyüklüğüne zorunlu olarak bağlı olmadığını açıkça belirtmiştir. «Bir çaresizlik ve pasiflik tavrı geliştirmiş olan bir insan, oldukça küçük bir tehlike karşısında bile endişe ile tepkide bulunacaktır.»

maktadır? Bu soruları tümüyle bir yana bırakıyorum. Yalnız şu noktayı kesinlikle belirtmek isterim ki, bu korku nevrotik kimselerin ruhunda büyük bir rol oynamaktadır.

Düşmanlık duygularının baskı altına alınmasından ileri gelen bu süreçler endişe duygusuna yol açarlar. Gerçekten de, baskı tıpı tıpına endişenin ayırt edici niteliği olan bir durum yaratır: Dıştan geldiği hissedilen güçlü bir tehlike karşısındaki çaresizlik ya da eli kolu bağlı olma duygusu.

Endişenin gelişme safhaları genellikle basit olmakla birlikte, uygulamada, endişeye yol açan şartları anlamak çoğu zaman güçtür. Sorunu daha karmaşık bir hale getiren etkenlerden biri, baskı altına alınmış düşmanlık içtepilerinin çoğu zaman ilgili kimseye değil de başka bir objeye yansıtılmış olmasıdır. Bir örnek verecek olursak. Freud'un vaka analizlerinden birinde, küçük Hans'ta, ana-baba ile ilgili olacak yerde beyaz atlarla ilgili bir endişenin ortaya çıktığını görüyoruz[3]. Başka konularda çok aklı başında olan bir kadın hastamız, kocasına karşı duyduğu düşmanlığı baskı altına aldıktan sonra birdenbire beton yüzme havuzunda sürüngen hayvanların bulunduğundan endişe eder hale gelmiştir. Öyle görünüyor ki, endişe, mikroplardan tutun da yıldırıma varıncaya kadar her şeye yönelebilmektedir. Endişeyi bu şekilde ilgili kimseden koparma eğiliminin nedenleri oldukça açıktır. Endişe gerçekten ana ya da babayla, kocayla, dostlardan biriyle ya da buna benzer bir yakın ilişkinin söz konusu olduğu bir kimseyle ilgili olduğu zaman, düşmanlık duygusunun kabul edilmesi otoriteye, sevgiye, değer vermeye dayanan bir bağlılıkla uzlaşamayacaktır. Bu gibi durumlarda düşmanlık duygusu büsbütün inkâr edilmektedir. İnsan kendi içindeki düşmanlık duygusunu baskı altına almakla, herhangi bir düşmanca duygu beslemiş olduğunu inkâr etmekte ve baskı altına aldığı bu düşmanlık duygusunu yıldırıma yansıtmakla, öteki kişinin besle-

(3) Sigmund Freud, **Collected Papers**, Cilt 3.

diği düşmanlık duygusunu da inkâr etmiş olmaktadır. Mutlu bir evlilik izlenimini uyandıran yanılgıların çoğu bu çeşit bir kendini aldatmadan başka bir şey değildir.

Düşmanlık duygusunun baskı altına alınmasının kaçınılmaz olarak endişeye yol açması, bu endişenin her zaman açıkça ortaya çıkmış olması anlamına gelmez. Daha önce tartışma konusu ettiğimiz ya da daha ileride üzerinde duracağımız bazı mekanizmalarla endişe o an için bir yana itilebilir. Bu durumda bulunan bir kimse, aşırı bir uyku ihtiyacı duymak ya da içki içmek gibi yollarla kendini endişeden koruyabilir.

Düşmanlık duygusunun baskı altına alınmasından doğan endişe çok çeşitli biçimlerde ortaya çıkabilir. Bütün bunları daha iyi anlayabilmek için çeşitli imkânları bir şema halinde göstermek istiyorum.

A: Tehlikenin insanın kendi içtepilerinden geldiği hissedilmektedir.

B: Tehlikenin dışarıdan geldiği hissedilmektedir.

Düşmanlık duygusunun baskı altına alınmasının sonuçları bakımından «A» grubu doğrudan doğruya baskı mekanizmasının sonucu olduğu halde, «B» grubu bir yansıtma mekanizmasını gerektirmektedir. Gerek «A» gerekse «B» gruplarını iki alt-gruba ayırmak mümkündür.

I: Tehlikenin insanın kendisine yönelmiş olduğu hissedilmektedir.

II: Tehlikenin başkalarına yönelmiş olduğu hissedilmektedir.

Demek ki belli başlı dört grup endişe ile karşılaşıyoruz:

A. I: Tehlikenin insanın kendi içtepilerinden geldiği ve kendisine yönelmiş olduğu hissedilmektedir. Bu grupta düşmanlık duygusu, ikinci dereceden bir süreç olmak üzere, insanın kendi benliğine yönelmiştir; bu süreç üzerinde daha sonra duracağız.

Örnek: Elinde olmayarak kendini yüksek yerlerden atma korkusu.

A. II: Tehlikenin insanın kendi içtepilerinden geldiği ve başkalarına yönelmiş olduğu hissedilmektedir.

Örnek: Elinde olmayarak başkalarını bıçakla yaralama korkusu.

B. I: Tehlikenin dışarıdan geldiği ve insanın kendisini ilgilendirdiği hissedilmektedir.

Örnek: Yıldırım korkusu.

B. II: Tehlikenin dışarıdan geldiği ve başkalarını ilgilendirdiği hissedilmektedir. Bu grupta düşmanlık duygusu dış dünyaya yansıtılmıştır ve gerçek düşmanlık objesi olduğu gibi kalmıştır.

Örnek: Aşırı derecede kaygılı bir annenin, çocuklarını tehdit eden tehlikelerle ilgili endişesi.

Böyle bir sınıflamanın değerinin sınırlı olduğunu söylemeğe gerek yok. Bu sınıflama, sorunu hemen ele alma bakımından yararlı olabilir; ama bütün olasılıkları kapsayamaz. Sözgelişi, «A» tipinden bir endişe içerisinde bulunan kimselerin baskı altına almış oldukları düşmanlık duygularını hiçbir zaman başka bir insana ya da objeye yansıtmamış oldukları gibi bir sonuç çıkarmamalıdır; olsa olsa böyle bir özel endişede yansıtma olayının bulunmadığı sonucu çıkarılabilir.

Düşmanlık duygusu ile endişe arasındaki ilişki yalnızca düşmanlığın endişeye yol açması ile kalmaz. Aynı süreç tersine de çevrilebilir: İnsanın bir tehlike ile karşı karşıya bulunduğu duygusundan ileri geldiği zaman endişe de kolayca bir düşmanlık duygusu yaratabilir. Bu durumda, düşmanlık duygusu bir savunma mekanizması ve tehlikeye karşı gösterilen bir tepki olarak rol oynar. Bu açıdan görüldüğü zaman endişenin, aynı şekilde saldırgan davranışlara yol açan korkudan hiçbir farkı yoktur. Tehlikeye karşı gösterilen bir tepki olarak ortaya çıkan düşmanlık duygusu da, baskı altına alındığı zaman, endişe yaratabilir ve böylece sürekli bir dönüş ortaya çıkar. Düşmanlık duygusu ile endişe arasındaki bu karşılıklı etki -birinin hiç durmadan ötekini yaratması ve güçlendirmesi- nevrozlarda niçin bu derece amansız bir düş-

manlık duygusuna rastlandığını anlamamızı mümkün kılar[4]. Bu karşılıklı etki, aynı zamanda, şiddetli nevrozların, katlanılması güç olan birtakım dış şartlar olmadığı halde çoğu zaman niçin gittikçe kötüleştiğinin temel nedenidir. Endişenin mi yoksa düşmanlık duygusunun mu temel etken olduğunun önemi yoktur; bir nevrozun dinamiğini anlamak için son derece önemli olan nokta endişe ile düşmanlık duygusunun çözülmez bir biçimde birbirine bağlı olması ya da iç içe geçmiş bulunmasıdır.

Freud, endişe ile ilgili olarak birbiri arkasından iki görüş öne sürmüştür. Birincisi, kısaca söyleyecek olursak, endişenin içtepiilerin baskı altına alınmasından ileri geldiğidir. Burada «içtepi» deyince yalnızca cinsel içtepi anlaşılmış ve yalnızca fizyolojik bir yorumlama yapılmıştır; çünkü bu görüş, cinsel enerjinin boşalmasının engellenmesi halinde, bedende endişeye dönüşen fizik bir gerginlik olacağı inancına dayanmaktadır. İkinci görüşe göre ise, endişe -ya da Freud'un deyimi ile nevrotik endişe- farkına varılması ya da gerçekleştirilmesi bir dış tehlike yaratacak içtepilerden korkmaktan ileri gelmektedir[5]. Psikolojik olan bu ikinci yorumlama, yalnızca cinsel içtepileri değil, saldırganlık içtepisini de kapsamaktadır. Bu ikinci yorumlamada Freud, içtepilerin baskı altına alınması ve alınmaması ile değil de, yalnızca, gerçekleşmeleri halinde bir dış tehlike yaratabilecek içtepilerin yol açtığı korku ile ilgilenmektedir.

Benim görüşüm, endişenin tam olarak anlaşılabilmesi için Freud'un bu iki görüşünün bir bütün haline getirilecek biçimde birleştirilmesi gerektiği inancına dayanmaktadır. Böylece, birinci endişe kavramını salt fizyolojik anlamından sıyırarak onu ikinci kavramla birleştirdim.

---

(4) Düşmanlık duygusunun endişe ile daha da şiddetlendiği durumlarda, Freud'un ölüm içgüdüsü ile ilgili kuramında yapmış olduğu gibi, yıkıcı itkiler için özel bir biyolojik kaynak aramak gerekmiyecektir.

(5) Freud, **New Introductory Lectures**, «Anxiety and Instinctual Life», s. 120.

Endişe genellikle içtepilerimizden duyulan korkudan çok, baskı altına alınmış olan içtepilerimizden duyulan korkudan ileri gelir. Bana öyle geliyor ki, Freud'un ilk kavramından -her ne kadar bu kavram ince bir psikolojik gözleme dayanıyorsa da- gerektiği şekilde yararlanmamış olmasının nedeni, herhangi bir içtepisini baskı altına almış olan bir kimsede ruhsal bakımdan ne gibi değişiklikler olduğu gibi psikolojik bir soru ortaya atacak yerde, bu kavramı fizyolojik olrak yorumlamış olmasıdır.

Freud'la olan ikinci uyuşmazlığım kuramsal yönden pek önemli olmamakla birlikte, uygulama bakımından çok önemlidir. Gerçekleşmesi bir dış tehlikenin ortaya çıkmasına yol açacak her içtepinin endişe yaratabileceği konusunda Freud'un görüşünü tümüyle kabul ediyorum. Hiç şüphesiz bu çeşit içtepiler arasında cinsel içtepiler de bulunabilir; ama ancak cinsel içgüdülere konulmuş olan sıkı bir bireysel ya da toplumsal yasağın onları tehlikeli bir hale getirmesi halinde[6]. Sorun böyle bir görüş açısından görüldüğü zaman, cinsel içtepilerin yarattığı endişenin sıklık derecesi, geniş ölçüde, cinsellik karşısında takınılmış olan kültürel tavra bağlı olacaktır. Yalnız başına ele alındığı zaman cinselliğin özel bir endişe kaynağı olduğunu sanmıyorum. Ama düşmanlık duygusunun ya da daha yerinde bir deyimle baskı altına alınmış olan düşmanca içtepilerin özel bir endişe kaynağı olduğuna inanıyorum. Bu düşüncemi basit ve günlük deyimlerle şu şekilde belirtmek isterim: Endişe ya da endişenin belirtileri nerede karşımıza çıkarsa, aklıma hemen şu sorular gelir: Hangi duyarlı noktaya dokunulmuştur da bunun sonucu olarak düşmanlık duygusu ortaya çıkmıştır ve bu düşmanlık duygusunun baskı altına alınmasını gerektiren şartlar nelerdir? Deneylerim bana, bu yönde yapılacak

(6) Belki de Samuel Butler'ın **Erewhon**'da anlattığı gibi, her türlü bedensel rahatsızlığın şiddetle cezalandırıldığı bir toplumda, hasta olmaya yönelik bir içtepi endişe yaratabilirdi.

bir araştırmanın endişe konusunda çoğu zaman yeterli bir fikir verdiğini göstermiştir.

Freud'la uyuşamadığım üçüncü nokta, Freud'un endişenin yalnızca çocuklukta oluştuğu ile ilgili varsayımıdır: Freud'a göre endişe doğumla birlikte başlamakta ve cinsel organın kesilmesi korkusuna dönüşmektedir; daha sonraki yaşlarda ortaya çıkan endişe ise çocukluk safhasında kalmış olan tepkilerden ileri gelmektedir. «Nevrotik olarak nitelediğimiz kimselerin tehlike karşısında takındıkları tavırlar bakımından çocukluk safhasında kaldıklarına ve endişe yaratan eski durumlardan kendilerini kurtaramadıklarına hiç şüphe yoktur»[7].

Bu yorumlamanın kapsadığı unsurları teker teker ele alalım. Freud, çocukken endişe ile tepkide bulunmağa özellikle yatkın olduğumuzu öne sürmektedir. Tartışma konusu edilemiyecek bir gerçektir bu ve bu olayı açıklayabilecek sağlam ve anlaşılabilir nedenler vardır: Çocuk, kendisine sıkıntı ya da üzüntü veren olaylar karşısında çaresiz ve güçsüz bir durumdadır. Gerçekten de, karakter nevrozlarında endişenin her zaman ilk çocuklukta oluştuğu görülmektedir, ya da hiç değilse benim temel endişe dediğim şeyin kökleri bu dönemde oluşmaktadır. Bununla birlikte, Freud, ayrıca, yetişkinlerdeki nevrozlarda karşımıza çıkan endişenin, başlangıçta endişe yaratmış olan o ilk durumlara bağlı olduğuna inanmaktadır. Bu demektir ki, sözgelişi, yetişkin bir erkek, değişik bir biçimde de olsa, cinsel organının kesilmesinden çocukluk çağında duyduğu aynı korkuyu duyacaktır. Çocukça bir endişe tepkisinin, gereken şartların var olması halinde, daha sonraki hayatta eski şekliyle ortaya çıkabildiği seyrek vakaların bulunduğuna şüphe yoktur[8]. Ama ge-

(7) **Freud, New Introductory Lectures,** «Anxiety and Instinctual Life», s. 123.

(8) J. H. Schultz, **Neurose, Lebensnot, Aerztliche** adlı eserinde bu çeşit bir vakadan söz etmektedir. Bir memur sık sık iş değiştirmektedir, çünkü bazı üstler onda en-

nellikle karşımıza çıkan şey aynı olgunun tekrarı değil gelişmesidir. Analiz sürecinin bize, bir nevrozun nasıl geliştiği konusunda oldukça tam bir bilgi verdiği durumlarda, ilk endişeden başlayarak yetişkinlerdeki özelliklere kadar giden sürekli bir tepki zinciri ile karşılaşabiliriz. Bu bakımdan, daha sonraki endişede, başka unsurların yanında, çocuklukta var olan özel çatışmalarla belirlenmiş unsurlar da bulunabilir. Ama bütünüyle ele alındığı zaman, endişe, çocukluktaki tepkinin aynı değildir. Onu böyle görmek ayrı iki şeyi birbirine karıştırmak, yalnızca çocuklukta başlamış olan bir tavrı çocukça bir tavır sanmak gibi bir yanılgıya düşmek demektir. Çocuktaki endişeyi yetişkinlere özgü bir tavrın vaktinden önce ortaya çıkması olarak görmek nasıl doğru değilse, yetişkinlerdeki endişeyi çocukça bir tepki olarak görmek de aynı şekilde doğru değildir.

---

dişe uyandırmaktadır. Psikanaliz süreci, yalnızca bir çeşit sakalı olan üstlerin onu öfkelendirdiğini göstermiştir. Bu vakada, hastanın gösterdiği tepkinin, kendisinin üç yaşlarında bulunduğu sırada babasının öfkeyle annesinin üzerine yürümüş olduğu zaman göstermiş olduğu tepkinin aynı olduğu görülmüştür.

V. BÖLÜM

NEVROZLARIN TEMEL YAPISI

Bir endişe o gün için var olan çatışmalı bir durumla tam olarak açıklanabilir. Bununla birlikte, bir karakter nevrozunda endişe yaratan bir durumla karşılaştığımız zaman, bu özel durumda düşmanlık duygusunun niçin ortaya çıktığını ve niçin baskı altına alındığını açıklayabilmek için, hep daha önceden var olan endişeleri göz önünde bulundurmak zorundayız. O zaman bu ilk endişenin de daha önceden var olan bir düşmanlık duygusunun sonucu olduğunu görürüz ve bu böyle sürüp gider. Bütün bunların nasıl başlamış olduğunu anlayabilmek için çocukluk günlerine dönmemiz gerekir[1].

Bu nokta, çocukluk yaşantıları üzerinde durduğum seyrek durumlardan biri olacaktır. Çocukluk günlerine psikanalitik literatürde alışılagelenden daha az başvurmuş olmam, çocukluk yaşantılarına psikanaliz alanında çalışan öteki yazarlardan daha az önem vermiş olmaktan değil, bu kitapta nevrotik bir kişiliğe yol açan bireysel yaşantılardan çok, nevrotik kişiliğin bugünkü yapısı üzerinde durmuş olmamdan ileri gelmektedir.

Çok sayıda nevrotik kişinin çocukluk hikâyelerini incelediğim zaman, hepsinde, çeşitli bileşimlerde ortaya

(1) Burada çocukluk günlerine kadar inmenin tedavi için ne derece gerekli olduğu noktası üzerinde durmayacağım.

çıkabilen şu ayırt edici niteliklerle belirlenmiş bir çevre ile karşılaştım:

En büyük kötülük, her zaman için, gerçek bir sevginin bulunmamış olmasıdır. Çocuk, sevildiğini ve istendiğini ta içinden hissettiği sürece, birdenbire memeden kesme, ara sıra dövme, ya da cinsel yaşantılar gibi çoğu zaman «traumatic» (çocukta heyecan şoku yaratan bir durum) olarak görülen olaylara oldukça dayanabilmektedir. Bir çocuğun, kendisine gerçek bir sevgi gösterilip gösterilmediğini ta derinden hissettiğini ve sahte gösterilerle aldatılamıyacağını söylemeğe gerek yok. Çocuğun yeterince sevgi görmemesinin temel nedeni, ana-babaların, kendi nevrozları yüzünden sevgi gösterme yeteneğinden yoksun olmalarıdır. Deneylerimde çoğu zaman gerçek bir sevgi yokluğunun başka bir şeyin maskesi altında gizlendiğini ve ana-babaların çocuğun menfaatinden başka bir şey düşünmediklerini iddia ettiklerini gördüm. Eğitim alanında yaygın olan çeşitli görüşler, «ideal» bir annenin her şeyini çocuğuna feda eden bir tavır takınmış olması ya da onun üzerine titremesi, çocuğun daha sonraki hayatında büyük bir güvensizlik duymasına yol açan temellerin atılmasına elverişli bir ortam yaratmada birinci derecede rol oynayan temel etkenlerdir.

Ayrıca, ana-babalarda, çocukta düşmanlık duygusu uyandırmaktan başka bir işe yaramayan çeşitli tavırlar ve hareketlerle de karşılaşıyoruz: Öteki çocuklarını tercih etme, haksız yere azarlama, aşırı şımartmakla çocuğu hor görerek bir yana itme arasında bocalama gibi önceden kestirilemeyen davranışlarda bulunma; verilen sözleri tutmama; ve bütün bunlardan daha az önemli olmayan bir etken olarak ana-babanın çocuğun ihtiyaçları karşısında takınmış oldukları tavır: Çocuğun ihtiyaçlarını zaman zaman göz önünde bulundurmamaktan tutun da, en haklı isteklerini hiç durmadan engellemeğe -kurduğu arkadaşlıkları bozmağa, kişisel görüşleriyle alay etmeğe, sanata, spora ya da mekaniğe duyduğu ilgileri kırmağa- kadar giden, kısaca, istemeksizin de olsa çocuğun

iradesini kırma gibi bir sonuç yaratan bir tavır takınmış olmak.

Psikanalitik literatürde çocukta düşmanca duygular uyandıran etkenler arasında en çok çocuğun isteklerinin engellenmesi, özellikle cinsel isteklerinin engellenmesi ve kıskançlık üzerinde durulmuştur. Çocuktaki düşmanlık duyguları, bir dereceye kadar, genellikle zevklere, özellikle çocuğun cinsel hayatına -cinsellik konusunda duyduğu tecessüse, çocuğun kendi kendini tatmin etmesine ya da başka çocuklarla cinsel oyunlar oynamasına- karşı takınılmış olan yasaklayıcı bir kültürel tavırdan ileri gelmiş olabilir. Ama engelleme hiç şüphesiz başkaldırma ile belirlenmiş düşmanca bir tavrın tek kaynağı değildir. Gözlemler, çocukların da tıpkı yetişkinler gibi, birtakım yasakların haklı, yerinde, zorunlu ya da yararlı olduğunu hissettikleri sürece birçok şeyden yoksun kalmağa razı olduklarını su götürmez bir şekilde ortaya koymuştur. Sözgelişi, temizlik eğitimi konusunda ana-babalar gereksiz bir ısrar göstermedikleri ve çocuğun bu konudaki yanlış davranışlarını hemen göze çarpmayan ya da apaçık bir zalimlikle düzeltmedikleri sürece, çocuk bu eğitimi bir baskı olarak hissetmez. Aynı şekilde, bir çocuk genellikle sevildiğini hissettiği ve cezayı hakkettiğini, kendisini yalnızca incitmek ya da küçük düşürmek için cezalandırmadıklarını hissettiği sürece, ara sıra cezalandırılmağa da pek aldırış etmez. Engellemenin kendi başına bir düşmanlık duygusu yaratıp yaratmıyacağına karar vermek güçtür; çünkü çocuğu birçok şeylerden yoksun bırakacak yasaklar koyan bir çevrede, genellikle, düşmanlık duygusuna yol açan başka etkenlere de bol bol rastlanmaktadır. Gerçekte, önemli olan şey, engellemelerden çok, bu engellemelerin nasıl konulmuş olduğudur.

Bu nokta üzerinde ısrarla durmamın nedeni, engellemelerin tehlikesine bu derece önem vermek yüzünden birçok ana-babaların Freud'dan daha ileri giderek, çocu-

ğa zarar verebilir endişesiyle her türlü müdahaleden kaçınmış olmalarıdır.

Kıskançlığa gelince, yetişkinlerde olduğu gibi çocuklarda da korkunç bir kine yol açabildiğine şüphe yoktur. Kardeşler arasındaki kıskançlığın[2] ya da ana-babadan birini kıskanmanın nevrotik çocuklarda oynadığı rolden ve bu tavrın daha sonraki hayatta da sürüp gidebilecek etkisinden şüphe edilemez. Bununla birlikte, bu kıskançlığı yaratan şartlar tartışma konusu edilebilir. Kardeşlerarası yarışmada ve Oedipus kompleksinde* karşımıza çıkan kıskançlık tepkilerine zorunlu olarak her çocukta rastlanır mı, yoksa bu tepkilerin ortaya çıkması belirli şartlara mı bağlıdır?

Freud'un Oedipus kompleksi ile ilgili gözlemleri nevrotik kimseler üzerinde olmuştur. Freud, bu gözlemlerine dayanarak, ana ya da baba ile ilgili aşırı kıskançlık tepkilerinin korku duygusu yaratacak kadar yıkıcı bir etkide bulunduğu; karakter gelişmesi ve kişisel ilişkiler üzerinde de sürekli ve bozucu bir etkide bulunabileceği sonucunu çıkarmıştır. Çağımızın nevrotik kişilerinde sık sık bu olayla karşılaştığı için, bunu evrensel bir olay olarak görmüştür. Freud, yalnızca nevrozların çekirdeğinde Oedipus kompleksinin bulunduğunu kabul etmekle kalmamış,

---

(2) David Levy, «Hostility Patterns in Sibling Rivalry Experiments», **American Journal of Orthopsychiatry**, Cilt 6 (1936).

(*) «Oedipus kompleksi» bir erkek çocuğun annesine duyduğu sevgi, bağlılık ve sahip çıkma isteği ile, bu yüzden babasına karşı duyduğu nefret ve kıskançlık duygularından oluşan, bunun sonucu olarak da çocukta suçluluk duygusuna ve heyecan çatışmasına yol açan ve büyük ölçüde bilinçdışı olan bir kompleksdir. Oedipus kompleksinin kız çocuklarda rastlanan şekli, babaya karşı duyulan bağlılık yüzünden anneden duyulan nefretten oluşmakta ve psikanalitik literatürde seyrek olarak «Elektra kompleksi» deyimi ile tanımlanmaktadır. (Çevirenin notu.)

aynı zamanda başka kültürlerdeki karmaşık olayları da bu temele dayanarak açıklamağa çalışmıştır[3]. Şüpheli olan, işte bu genelleştirmedir. Bizim kültürümüz içerisinde kardeşler-arası ilişkilerde olduğu kadar ana-babalarla çocuklar arasındaki ilişkilerde de bazı kıskançlık tepkileri kolayca ortaya çıkabilir; insanların birbiriyle çok sıkı fıkı olduğu her grupta bu gibi tepkilere rastlanabilir. Ama yıkıcı ve sürekli kıskançlık tepkilerinin -kardeşler-arası yarışma ve Oedipus kompleksi deyince anladığımız şey budur- başka kültürler bir yana, bizim kültürümüzde bile Freud'un sandığı kadar yaygın olduğu tartışma konusu edilebilir. Kıskançlık tepkileri genellikle insanların göstermiş olduğu tepkilerdir, ama bir çocuğun yetişmiş olduğu ortam içerisinde sun'i olarak yaratılmışlardır.

Hangi etkenlerin kıskançlığa yol açtığı sorununu, daha ileride nevrotik kıskançlığın genel sonuçları üzerinde durduğumuz zaman ayrıntılı olarak ele alacağız. Burada yalnızca sevgi yokluğu ile yarışmanın kıskançlık yaratan etkenler olduğunu belirtmekle yetineceğiz. Ayrıca, daha önce söz konusu etmiş olduğumuz türden bir ortam yaratan ana-babaların genellikle kendi hayatlarından hoşnut olmadıklarını, duygusal ve cinsel ilişkilerinin tatmin edici olmadığını, bu yüzden çocuklarını kendi sevgilerinin objesi haline getirme eğilimini gösterdiklerini de göz önünde bulundurmak zorundayız. Bu gibi ana-babalar sevgi ihtiyaçlarını çocuklarında tatmin ederler. Göstermiş oldukları sevginin her zaman cinsel bir renge bürünmüş olması gerekmez; ama ne olursa olsun heyecanı unsurlarla doludur. Çocuğun ana-babası ile olan ilişkilerindeki gizli cinsel unsurların ileride şiddetli bir bozukluk yaratacak kadar güçlü olduklarını sanmıyorum. En azından şunu söyleyebilirim: Gördüğüm bütün vakalarda, korku ya da sevgi ile çocuğu bu tutkulu bağlılıklara zorla iten, bunun sonucu olarak da Freud'un söz konusu etti-

(3) Freud, **Totem and Taboo.**

ği «sahip çıkma»* ve kıskançlık gibi olaylara yol açar: ana-babalar hep nevrotik ana-babalardı[4].

Aileye ya da ailedeki bazı kimselere karşı takınılan düşmanca bir tavrın bir çocuğun gelişmesi için zararlı olduğuna inanmışızdır. Çocuk nevrotik ana-babaların davranışlarına karşı savaş açmak zorunda kaldığı sürece, böyle bir tavır hiç şüphesiz zararlıdır. Bununla birlikte, karşı koymak için akla uygun nedenler olduğu zaman, çocuğun karakter gelişmesi bakımından ortaya çıkan tehlike, karşı koyma gereğini duymak ya da açıkça karşı koymak değil, karşı koyma isteğini baskı altına almaktan ileri gelir. Eleştirilerin, karşı koyma isteklerinin, suçlamaların baskı altına alınmasından doğan birçok tehlikeler vardır ve bu tehlikelerden biri, çocuğun bütün suçu kendi üzerine alma eğilimini göstermesi ve kendini sevilmeye lâyık görmemesidir. Bu durumun yarattığı sonuçlar üzerinde daha sonra duracağız. Bizi burada ilgilendiren tehlike, baskı altına alınmış olan düşmanlık duygu-

---

(*) «Sahip çıkma» deyimini, bir şeyi ya da bir kimseyi başkası ile paylaşmak istememeyi, ona kesin olarak sahip olmayı ya da ona söz geçirmeyi dile getiren «possessiveness» kelimesinin karşılığı olarak kullandım. (Çevirenin notu.)

(4) Freud'un Oedipus kompleksi kavramı ile uyuşmayan genel bir görüş açısına dayanan bu düşünceler, Oedipus kompleksinin biyolojik bir olay değil, kültürel olarak şartlandırılmış bir olay olarak görülmesini gerektirir. Bu görüş noktası, birçok yazarlar tarafından -Malinowski, Boehm, Fromm, Reich- tartışıldığı için, ben burada yalnızca kendi kültürümüz içerisinde Oedipus kompleksini yaratabilecek olan etkenlere dikkati çekmekle yetineceğim: Cinsler-arası çatışmalı ilişkiler yüzünden evliliğin ahenkli olmaması; ana-babaların sınırsız bir otoriter güce sahip olmaları: bir çocuk için her türlü cinsel boşalmanın yasaklanması; bir çocuğu hep çocuk olarak görme ve duygusal yönden ana-babaya bağımlı kılma ya da onu yalnız başına bırakma eğilimleri.

sunun endişe yaratabileceği ve daha önce üzerinde durmuş olduğumuz gelişmeye yol açabileceğidir.

Böyle bir ortam içerisinde büyüyen bir çocuğun, düşmanlık duygusunu niçin baskı altına alması gerektiğini açıklayan ve çeşitli bileşimler ve derecelerde etkili olan birçok nedenler vardır: Çaresizlik duygusu, korku, sevgi, ve suçluluk duygusu gibi.

Bir çocuğun çaresizliği ve güçsüzlüğü çoğu zaman yalnızca biyolojik bir olgu olarak görülmüştür. Çocuk -fizik yönden yetişkinlerden daha zayıf ve daha deneysiz olması yüzünden- uzun yıllar boyunca ihtiyaçlarının gerçekleşmesi için gerçekten çevresine bağımlı olmakla birlikte, sorunun biyolojik görünüşüne yine de gerektiğinden çok önem verilmiştir. Hayatın ilk iki-üç yılından sonra daha çok biyolojik olan bir bağımlılıktan, çocuğun ruhunu, düşüncesini ve manevi hayatını kuşatan bir bağımlılığa doğru belirli bir değişiklik olmaktadır. Bu bağımlılık, çocuk ilk yetişkinlik yıllarına varıncaya kadar ve kendi hayatını kendisi yönetebilecek bir olgunluğa erişinceye kadar sürmektedir. Bununla birlikte, çocukların ana-babalarına bağımlı olma dereceleri arasında büyük bireysel farklar vardır. Her şey ana-babaların çocuklarının eğitiminde gütmüş oldukları amaca bağlıdır: Çocuklarının güçlü, cesur, bağımsız olmasını ve her çeşit durumun altından kalkabilecek şekilde yetişmesini mi istemektedirler? Yoksa onu korumak, itaatli bir hale getirmek, hayatı anlamasına fırsat vermemek, kısaca yirmi yaşına kadar, hatta daha ileri yaşlara kadar onu bir çocuk olarak görmek eğilimini mi göstermektedirler? Elverişli olmayan şartlar altında yetişen çocuklardaki çaresizlik ve güçsüzlük duygusu korkutma, bebekmiş gibi davranma, çocukta duygusal bir bağımlılık yaratma ya da onu böyle bir bağımlılık içerisinde tutma gibi yollara başvurularak çoğu zaman sun'i olarak güçlendirilmektedir. Bir çocuk ne derece çaresiz ve güçsüz bir hale getirilecek olursa, herhangi bir karşı koyma ihtiyacı duymağa ya da karşı koyma davranışı göstermeğe o derece az cesaret edecektir;

böyle bir karşı koyma tavrının ortaya çıkışı da o derece gecikecektir. Bu durumda temel duygu -ya da temel ilke- şudur: Size ihtiyacım olduğu için düşmanlık duygumu baskı altına almak zorundayım.

Korku ise tehditler, yasaklar ve cezalar ya da çocuğun tanık olduğu kavgalar, öfke nöbetleri, vb. sahnelerle doğrudan doğruya yaratılmış olabilir; ya da çocuğu hayatın büyük tehlikeleri ile -mikroplar, otomobiller, yabancı kimseler, terbiyesiz çocuklar, ağaca tırmanmak, vb. şeylerle- korkutarak dolaylı bir şekilde yaratılabilir. Bir çocuk ne kadar ürkek bir hale getirilmişse, düşmanlık duygusunu açığa vurmağa, hatta hissetmeğe o derece az cesaret edecektir. Burada da temel ilke şudur: Sizden korktuğum için düşmanlık duygumu baskı altına almak zorundayım.

Sevgi de düşmanlık duygusunun baskı altına alınmasını gerektiren başka bir nedendir. Gerçek bir sevginin bulunmadığı durumlarda, genellikle ana-babaların çocuklarını ne kadar sevdikleri ve kanlarının son damlasına varıncaya kadar onun için her şeyi feda edebilecekleri gibi sözlere bol bol yer verilmektedir. Özellikle daha önce ürkütülmüş ya da sindirilmiş olan bir çocuk, gerçek sevginin yerini alan bu sözlere saplanıp kalabilir ve söz dinlemekle kazanacağı mükâfatı yitirmek korkusu ile başkaldırmaktan korkabilir. Bu gibi durumlarda temel ilke şudur: Bana karşı gösterilen sevgiyi yitirmekten korktuğum için düşmanlık duygumu baskı altına almak zorundayım.

Buraya kadar, çocuğun, düşmanlık duygusunu şu ya da bu şekilde açığa vuracak olursa ana-babası ile olan ilişkilerinin bozulmasından korktuğu için onlara karşı duyduğu düşmanlığı baskı altına aldığı durumlar üzerinde durduk. Çocuk, dev gibi gördüğü bu güçlü kişilerin kendisini yüzüstü bırakacakları, güvenliğini sağlayan iyi davranışlarından vazgeçecekleri ya da kendisine karşı cephe alacakları gibi apaçık bir korku ile hareket etmektedir. Ayrıca, bizim kültürümüz içerisinde, bir çocuk ge-

nellikle herhangi bir karşı koyma ve düşmanlık duygusu besleyecek ya da bu duygusunu açığa vuracak olursa kendini suçlu hissedecek şekilde yetişmektedir; yani ana-babasına öfkelenecek ve bu duygusunu açığa vuracak olursa, ya da onların koyduğu kuralları bozacak olursa kendini aşağılık ve değersiz bir varlık olarak görme eğilimini gösterecek şekilde yetişmektedir. Suçluluk duygularına yol açan bu iki neden arasında sıkı bir bağ vardır. Bir çocuk yasak bölgeyi geçtiği için kendini suçlu görecek şekilde yetiştiği ölçüde, ana-babasına öfkelenmek ya da onları suçlamak gibi bir tavır takınmağa cesaret edemiyecektir.

Bizim kültürümüzde cinsellik suçluluk duygularına en elverişli alan olarak görünmektedir. Yasaklar ister anlamlı bir susma, isterse açıkça tehdit etme ve cezalandırma yolu ile konulmuş olsun, bir çocuk genellikle yalnızca cinsel tecessüs ve faaliyetlerin yasaklanmış olduğunu hissetmekle kalmaz, aynı zamanda, bu gibi tecessüs ve faaliyetlere kapılacak olursa, kendini pis ve aşağılık bir yaratık olarak görür. Ana-babadan biri ile ilgili cinsel hayaller ve istekler de, genellikle cinsel konulara karşı takınılan yasaklayıcı tavrın sonucu olarak açığa vurulmamış olsalar bile, bir çocuğun kendini suçlu görmesine yol açabilirler. Bu durumda temel ilke şudur: Düşmanlık duygumu baskı altına almam gerek, çünkü böyle bir duyguya kendimi kaptıracak olursam kötü bir çocuk olurum.

Söz konusu edilen etkenlerden her biri, çeşitli bileşimlere girerek, bir çocuğu düşmanlık duygusunu baskı altına almağa götürebilir ve bunun sonucu olarak da endişeye yol açabilir.

Ama çocuklukta duyulan her endişe sonunda mutlaka bir nevroza yol açar mı acaba? Bilgimiz bu soruya tam bir cevap verecek kadar yeterli değildir. Bence çocukluktaki endişe, bir nevrozun geişmesi için zorunlu bir etken olmakla birlikte yeterli değildir. Erken yaşta bir çevre değişikliği ya da endişenin etkisini giderebilecek birtakım karşıt etkiler gibi elverişli durumlar, belirli

bir nevrotik gelişmeyi önleyebilir. Bununla birlikte, çoğu zaman rastlandığı gibi, hayat şartları endişeyi azaltacak cinsten olmadığı zaman endişe yalnızca sürüp gitmekle kalmaz, daha sonra göreceğimiz gibi, zorunlu olarak derece derece artmağa ve bir nevrozu oluşturan bütün süreçleri harekete getirmeğe doğru gider.

Çocukluktaki endişenin daha sonraki gelişmesini belirleyen etkenler konusunda özellikle üzerinde durmak istediğim bir nokta var: Çocuğun göstermiş olduğu düşmanlık ve endişe tepkileri, yalnızca, çocuğu böyle bir tavır takınmak zorunda bırakan çevresi ile mi sınırlanmıştır? Yoksa bütün insanlara karşı duyulan bir düşmanlık ve endişeye mi dönüşmüştür? Bu ayrımı göz önünde bulundurmak çok önemlidir.

Sözgelişi, bir çocuk şefkatli bir büyükanneye, anlayışlı bir öğretmene, bazı iyi arkadaşlara sahip olacak kadar şanslı ise, bu gibi kimselerle olan yaşantıları onun herkesten kötülük beklemek gibi bir tavır takınmasını önleyebilir. Ama bir çocuğun aile içerisindeki yaşantıları ne derece güçse, o çocuğun yalnızca ana-babasına ve öteki çocuklara karşı kin duyma eğilimi değil, aynı zamanda herkese karşı bir güvensizlik ve nefret duyma eğilimi de o derece şiddetli olacaktır. Bir çocuk dış dünyadan ne derece ayrılmışsa ve kendi başına edinebileceği deneylerden ne derece alıkonulmuşsa, böyle bir eğilimin gelişmesi de o derece kolaylaşacaktır. Son olarak, bir çocuk kendi ailesine karşı duyduğu hıncı ne derece baskı altına almışsa, sözgelişi, ana babasının tavırlarına ayak uydurmuşsa, endişesini dış dünyaya yansıtma, böylece dünyanın genellikle tehlikeli ve ürkütücü olduğu gibi bir kanı edinme eğilimini göstermeğe de o derece yatkın olacaktır.

Dünya karşısında duyulan bu genel endişe de yavaş yavaş artabilir ya da gelişebilir. Söz konusu ortam içerisinde büyümüş olan bir çocuk, başkaları ile ilişkilerinde onlar kadar girgin ve mücadeleci olmağa cesaret edemiyecektir. İstenen bir kimse olduğu konusundaki o mutlu

güvenliği yitirecek ve zararsız bir takılmayı bile zalimce bir yana itilme ya da istenmeme olarak yorumlayacaktır. Başkalarından daha kolay incinecek ve kırılacak, kendini savunma gücü de başkalarınınkinden daha az olacaktır.

Söz konusu ettiğim etkenler ve bunlara benzer başka etkenler, düşman bir dünya içerisinde yalnız ve çaresiz bir durumda olduğunu hissetmekten ileri gelen ve sinsi sinsi artan yaygın bir duygunun ortaya çıkmasına yol açmaktadır. İnsanı şiddetle etkileyen çeşitli uyarımlara karşı gösterilen şiddetli bireysel tepkiler, karakteri belirleyen bir tavra dönüşmektedir. Böyle bir tavır kendi başına bir nevroza yol açmamakla birlikte, belli bir nevrozun şu ya da bu gibi bir zamanda ortaya çıkabileceği elverişli bir ortam yaratmaktadır. Bu tavır, nevrozlarda temel bir rol oynadığı için onu özel bir deyimle belirtmek istiyorum: «Temel endişe.» Bu temel endişe düşmanlık duygusuna sıkı sıkıya bağlıdır.

Psikanaliz alanında, birbirinden farklı olan birtakım özel endişelerle karşılaştığımız için, yavaş yavaş, başka insanlarla olan her türlü ilişkinin temelinde bu temel endişenin bulunduğunu anlıyoruz. Özel endişeler o gün için var olan nedenlerle ortaya çıktığı halde, temel endişe o günkü durumda herhangi bir özel uyarım olmadığı zaman bile sürüp gitmektedir. Eğer bir nevrozun tüm görünüşü bir milletin politik huzursuzluklar içerisinde bulunduğu bir duruma benzetilecek olursa, temel endişe ile temel düşmanlığın rejime karşı gösterilen temel hoşnutsuzluklara ve protestolara benzediği görülecektir. Her iki durumda da hiçbir dış belirti bulunmayabilir ya da belirtiler değişik şekillerde ortaya çıkabilir; sözgelişi, bir devlette kargaşalıklar, grevler, toplantılar, gösteri yürüyüşleri gibi birtakım belirtilere rastlanabilir; psikolojik alanda da çeşitli endişeler çeşitli belirtiler halinde ortaya çıkabilir. Endişe yaratan özel durum ne olursa olsun endişenin bütün görünüşleri tek bir ortak temelden ileri gelmektedir.

Basit «durum nevrozları» nda temel endişeye rastlanmaz. Bu gibi nevrozlar kişisel ilişkileri bozulmamış olan insanların o gün içerisinde bulundukları çatışmalı durumlar karşısında gösterdikleri nevrotik tepkilerden oluşmuştardır. Aşağıda vereceğimiz örnek, psikoterapide sık sık karşımıza çıkan vakalardan biridir.

Kırk beş yaşlarında bir kadın geceleri çok terlediğinden, kalp çarpıntılarından ve endişe hallerinden şikâyet etmiştir. Herhangi bir organik bozukluk görülmemiş ve her şey bu kadının sağlığının yerinde olduğunu göstermiştir. İyi kalpli, dürüst bir kadın olduğu izlenimini uyandırmaktadır. Yirmi yıl kadar önce, kendisiyle ilgili olmaktan çok, içerisinde bulunduğu şartlardan ileri gelen nedenler yüzünden kendisinden yirmi beş yaş büyük bir adamla evlenmiştir. Onunla çok mutlu yaşamıştır, cinsel yönden tatmin olmuştur, son derece iyi yetişmiş üç çocuğu vardır. Ev işlerinde becerikli ve çalışkandır. Son beş-altı yıl içerisinde kocası biraz huysuzlaşmış ve cinsel gücü azalmıştır; ama o bu duruma herhangi bir nevrotik tepki göstermeden katlanabilmiştir. Bozukluk yedi ay önce, kendi yaşında hoş ve çekici bir adamın ona kur yapması ile başlamıştır. O zaman yaşlı kocasına karşı öfke ve hınç duymuştur; ama yetişme şeklinden, ruhsal ve sosyal alışkanlıklarından ve evlilik ilişkilerinin birçok bakımdan tatmin edici olmasından ileri gelen çok güçlü nedenlerden ötürü bu duygusunu tümüyle baskı altına almıştır. Birkaç görüşme sırasında kendisine yapılan bir parçacık yardımla bu çatışmalı duruma açıkça karşı durabilmiş ve böylece endişesinden kurtulabilmiştir.

Temel endişenin ne derece önemli bir rol oynadığını gösterebilmek için yapılacak en iyi şey, karakter nevrozlarındaki özel tepkileri, yukarıda söz konusu edilen basit durum nevrozlarındaki tepkilerle karşılaştırmaktır. Basit durum nevrozları, anlaşılabilir nedenlerden ötürü, çatışmalı bir durumu bilinçli olarak çözmeyi başaramayan, yani bir çatışmanın varlığına ve yaratmış olduğu

özel duruma katlanamayan, dolayısıyla kesin bir karar veremeyen sağlıklı insanlarda karşımıza çıkmaktadır. İki tip nevroz arasındaki temel fark, durum nevrozlarında tedavinin kolayca gerçekleşebilmesidir. Karakter nevrozlarında ise tedavi büyük güçlüklerle yürütülmekte ve bunun sonucu olarak da uzun bir zaman almaktadır. Bazan hastanın iyileşmeyi beklemeğe daha fazla katlanamıyacağı kadar uzun sürmektedir. Durum nevrozları, ötekilerden çok daha kolay bir şekilde giderilebilirler. Durumun anlaşılmasını sağlayabilecek bir tartışma çoğu zaman yalnızca hastalığın belirtilerini gidermekle kalmaz, aynı zamanda nedenlere kadar inen bir tedavi imkânı da sağlar. Bazı durumlarda böyle bir tedavi, bir çevre değişikliği ile sağlanabilir[5].

Böylece, durum nevrozlarında çatışmalı durumla nevrotik tepki arasında dengeli bir ilişki olduğu izlenimini edindiğimiz halde, karakter nevrozlarında böyle bir ilişkiye rastlıyamıyoruz. Temel endişenin var olması yüzünden en küçük bir harekete getirici olay, daha sonra ayrıntılı olarak göreceğimiz gibi, en şiddetli tepkilere yol açabilmektedir.

Endişe ve endişeye karşı başvurulan savunma mekanizmaları çok çeşitli olduğu ve insandan insana değiştiği halde, temel endişe, yalnızca yaygınlık ve şiddet derecesi bakımından değişmekle birlikte, hepsinde az çok aynıdır. Bu temel endişe kabataslak şöyle tanımlanabilir: Kendisini kötüye kullanmak, aldatmak, küçük düşürmek için fırsat kollayan, üstüne saldırmağa, ihanet etmeğe, haset etmeğe hazır olan bir çevre içerisinde kendi küçüklüğünü, önemsizliğini, çaresizliğini, yalnızlığını ve tehlikelerle kuşatılmış olduğunu hissetmekten ileri gelen bir duygu. Hastalarımdan biri o anda içinden gelerek çizdiği bir resimde bu duygusunu şu şekilde belirtmeğe çalışmıştır: Kendisi zayıf, güçsüz, çıplak bir

(5) Bu gibi durumlarda psikanalize ihtiyaç olmadığı gibi, tavsiye edilmesi de uygun olmayacaktır.

bebek olarak resmin ortasında yer almaktadır; çevresi ise insan ya da hayvan biçiminde, her an kendisine saldırmağa hazır olan birtakım tehlikeli canavarlarla doludur.

Psikozlarda hasta çoğu zaman bu tip bir endişenin varlığını oldukça bilinçli bir şekilde fark eder. Paranoyak hastalarda bu endişe yalnızca bir-iki kişiyle ilgilidir. Şizofrenik hastalar ise kendilerini kuşatan dünyada her an ortaya çıkabilecek bir düşmanlığın şiddetle farkındadırlar; öyle ki bu gibi hastalar kendilerine karşı gösterilen dostça bir davranışın bile düşmanlık tohumları taşıdığını sanma eğilimini gösterirler.

Nevrozlarda ise temel endişenin ve temel düşmanlık duygularının seyrek olarak farkına varılmaktadır; hiç değilse endişenin hayatın tümü için olan anlamı ve önemi fark edilememektedir. Hastalarımdan biri kendisini rüyasında, üzerine basmasınlar diye bir deliğe sığınmak zorunda kalan bir fare gibi gördüğü -ve böylece gerçek hayatta ne şekilde hareket etmiş olduğunu tam olarak açığa vurduğu- halde, gerçekten herkesten korktuğu konusunda en ufak bir fikri bile yoktu ve bana endişenin ne olduğunu bilmediğini söylemişti. Herkese karşı gösterilen temel güvensizlik, insanların genellikle hoş olduğu gibi yüzeyde kalan bir düşünce ile gizlenebilir ve başka insanlarla rastgele kurulmuş iyi ilişkilerle birlikte gidebilir; herkese karşı duyulan derin bir nefret, hayran olmaya hazır olma gibi bir tavırla gizlenebilir.

Temel endişe başka insanlarla ilgili olmakla birlikte, bu kişisel niteliğinden büsbütün sıyrılabilir ve yıldırımdan, politik olaylardan, mikroplardan, kazalardan, konserve yiyeceklerden korkma ya da kötü bir alınyazısı olduğunu sanma gibi bir duyguya dönüşebilir. Usta bir gözlemci için bu tavırların temelinde bulunan şeyi görmek güç değildir; ama nevrotik bir kimsenin, bu endişesinin gerçekte mikroplar, vb. ile ilgili olmayıp insanlarla ilgili olduğunu ve insanlara karşı duymuş olduğu öfkenin de endişe yaratabilecek bazı gerçek durumlara karşı göste-

rilen haklı ve yerinde bir tepki olmayıp -ya da yalnızca böyle bir tepki olmayıp- başka insanlara karşı gösterilen temel bir düşmanlık ve güvensizlikten ileri geldiğini anlayabilmesi için her zaman uzun bir psikanalitik çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

Temel endişenin nevrozlarda ne gibi olaylara yol açtığı konusu üzerinde durmadan önce, belki de birçok okuyucunun aklına gelebilecek bir soru üzerinde tartışmamız gerekecek: İnsanlar karşısında gösterilen ve nevrozların önemli bir unsuru olan bu temel endişe ve düşmanlık tavrı, belki de daha az şiddetli olmakla birlikte, hepimizde gizli gizli var olan «normal» bir tavır değil midir? Bu soruya cevap aramak, iki görüş noktasını birbirinden ayırmayı gerektirir.

Eğer «normal» kelimesi insanın genel bir tavrı anlamında kullanılıyorsa, bu durumda temel endişenin gerçekten de Alman dilinde felsefi ve dini bir terim olarak kullanılan **Angst der Kreatur** (Yaratığın Endişesi) deyiminin normal bir karşılığı olduğu söylenebilir. Bu deyimin anlamı, hepimizin ölüm, hastalık, yaşlılık, tabii afetler, politik olaylar, kazalar gibi bizden daha güçlü olan kuvvetler karşısında gerçekten güçsüz ve çaresiz bir durumda bulunduğumuzdur. Bunu ilk olarak çocukluğumuzun güçsüzlüğü içerisinde fark ederiz, ama bu bilgi hayatımız boyunca sürüp gider. Kreatur'un (Yaratığın) bu endişesinde daha büyük güçler karşısında duyulan çaresizlik ve güçsüzlük duygusu temel endişedekinin aynıdır; şu var ki bu güçlere karşı düşmanlık duymayı gerektirmez.

«Normal» kelimesi yalnızca kendi kültürümüz için normal olan şeyi belirtecek şekilde kullanıldığı zaman şunları söyleyebiliriz: Bizim kültürümüz içerisinde yaşayan bir insan, hayatı aşırı bir güvenlik içerisinde geçmediyse eğer, olgunluk safhasına eriştikçe genellikle insanlar karşısında daha ihtiyatlı olmayı, onlara pek güvenmemeyi, insanların hareketlerinin dürüst ve açık olacak yerde çoğu zaman korkaklık ve kişisel çıkarlarla belirlendiğini deneyleriyle öğrenmiş olacaktır. Dürüst bir insansa,

kendini de bu şekilde görecektir; yoksa bütün bu nitelikleri başkalarında çok daha belirgin bir şekilde görme eğilimini gösterecektir. Kısaca, temel endişeye çok benzeyen bir tavır takınacaktır. Bununla birlikte, arada bazı farklar vardır: Sağlığı yerinde olan olgun bir insan, bu insani zayıflıklar karşısında kendini güçsüz ve çaresiz bir durumda hissetmiyecektir; temel nevrotik tavırda karşımıza çıkan, hiçbir ayrım yapmaksızın herkese karşı aynı tavrı takınma gibi bir özelliğe de burada rastlanmıyacaktır. Böyle bir insan bazı kimselere gerçek bir dostluk gösterme ve onlara güvenme yeteneğini oldukça koruyabilecektir. Belki de aradaki farklar şu gerçekle açıklanabilir: Sağlığı yerinde olan bir insan acı deneylerini, onları bir bütün içerisinde yerli yerine yerleştirebilecek bir yaşta edinmiş olduğu halde, nevrotik insan bu gibi deneylerini onlara egemen olamıyacak bir çağda edinmiştir ve güçsüzlüğünün ve çaresizliğinin sonucu olarak da onlar karşısında endişe ile tepkide bulunmuştur.

Temel endişe, bir insanın kendine ve başkalarına karşı takınmış olduğu tavrı belirli bir şekilde etkilemektedir. Kendi zayıflığını anlamaktan ileri gelen bir duygu ile birlikte gittiği için katlanılması daha da güç olan manevi bir yalnızlığa yol açmaktadır. Bir insanın kendine olan güvenini ta derinden sarsmaktadır. Başkalarına güvenme isteği ile, onlara karşı duyulan derin bir güvensizlik ve düşmanlıktan ötürü bu isteği gerçekleştirme imkânsızlığı arasında ortaya çıkabilecek bir çatışmanın tohumlarını taşımaktadır. Bir insanın kendi zayıflığı yüzünden her türlü sorumluluğu başkalarına yükleme isteğini, başkaları tarafından bakılmak ve korunmak isteğini ifade etmekle birlikte, temel düşmanlık duygusundan ötürü bu isteği gerçekleştirme imkânını vermeyen büyük, çok büyük bir güvensizliği dile getirmektedir. Ve bunun değişmez sonucu da, o insanın en büyük gücünü güvenliğe ulaşmak için harcamak zorunda kalmasıdır.

Endişe ne derece katlanılmaz bir hal almışsa, bu endişeye karşı başvurulan savunma mekanizmaları da is-

ter istemez o derece tam ve ayrıntılı bir şekil almıştır. Bizim kültürümüzde, bir insanın kendini endişeden korumağa çalışmak için başvurduğu belli başlı dört yol vardır: Kendini sevdirmeğe çalışmak; itaat etmek ya da boyun eğmek; güçlü olmak; dünyadan elini eteğini çekmek.

İlk olarak, başkaları tarafından sevilmek, endişeye karşı güçlü bir savunma aracı olarak rol oynamaktadır. Burada temel ilke şudur: Beni severseniz, bana kötülük etmezsiniz.

İkincisi, itaat etmek ya da boyun eğmek, belirli kimseler ya da kurumlarla ilgili olmak bakımından iki ana bölüme ayrılabilir: Kalıplaşmış geleneksel görüşlere, herhangi bir dinin kurallarına ya da güçlü bir kişinin isteklerine boyun eğmek gibi. Bu kurallara boyun eğmek ve bu istekleri yerine getirmek her türlü davranışı belirleyen itici bir güç olarak rol oynayacaktır. Böyle bir tavır «iyi» bir insan olmak zorunu duymak şeklinde ortaya çıkabilir, ama «iyi» kelimesinden ne anlaşıldığı kurallara ya da isteklere göre değişir.

Boyun eğme tavrı herhangi bir kişi ya da kurumla ilgili olmadığı zaman daha genel bir şekil alabilir: Herkesin mümkün olan her türlü isteğini yerine getirmeğe çalışmak, öfke ve hoşnutsuzluk uyandırabilecek her türlü şeyden kaçınmak. Bu gibi durumlarda insan kendi isteklerinin hepsini baskı altına almakta, başkalarını eleştirme yeteneğini de baskı altına almaktadır; hiçbir şekilde kendini savunmaksızın başkalarının kendini kötüye kullanmasına fırsat vermekte ve hiçbir ayrım gözetmeksizin herkese yardım etmeğe hazır olmaktadır. Bazan insanlar kendi hareketlerinin temelinde bulunan endişeyi fark etmekle birlikte, genellikle bundan büsbütün habersizdirler ve yalnızca başkalarını düşünmek ve kendini başkalarına feda etmek gibi, kendi isteklerinden tümüyle vazgeçmeğe kadar varan bir ideale bağlı kaldıkları için bu şekilde hareket ettiklerine kesinlikle inanmaktadırlar. Boyun eğme davranışının özel ve genel şekillerinin hep-

sinde var olan temel ilke şudur: Boyun eğersem, kimse bana bir kötülük edemez.

Boyun eğme tavrı aynı zamanda başkaları tarafından sevilme yolu ile güvenliğe ulaşma amacına da hizmet edebilir. Bir insanın hayattaki güvenlik duygusu yalnızca başkaları tarafından sevilmeğe bağlı olacak kadar önemli bir hal aldığı zaman, o insan her ne pahasına olursa olsun sevilmek ister ve bu da genellikle başkalarının isteklerini yerine getirmek anlamına gelir. Ne var ki, böyle bir insan çoğu zaman şu ya da bu şekilde sevildiğine inanma gücünü gösteremez; bu durumda boyun eğme tavrı başkalarının sevgisini kazanmağa değil de, korunmaya, himaye edilmeğe doğru yönelir. Ancak mutlak şekilde itaat ettikleri ve boyun eğdikleri zaman güvenlik duygusuna ulaşabilen insanlar vardır. Bu gibi kimselerde endişe o derece şiddetli, sevildiğine inanmama duygusu ise o kadar güçlüdür ki, sevgi yolu büsbütün kapanmıştır.

Temel endişeden korunmak için başvurulan üçüncü yol güçlü olmaya çalışmaktır: Gerçek bir güç ya da başarı kazanmak, mal-mülk sahibi olmak ya da zengin olmak, hayranlık uyandırmak, entelektüel bir üstünlük kazanmak gibi... Bu durumda temel ilke şudur: Güçlü olursam, kimse bana bir kötülük edemez.

Dördüncü korunma yolu her şeyden elini eteğini çekmektir. Bundan önce belirtilmiş olan korunma mekanizmalarının özelliği dünya ile çekişmek, dış dünya ile şu ya da bu şekilde başa çıkmağa çalışmak isteğidir. Ama insan dünyadan elini eteğini çekmekle de kendini koruyabilir. Bu ise bir çöle ya da tam bir inzivaya çekilmek anlamına gelmez; bir insanın maddi ve manevi ihtiyaçlarını etkileyen başka insanlardan büsbütün ayrı ve bağımsız olması demektir. Maddi ihtiyaçlarla ilgili bağımsızlığa, mal-mülk ve para sahibi olmakla ulaşılabilir. Bu çeşit bir zengin olma itkisi, insanı yalnızca güçlü olmak ve başkalarını etkilemek amacı ile zengin olmağa götüren itici güçten büsbütün farklıdır; mal-mülk ve paranın sağlamış olduğu yarar da her iki durumda aynı şekilde bir-

birinden farklıdır. Mal-mülk ve paranın yalnızca bağımsızlık amacı ile toplanmış olduğu durumlarda, endişe, genellikle biriktirilmiş olan şeylerden zevk almayı engelleyecek kadar şiddetlidir ve biricik amaç her türlü kötü olasılığa karşı güvenlik içerisinde bulunmak olduğu için biriktirilen her şey cimrice saklanmaktadır. Aynı amaca (maddi ihtiyaçlar bakımından başkalarından bağımsız olma amacına) hizmet eden başka bir araç da kendi ihtiyaçlarını en alt düzeye indirmektir.

Manevi ihtiyaçlarla ilgili bağımsızlık, incinmemek ve hayal kırıklığına uğramamak için duygusal yönden insanlardan kopmağa çalışmak şeklinde ortaya çıkabilir. Bu ise insanın duygusal ihtiyaçlarının önüne set çekmesi demektir. Böyle bir kopmayı dile getiren davranışlardan biri, genellikle aydın çevrelerde rastlanan, hiçbir şeyi ciddiye almama, hatta kendini de ciddiye almama tavrıdır. Kendini ciddiye almamak, kendine önem vermemekle karıştırılmamalıdır. Gerçekte bu iki tavır birbiriyle çelişmektedir.

Her şeyden elini eteğini çekme mekanizması ile boyun eğme ve itaat etme tavrı arasında bir benzerlik vardır: Her ikisi de insanın kendi isteklerinden vazgeçmesi demektir. Ama ikinci durumda bu vazgeçme kendini güvenlik içerisinde hissedebilmek için başkalarının isteklerine boyun eğme ve «iyi» bir insan olma gibi bir amaç güttüğü halde, birinci grupta «iyi» bir insan olmak düşüncesi hiçbir rol oynamamaktadır ve vazgeçmenin amacı yalnızca başkalarından bağımsız olmaktır. Burada temel ilke şudur: Her şeyden elimi eteğimi çekersem, kimse bana bir kötülük edemez.

Temel endişeden kurtulmak için gösterilen bu çeşitli çabaların nevrozlarda oynadığı rolün önemini kavrayabilmek için, bu gibi mekanizmaların potansiyel şiddetini anlamak gerekir. Zevk duymak ve mutlu olmak isteğini gerçekleştirmek için değil de, güvenlik ihtiyacını karşılamak için harekete geçirilmiş mekanizmalardır bunlar. Ama bu, bu gibi çabaların içgüdülere bağlı itkilerden hiç

de daha az güçlü ve daha az şiddetli oldukları anlamına gelmez. Deneylerimiz bize, sözgelişi, haris olma çabasının etkisinin cinsel bir içtepi kadar, hatta ondan da güçlü olabileceğini göstermiştir.

Bu dört mekanizmadan her biri, yalnızca ve daha çok ona başvurulduğu zaman -böyle bir tek yönlü davranış genellikle bir bütün olarak kişiliğin zayıflaması ile sonuçlanmış olsa bile- ulaşmak istenen güvenliği sağlamada etkili olabilir; yeter ki insanın içerisinde bulunduğu hayat şartları, çatışmalara yol açmaksızın bu mekanizmaya başvurma imkânını verebilsin. Sözgelişi, kadınlardan aileye ya da kocaya itaat etmeyi ve geleneksel kalıplara uymayı isteyen bir kültür içerisinde boyun eğme davranışını benimsemiş olan bir kadın huzura kavuşabilir ve ikinci dereceden bazı tatminler duyabilir. Güçlü olmak, malını-mülkünü ve servetini artırmak için sürekli bir çaba gösteren bir kral da, aynı şekilde güvenliğe ve başarılı bir hayata ulaşabilir. Ne var ki, işin doğrusu, kesinlikle tek bir amacın peşinden koşulduğu zaman genellikle istenilen amaca ulaşmak mümkün olamıyacaktır, çünkü öne sürülen istekler o derece aşırı ve o derece başkalarını hesaba katmayacak şekildedir ki, ister istemez çevre ile birtakım çatışmalar yaratacaktır. Çoğu zaman, şiddetli bir temel endişeden kurtulabilmek için tek bir yola değil de, birçok yollara birden başvurulmaktadır. Ama bu yollar da birbiriyle uzlaşamamaktadır. Böylece nevrotik bir insan, aynı zamanda hem herkese söz geçirmek, hem de herkes tarafından sevilmek için zorlu bir istek duyabilir; hem başkalarına boyun eğmek, hem de kendi iradesini onlara kabul ettirmek isteyebilir; hem insanlardan uzaklaşmak, hem de onlardan sevgi görmek için şiddetli bir istek duyabilir. İşte çözülmesi hiçbir şekilde mümkün olmayan bu çatışmalar çoğu zaman nevrozların dinamik çekirdeğini oluşturmaktadırlar.

Birbiriyle en fazla çatışan iki çaba, kendini sevdirme çabası ile güçlü olma çabasıdır. Bunun için bundan son-

raki bölümlerde bu çabalar üzerinde ayrıntılı bir şekilde duracağım.

Belirtmiş olduğum şekli ile nevrozların yapısı, nevrozları genellikle içgüdülere bağlı itkilerle sosyal istekler ya da bu isteklerin «super ego» daki yankıları arasındaki bir çatışmanın sonucu olarak gören Freud'un kuramına genellikle karşıt değildir. Ama ben bireysel çabalarla toplumsal baskı arasındaki çatışmanın, her nevrozun zorunlu bir şartı olduğunu kabul etmekle birlikte, yeterli olduğunu sanmıyorum. Bireysel isteklerle toplumsal gerekler arasındaki çatışma her zaman nevrozlara yol açmaz; hayattaki gerçek sınırlamalara, yani isteklerin gerçekten frenlenmesine ve engellenmesine, daha genel bir deyimle söyleyecek olursak, gerçek acılara da yol açabilir. Bir nevroz ancak böyle bir çatışma endişe yarattığı zaman ve bu endişeyi yatıştırma denemeleri de, aynı derecede zorunlu olmakla birlikte birbirlyle uzlaşamayan savunma eğilimlerine yol açtığı zaman ortaya çıkar.

VI. BÖLÜM

SEVİLMEK İÇİN DUYULAN NEVROTİK İHTİYAÇ

Bizim kültürümüzde endişeden kurtulmak için başvurulan bu dört yolun birçok insanın hayatında önemli bir rol oynadığına şüphe yoktur: En büyük çabalarını sevilmek ve beğenilmek için harcayan ve bu isteklerini gerçekleştirebilmek için her çareye başvuranlar; boyun eğmek, razı olmak ve kendilerini gösterebilecek hiçbir davranışta bulunmamak gibi bir eğilim gösterenler; başarı kazanmak, güçlü olmak, mal-mülk ve para edinmek için çaba harcayanlar; insanlardan kopmak, onlardan uzaklaşmak ve bağımsız olmak eğilimini gösterenler... Bununla birlikte, bu çabaların temel endişeye karşı bir korunma aracı olduklarını öne sürmekte haklı olup olmadığım sorulabilir. Bütün bunlar normal insan davranışlarının sınırını aşmayan birtakım itkilerin belirtisi değil midirler? Böyle bir itirazda bulunmanın hatalı olan yanı, soruyu bir ikilem şeklinde ortaya atmış olmaktır. Gerçekte bu iki görüş noktası ne birbirleriyle çelişmektedirler, ne de biri ötekini imkânsız kılmaktadır. Sevilmek isteği, boyun eğme eğilimi, güç ve başarı kazanma çabası ve her şeyden elini eteğini çekme eğilimi çeşitli bileşimlerde hepimizde vardır ve hiçbir şekilde bir nevroz belirtisi olmayabilir.

Ayrıca, bu eğilimlerden biri ya da öteki bazı kültürlerde daha belirgin bir tavır olabilir; bu ise bu eğilimle-

rin bütün insanlar için normal olarak görülebilecek birtakım imkânlar olduğu izlenimini uyandırabilir. Sevgi ile ilgili tavırlar, annelerin çocuklarına gösterdikleri ilgi ve bakım, başkalarının isteklerine boyun eğme gibi eğilimler, Margaret Mead'in göstermiş olduğu gibi, Arapesh kültürünün belirgin özelliğidir. Oldukça şiddetli bir şekilde ortaya çıkan saygınlık (prestij) kazanma çabası, Ruth Benedict'in göstermiş olduğu gibi, Kwakiutl'larda yaygın olan bir davranış biçimidir. Dünyadan elini eteğini çekme eğilimi ise Buda dininin en belirli özelliğidir.

Bu itkilerin normal karakterini inkâr etmek istemiyorum; ama hepsinin belli bir endişeye karşı güvenliğe ulaşabilmek için bir araç olarak kullanılabileceklerini; ayrıca, böyle bir koruyucu fonksiyon kazanmakla nitel bir değişikliğe uğradıklarını, bambaşka bir şekle girdiklerini söylemek istiyorum. Bu ayrımı, en iyi şekilde, bir benzetme yaparak anlatabilirim. Kendi gücümüzü ve ustalığımızı denemek ve ta tepesinden manzarayı seyretmek için bir ağaca tırmanabiliriz; ya da o ağaca vahşi bir hayvan bizi kovaladığı için çıkmış olabiliriz. Her iki durumda da ağaca tırmanmış oluyoruz; ama bizi o ağaca çıkmağa götüren itici güçler farklıdır. Birinci durumda zevk için ağaca çıkmış olduğumuz halde, ikinci durumda korku ile harekete geçiyoruz ve güvenliğe ulaşmak için ağaca çıkmak zorunda kalıyoruz. Birinci durumda ağaca çıkıp çıkmamakta serbestiz; ötekinde ise şiddetli bir zorunluluk bizi ağaca tırmanmak zorunda bırakıyor. Birinci durumda amacımıza en uygun gelen ağacı arayabiliriz; ikinci durumda ise seçme imkânımız yoktur, karşımıza çıkan ilk ağaca tırmanmak zorundayızdır; hatta bunun bir ağaç bile olması şart değildir; bir direk ya da bir ev olabilir, yeter ki bizi vahşi hayvandan korumağa elverişli olsun.

İtici güçler arasındaki fark, duygu ve düşüncelerde de kendini gösterir. Doğrudan doğruya belli bir tatmine ulaşmak isteği ile hareket ettiğimiz zaman, tavrımız bir içtenlik ve seçme davranışı ile belirlenmiş olacaktır. En-

dişe ile hareket ettiğimiz zaman ise, duygularımız ve hareketlerimiz zorunlulukla belirlenecek ve herhangi bir seçme yapma imkânımız olmayacaktır. Şüphesiz bu iki uç arasında kalan dereceler vardır. Açlık ve cinsellik gibi genellikle birtakım şiddetli ihtiyaçlardan ileri gelen fizyolojik gerginliklerle belirlenmiş içgüdüsel itkilerde fizik gerginlik o dereceye varabilir ki, gerçekte endişe ile belirlenmiş itkilerin ayırt edici niteliği olan bir özellik burada da karşımıza çıkar: Herhangi bir seçme yapmaksızın ve içten gelen bir zorlama ile tatmine ulaşmağa çalışmak.

Ayrıca, ulaşılan tatmin bakımından bir fark da vardır: Genel bir deyimle söyleyecek olursak, zevkle güvenlik arasındaki farktır bu [1]. Bununla birlikte, bu fark ilk bakışta sanıldığı kadar keskin değildir. Açlık ve cinsellik gibi içgüdüsel itkileri tatmin etmek zevktir; ama fizik gerginlik aşırı derecede baskı altında tutulmuş olduğu zaman ulaşılan tatmin, endişeden kurtulmuş olmanın verdiği tatmine çok benzer. Her iki durumda da katlanılamıyan bir gerginlikten kurtulma söz konusudur. Zevk ve güvenlik şiddet bakımından aynı derecede güçlü olabilir. Cinsel bir tatmin, başka türlü de olsa, birdenbire şiddetli bir endişeden kurtulmuş olan bir insanın duyduğu duygular kadar güçlü olabilir; genel bir deyimle söyleyecek olursak güvenliğe ulaşmak için gösterilen çabalar yalnızca içgüdüsel itkiler kadar güçlü olmakla kalmazlar, aynı zamanda aynı derecede şiddetli bir tatmine de ulaştırabilirler.

Daha önceki bölümde belirtmiş olduğumuz gibi, güvenliğe ulaşmak için gösterilen çabalar aynı zamanda

(1) H. S. Sullivan «A Note on the Implications of Psychiatry, The Study of Interpersonal Relations, for Investigation in the Social Sciences,» (**American Journal of Sociology**, Cilt 43, 1937) adlı yazısında, tatmin olmak ve güvenliğe ulaşmak için gösterilen çabaların hayata düzen veren temel bir ilke olduğuna dikkati çekmiştir.

ikinci dereceden tatmin imkânları da sağlarlar. Sözgelişi, sevildiğini, kendisine değer verildiğini hissetme, ya da başarı ve güç kazanma güvenliğe ulaşmış olmanın verdiğinden ayrı olarak büyük bir tatmin duyma imkânını verebilir. Ayrıca, hemen göreceğimiz gibi, güvenliğe ulaşmak için başvurulan çeşitli yollar, aşırı derecede baskı altına alınmış düşmanlık duygusunun boşalmasını da sağlayabilirler, böylece bir çeşit gerginlikten kurtulma yolu olarak da rol oynayabilirler.

Endişenin bazı itkilerin arkasında bulunan harekete getirici bir güç olabileceğini gördük ve bu şekilde oluşan en önemli itkileri gözden geçirdik. Şimdi, nevrozlarda gerçekten de en büyük rolü oynayan iki itki üzerinde daha ayrıntılı bir şekilde durmak istiyorum: Sevilmek için duyulan şiddetli istek ile, güçlü olmak ve başkalarını yönetmek için duyulan şiddetli istek.

Sevilmek için duyulan şiddetli istek nevrozlarda o derece sık karşımıza çıkmakta ve usta bir gözlemci tarafından o kadar kolay fark edilebilmektedir ki, var olan bir endişenin ve bu endişenin yaklaşık şiddetinin en güvenilir göstergelerinden biri olarak görülebilir. Gerçekten de eğer insan her zaman için kendisine düşman olan ve varlığını tehdit eden bir dünya karşısında büsbütün güçsüz ve çaresiz bir durumda bulunduğunu hissediyorsa, bu durumda sevilmek ihtiyacı her çeşit iyi davranışla karşılaşmanın, başkalarından yardım görmenin, başkaları tarafından beğenilmenin en akla uygun ve en kestirme yolu olarak görünmektedir.

Eğer nevrotik kişinin ruhsal şartları çoğu zaman kendisinin sandığı gibi olsaydı, aradığı sevgiye ulaşması kolay olurdu. Nevrotik bir insanın çoğu zaman yalnızca belli belirsiz bir şekilde hissettiği şeyleri sözle ifade edecek olursak, izlenimlerinin aşağı yukarı şöyle olduğunu söyleyebiliriz: O kadar az şey istemektedir ki! Yalnızca insanların kendisine iyi davranmaları ve yol göstermeleri gerektiğini; zavallı, kimseye zararı dokunmayan, yapayalnız, herkesi hoşnut etmeğe çalışan, kimseyi incitmemeye

dikkat eden bir insan olduğunu anlamaları gerektiğini istemektedir. Gördüğü ve hissettiği şeyler budur. Kendi aşırı duyarlığının, gizli düşmanlık duygularının, titizlikle yerine getirilmesini istediği şeylerin başka insanlarla olan ilişkilerini ne kadar bozduğunu kavrayamamaktadır; başkalarında uyandırdığı izlenimi ve başkalarının kendisine karşı göstermiş olduğu tepkiyi de değerlendirememektedir. Bunun sonucu olarak da arkadaşlıklarının, evliliğinin, aşk ve iş hayatındaki ilişkilerinin çoğu zaman niçin tatmin edici olmadığını anlayamamaktadır. Başkalarının hatalı olduğunu, kendisine saygısızca davrandıklarını, bağlılık göstermediklerini, kendisini kötüye kullandıklarını sanmakta, ya da anlaşılmaz bir nedenle kendisinin «sevilmeyen insanlar» kategorisine girdiğini düşünmektedir. Böylece, bir hayaletin peşinden koşarcasına sevginin peşinden koşup durmaktadır.

Eğer okuyucu, endişenin nasıl baskı altına alınmış bir düşmanlık duygusundan oluştuğu ve nasıl yeniden bir düşmanlık duygusuna yol açtığı, başka bir deyimle endişe ile düşmanlık duygusunun nasıl iç içe girmiş olduğu konusundaki tartışmamızı hatırlayacak olursa, nevrotik bir insanın kendini nasıl aldattığını ve başarısızlıklarının nereden ileri geldiğini anlayabilecektir. Nevrotik bir insan, farkında olmaksızın, sevme yeteneksizliği ile başkalarının sevgisine büyük bir ihtiyaç duyma gibi bir ikilem içerisindedir. Burada, ilk bakışta son derece basitmiş gibi görünen, ama cevaplandırılması son derece güç olan bir soru çıkar karşımıza: Sevgi nedir ya da bizim kültürümüz içerisinde «sevgi» deyince ne anlıyoruz? Sevginin bazan başkalarına sevgi gösterme ve başkalarının gösterdiği sevgiyi alabilme yeteneği olarak gelişigüzel bir şekilde tanımlandığını duyuyoruz. Bu tanımlamada bir parça gerçek payı vardır; ama böyle bir tanımlama burada karşımıza çıkan güçlükleri aydınlatma konusunda bize yardımcı olamıyacak kadar geniştir. Çoğumuz zaman zaman başkalarına sevgi gösterebiliriz, ama bu tam bir sevme yeteneksizliği ile birlikte giden bir özel-

lik olabilir. Önemli olan nokta, sevginin nasıl bir tavırdan ileri gelmiş olduğudur: Sevgi, başkalarına karşı takınılan temel bir olumlu tavrın ifadesi midir? Yoksa başkasını yitirme korkusundan ya da başkasına söz geçirme isteğinden mi ileri gelmektedir? Başka bir deyimle söyleyecek olursak, görünüşteki tavırları kriter olarak kabul edemeyiz.

Sevginin ne olduğunu söylemek çok güç olmakla birlikte, ne olmadığını ya da hangi unsurların sevgiye yabancı olduğunu kesinlikle söyleyebiliriz. Bir insan bir başkasından adamakıllı hoşlanabilir, yine de ona zaman zaman kızabilir, onun bazı isteklerini yerine getirmek istemeyebilir, ya da yalnız başına kalmak isteyebilir. Ama böyle bir yalnız başına kalmak isteme ya da öfkelenme gibi sınırlı tepkilerle, başkalarına karşı hep tetikte duran, üçüncü bir kimseye gösterilen herhangi bir ilgiyi kendisinin bir yana itilmiş olması olarak gören, kendisinden istenilen her şeyi ona zorla kabul ettirilmek istenen bir şey olarak, yapılan her eleştiriyi bir küçük düşme olarak yorumlayan nevrotik bir insanın tavrı arasında bir fark vardır. Böyle bir tavrın sevgi ile ilgisi yoktur. Mümkün olduğu ölçüde bazı özellikleri ve tavırları düzeltmek için yapılan yapıcı eleştiriler sevgiyle uzlaşmaz değildir. Ama nevrotik bir insanın çoğu zaman yaptığı şekilde, karşısındakinin kusursuz, yetkin bir insan olmasını istemek gibi hoşgörüsüz bir isteğin, «kusursuz bir insan değilseniz vay halinize» der gibi düşmanca bir tavrı işe karıştıran bir isteğin de sevgiyle ilgisi yoktur.

Bir insan başka birini yalnızca belli bir amaç için bir araç olarak kullandığı, yani yalnızca ya da daha çok bazı ihtiyaçlarını karşılayan bir araç olarak gördüğü zaman da böyle bir tavrın bizim sevgi anlayışımız ile uzlaşamıyacağını düşünüyoruz. Başkasının yalnızca bir cinsel tatmin aracı olarak görüldüğü ya da onunla yalnızca belli bir saygınlığa ulaşmak için evlenildiği durumlarda bu açıkça görülmektedir. Ama bu gibi durumlarda da, özellikle söz konusu ihtiyaçlar daha çok psikolojik olduğu zaman,

sorun kolayca karışık bir hal almaktadır. Sözgelişi, bir insan bir başkasına yalnızca kendisine körü körüne bir hayranlık gösterdiği için ihtiyaç duyduğu halde, onu sevdiğini sanarak kendini aldatabilir. Bununla birlikte, bu gibi durumlarda bu kimse eleştirici bir tavır takınmağa başladığı, bu yüzden sevilmesinin gerçek nedeni olan hayranlık gösterme fonksiyonunu artık yerine getiremediği zaman, ondan birdenbire vazgeçildiği, hatta ona cephe alındığı da görülmektedir.

Sevgi ile sevgi olmayan şey üzerinde dururken, öteki uca gitmek gibi bir yanılgıya düşmemeye dikkat etmeliyiz. Sevgi her ne kadar sevilen kimsenin belli bir zevk ve tatmin aracı olarak kullanılması ile bağdaşamazsa da, yalnızca başkalarını düşünmek ve kendini yalnızca başkalarına adamak da değildir. Kendisi için hiçbir şey istemeyen bir insanın hissettiği duyguya da sevgi denilemez. Bu şekilde düşünen kimseler, gerçekte sevme konusundaki kendi isteksizliklerini açığa vurmaktadırlar. Hiç şüphesiz, hoşlandığımız kimseden bir şeyler bekleriz: Zevk ya da tatmin, bağlılık, yardım, vb. Gerekli olduğu zaman ondan bir fedakârlık da bekleriz. Bu gibi isteklerde bulunabilmek, hatta bu istekler için mücadele etmek genellikle ruh sağlığının belirtisidir. Sevgi ile, sevilmek için duyulan nevrotik ihtiyaç arasındaki fark şudur: Sevgide, sevgi duygusu birinci derecede rol oynadığı halde, sevilmek için duyulan nevrotik ihtiyaçta birinci derecede rol oynayan etken güvenlik ihtiyacıdır; sevgi yanılgısı ise yalnızca ikinci derecede rol oynamaktadır. Şüphesiz bu iki uç arasında ara-durumlar vardır.

Bir insan bir başkasının sevgisine yalnızca endişeden kurtulup güvenliğe ulaşmak için ihtiyaç duyuyorsa, çoğu zaman bunu bilinçli bir şekilde fark etmeyecektir; çünkü genellikle kendisinin endişe ile dolu olduğunu bilmemekte, bu yüzden bu sevgiye yalnızca güvenliğe ulaşmak için umutsuzca sarıldığını fark etmemektedir. Bütün hissettiği şey, şurada sevdiği ve güvendiği ya da âşık olduğu bir insanın var oluşudur. Ama içten bir sevgi ola-

rak hissettiği şey, kendisine yapılan bir iyiliğe karşı gösterdiği minnet duygusundan, ya da belli bir insanın veya durumun yarattığı bir sevgi ve umut duygusundan başka bir şey olmayabilir. Açıkça ya da üstü kapalı bir şekilde onda bu çeşit umutlar yaratan bir insan, kendiliğinden önemli bir kişi haline gelmekte ve bu duygu sevgi yanılgısı şeklinde ortaya çıkmaktadır. Bu gibi umutlar güçlü ya da herkesçe sayılan, beğenilen bir kimsenin, ya da yalnızca daha dengeli bir insan olarak görünen bir kimsenin kendisine iyi davranmış olması gibi basit bir olgudan ileri gelmiş olabilir. Gerçek sevgi ile hiçbir ilişiği olmayan cinsel bir ilgiden, bir kur yapmadan doğmuş olabilir. Üstü kapalı bir şekilde yardım ya da manevi destek vaat eden herhangi bir bağın güçlenmesinden meydana gelebilir: Aile bağları, arkadaşlıklar, doktorla olan ilişkiler gibi. Bu tür ilişkilerin çoğu sevgi maskesi altında ortaya çıkmaktadır; yani sevgi gerçekte ilgili kişinin başkalarına kendi ihtiyaçlarını tatmin etmek için sımsıkı sarılmasından başka bir şey olmadığı halde, sübjektif bir bağlılık olarak görülmektedir. Bunun gerçek bir sevgi duygusu olmadığını anlayabilmek için, herhangi bir isteğin yerine getirilmemesi halinde hemen şiddetli bir tepkinin ortaya çıktığını görmek yeter. Bizim sevgi anlayışımızın temel etkenlerinden biri -duygunun sağlamlığı ve güvenirliği- bu gibi durumlarda yoktur.

Sevme yeteneksizliğinin daha önce üstü kapalı bir şekilde belirtilmiş olmakla birlikte, burada özellikle üzerinde durmak istediğim son bir ayırt edici niteliği daha vardır: Başkasının kişiliğini, özelliklerini, zayıf taraflarını, ihtiyaçlarını, isteklerini, gelişmesini hesaba katmamak. Böyle bir tavır, bir bakıma, nevrotik kişiyi başka birine sımsıkı sarılmağa götüren endişeden ileri gelmektedir: Boğulmak üzere olan ve bir yüzücünün boynuna sarılan bir insan çoğu zaman ötekinin kendisini kurtarmak isteyip istemediğini ya da buna gücü yetip yetmediğini düşünmez. Bir bakıma da, insanlara karşı takınılan temel bir düşmanlığın ifadesidir ve bu temel düşmanlık en sık

rastlanan şekli ile nefret ve haset duygusu olarak görünür. Bu düşmanlık başkalarını dikkate almak, hatta fedakârlıkta bulunmak için gösterilen umutsuz çabalarla gizlenmiş olabilir, ama genellikle bu çabalar bazı alışılmamış tepkilerin ortaya çıkmasını önleyemezler. Sözgelişi, bir kadın sübjektif olarak kocasına çok bağlı olduğunu sandığı halde, kocası vaktini işine, arkadaşlarına ya da ilgi duyduğu şeylere ayırdığı zaman kızabilir, sızlanabilir ve kendini ruhça çökmüş hissedebilir. Çocuğunun üstüne titreyen bir anne her şeyi onun mutluluğu için yaptığını sandığı halde, çocuğun bağımsız olarak gelişmek için duyduğu ihtiyacı hiçbir şekilde dikkate almayabilir.

Başkaları tarafından sevilmek için birtakım korunma mekanizmalarına başvuran nevrotik bir insan, başkalarını sevme yeteneksizliğinin hemen hiç farkında değildir. Bu gibi insanların çoğu başkalarına duydukları ihtiyacı, tek tek insanlara ya da genellikle bütün insanlığa duyulan bir sevgi eğilimi olarak yorumlama gibi bir yanılgıya düşerler. Böyle bir yanılgıyı sürdürmek ve savunmak için zorunlu bir neden vardır. Bu yanılgıdan vazgeçmek, insanın hem başka insanlara karşı temel bir düşmanlık duyduğu, hem de onların sevgisine ihtiyaç gösterdiği gibi bir ikilemi keşfetmesi demektir. Bir insanın başka birini küçük görmesi, ona güvenememesi, onun mutluluğunu ve bağımsızlığını yok etmek istemesi, aynı zamanda onun sevgisini, yardımını ve desteğini kazanmak için duyduğu şiddetli istek ile bağdaşamaz. Birbiriyle hiçbir şekilde uzlaşamayan bu iki gayeye de ulaşabilmek için, bir insanın, başkalarına karşı duyduğu düşmanca eğilimlerinin bilinç yüzeyine çıkmasını kesinlikle önlemesi gerekir. Başka bir deyimle, sevgi yanılgısı, gerçek bir hoşlanma ile ihtiyaç arasındaki anlaşılabilir bir karışıklığın sonucu olmakla birlikte, sevgiye ulaşma çabasını mümkün kılma gibi belirli bir fonksiyonda da bulunmaktadır.

Sevilmek için duyduğu açlığı gidermede nevrotik bir insanın karşılaştığı başka bir temel güçlük daha vardır.

İstemiş olduğu sevgiyi hiç değilse geçici olarak elde etmeyi başarabilse bile, kendisine gösterilen bu sevgiyi alabilme yeteneğine sahip değildir. Sanırsınız ki, susamış bir insan suya doğru nasıl bir istekle atılırsa, nevrotik bir insan da kendisine gösterilen herhangi bir sevgiye böyle atılacak. Gerçekte böyle olmaktadır, ama yalnız geçici olarak. Nevrotik bir insana gösterilen yakınlık ve ilginin sonucunu her doktor bilir. Hastaya gereken tıbbi ilgi ve bakımı göstermekten ve onu tam bir muayeneden geçirmekten başka bir şey yapılmadığı halde, bütün ruh ve beden sıkıntıları birdenbire ortadan kaybolabilir. Bir durum nevrozu şiddetli bir nevroz olsa bile, insan sevildiğini hissettiği zaman tümüyle ortadan kalkabilir. Elizabeth Barrett Browning bunun herkesçe bilinen bir örneğidir. Karakter nevrozlarında bile ister sevgi ve ilgi, isterse tıbbi bir bakım söz konusu olsun, böyle bir dikkat göstermek hastanın endişesini azaltmaya ve durumu düzeltmeye yeterli olabilir.

Her çeşit sevgi ona yüzeyde kalan bir güvenlik, hatta bir mutluluk duygusu verebilir; ama daha derinlerde böyle bir sevgi ya inançsızlıkla karşılaşır, ya da güvensizlik ve korku uyandırır. Nevrotik bir insan kendisine gösterilen sevgiye inanamaz; çünkü hiç kimsenin kendisini sevemiyeceğine kesinlikle inanmıştır. Böyle bir sevilmeyen insan olma duygusu çoğu zaman bilinçli bir kanı şeklinde ortaya çıkar ve bu kanıyı aksini kanıtlayacak hiçbir gerçek deney ile sarsmak mümkün değildir. O derece su götürmez bir gerçekmiş gibi kabul edilir ki, ilgili kimse bundan bilinçli olarak rahatsız olmaz; ama belirli sözlerle dile getirilmemiş de olsa, sanki öteden beri bilincine varılmış sarsılmaz bir kanı olarak görünür. Aynı zamanda bu kanı bir «Aldırma, boş ver!» tavrı ile de gizlenebilir; böyle bir tavır çoğu zaman gururdan ileri gelir ve bu yüzden fark edilmesi genellikle güç olur. Sevilmeyen bir insan olma kanısı, sevme yeteneksizliği ile yakından ilgilidir; gerçekte bu yeteneksizliğin bilinçli bir yankısıdır. Başkalarından gerçekten hoşlanan bir insan, başkalarının da kendisin-

den hoşlanabileceğinden hiçbir zaman şüphe etmeyecektir.

Endişe gerçekten derin olduğu zaman, gösterilen herhangi bir sevgi belirtisi güvensizlikle karşılanmakta ve hemen birtakım gizli amaçlarla bu şekilde davranıldığı kanısına varılmaktadır. Sözgelişi, psikanaliz sırasında bu gibi hastalar psikanalistin kendilerine yalnızca kendi harisliğini tatmin etmek için yardım etmek istediğini ve eğer kendilerine bir değer veriyorsa ve cesaret verici sözler söylüyorsa bunu yalnızca tedavi amacı ile yaptığını sanırlar. Hastalarımdan biri onu hafta sonu tatilinde bir heyecan sarsıntısı geçirdiği sırada görmek istememi, gerçek bir hor görülme, küçük düşürülme olarak yorumlamıştır. Açığa vurulan bir sevgi belirtisi, hemen bir hakaret, bir hor görülme olarak yorumlanmaktadır. Çekici bir genç kız nevrotik bir erkeğe açıkça sevgi gösterdiği zaman, o bunu kendisini rahatsız etmek, hatta öfkelendirmek için yapılmış bir hareket olarak görebilmektedir, çünkü genç kızın kendisinden gerçekten hoşlanmış olabileceğini aklına bile getirmemektedir.

Böyle bir insana gösterilen sevgi yalnızca güvensizlik uyandırmakla kalmaz, aynı zamanda gerçek bir endişe de yaratabilir. Birisinin sevgisine kendini bırakmak sanki bir örümceğin ağına düşmek demekmiş, birinin gösterdiği sevgiye inanmak sanki yamyamlar arasında yaşarken gafil avlanmak demekmiş gibi. Nevrotik bir insan kendisine gerçek bir sevgi gösterilmekte olduğunu anlamağa başlar başlamaz paniğe kapılabilmektedir.

Son olarak, şu ya da bu gibi bir sevgi gösterisi bir bağımlılık korkusu da yaratabilir. Kısaca göreceğimiz gibi, duygusal yönden başkalarına bağımlı olma, başkalarının sevgisi olmaksızın yaşayamayan bir insan için gerçek bir tehlikedir ve bir parça olsun bağımlılık yaratabilecek ya da bağımlılığa benzeyen her şey umutsuz bir mücadeleye yol açabilir. Böyle bir insan her ne pahasına olursa olsun olumlu bir duygusal tepki göstermekten kaçınmak zorundadır, çünkü böyle bir tepki hemen

bir bağımlılık tehlikesi yaratmaktadır. Bundan kaçınabilmek için, başkalarının kendisine sevgi gösterdiklerini ve yardım ettiklerini görmek istememek zorundadır; her türlü sevgi belirtisini bir yana itecek şekilde hareket etmekte ve başkalarının kendisine iyi davranmadıklarına, kendisiyle ilgilenmediklerine, hatta kötü niyetli olduklarına inanmakta ısrar etmektedir. Bu şekilde yaratılan durum açlıktan ölecek hale geldiği halde zehirli olduğu korkusu ile hiçbir yiyeceğe el sürmeğe cesaret edemeyen bir insanın haline benzemektedir.

Kısaca, temel endişe ile hareket eden bir insan için, dolayısıyla yalnızca endişeden kurtulmak amacı ile sevilmek isteyen bir insan için, bu derece istenilen sevgiye ulaşma şansı pek azdır. İhtiyacı yaratan şartlar, bu ihtiyacın giderilmesini engellemektedir.

VII. BÖLÜM

SEVİLMEK İÇİN DUYULAN NEVROTİK İHTİYACIN BAŞKA AYIRT EDİCİ NİTELİKLERİ

Hepimiz sevilmek isteriz, sevildiğimizi hissettiğimiz zaman minnetle karışık bir sevinç duyarız; sevilmediğimiz zaman da kendimizi incinmiş hissederiz. Bir çocuk için istendiğini, beğenildiğini hissetmek, daha önce de belirtmiş olduğumuz gibi, çocuğun uyumlu bir şekilde gelişebilmesi için son derece önemlidir. Ama sevilmek için duyulan nevrotik ihtiyacın özellikleri nelerdir?

Bence böyle bir ihtiyacı, gelişigüzel bir şekilde, çocukça bir ihtiyaç olarak tanımlamakla yalnızca çocuklara haksızlık etmekle kalmayız, aynı zamanda sevilmek için duyulan nevrotik ihtiyacı belirleyen temel etkenin çocukluk safhasında kalmakla hiçbir ilgisi olmadığını da gözden kaçırmış oluruz. Çocuğun ve nevrotik insanın ihtiyaçlarının tek bir ortak özelliği vardır: Çaresizlik ve güçsüzlük duygusu. Şu var ki, bu duygunun temelinde bulunan etkenin her iki durumda birbirinden farklı olduğu unutulmamalıdır. Ayrıca, nevrotik ihtiyacın gelişmesi oldukça değişik ön-şartları da gerektirmektedir. Bu şartlar, tekrar söyleyelim, şunlardır: Endişe, sevilmeyen bir insan olduğunu hissetme, sevildiğine inanamama ve insanların hepsine karşı düşmanca duygular besleme.

Bu bakımdan nevrotik sevgi ihtiyacında gözümüze çarpan ilk özellik, bu ihtiyacın zorunlu bir nitelik taşıma-

sıdır. Bir insan şiddetli bir endişe ile hareket ettiği zaman, ister istemez içtenliğini ve esnekliğini yitirmektedir. Daha basit bir deyimle söyleyecek olursak, nevrotik bir insan için sevilmek bir lüks ya da fazladan bir zevk ve güç kaynağı değil, çok büyük bir önem taşıyan bir ihtiyaçtır. «Sevilmek istiyorum ve sevilmekten hoşlanıyorum» cümlesi ile «Her ne pahasına olursa olsun sevilmeliyim» cümlesi arasındaki farktır bu; ya da iştahı olduğu için yemek yiyen, yemeğin tadına varan ve yiyeceği yemeği seçen bir insanla, açlıktan ölecek hale gelmiş, karşısına çıkan her türlü yiyeceği yemek ve her ne pahasına olursa olsun yemek zorunda olan bir insan arasındaki farktır.

Böyle bir tavır ister istemez sevilmenin gerçek anlamını büyütmeğe yol açar. Gerçekte bütün insanların bizi sevmesi bu derece önemli değildir. Önemli olan şey yalnızca bazı kimselerin -hoşlandığımız, birlikte yaşadığımız, birlikte çalıştığımız ya da menfaatimiz gereğince üzerlerinde iyi bir izlenim uyandırmak istediğimiz kimselerin- bizi sevmiş olmasıdır. Bu gibi kimseler bir yana bırakılacak olursa, sevilip sevilmediğimizin pek bir önemi yoktur[1]. Oysa nevrotik kimseler sanki hayatları, mutlulukları ve güvenlikleri sevilmiş olmaya bağlı imiş gibi düşünürler ve hareket ederler.

Onların bu özellikleri herhangi bir ayrım gözetmeksizin herkese yönelebilir: Berberden ya da bir toplantıda karşılaştıkları yabancı bir kimseden tutun da meslek arkadaşlarına, dostlarına ya da bütün kadınlara ve erkeklere varıncaya kadar. Böylece bir selamlaşmanın, bir telefon konuşmasının, bir davetin candan olup olmaması ruh hallerini ve bütün dünya görüşlerini değiştirebilir.

(1) Böyle bir ifade Amerika'da kabul edilmeyebilir. Burada kültürel bir etken işe karışmaktadır, çünkü herkesçe beğenilip sevilmiş olmak Amerikan toplumunun yarışmalı amaçlarından biridir ve bu bakımdan başka ülkelerde rastlamadığımız bir önem kazanmıştır.

Burada bir noktaya dikkati çekmek isterim: Yalnız başına kalamama, yalnız kaldığı zamanlar hafif bir tedirginlik ve huzursuzluk duymaktan tutun da belirli bir yalnızlık korkusuna varıncaya kadar çeşitli derecelerde ortaya çıkan bir yalnız kalma yeteneksizliği. Hemen her zaman durgun olan ve yalnız kaldıkları zaman canları sıkılan insanlardan değil, zeki, becerikli ve yalnız başlarına pek çok şeyden zevk alabilecek kimselerden söz ediyorum. Sözgelişi, ancak çevrelerinde birisi bulunduğu zaman çalışabilen ve yalnız başlarına çalışmak zorunda kaldıkları zaman kendilerini rahatsız ve mutsuz hisseden kimseler sık sık çıkar karşımıza. Yanında birisinin bulunması için duyulan bu ihtiyaçla ilgili başka etkenler de işe karışmış olabilir; ama genellikle göze çarpan özellikler belirsiz bir endişe, sevilme ihtiyacı, ya da daha yerinde bir deyimle herhangi bir insanla birlikte olmak için duyulan ihtiyaçtır. Bu gibi kimseler dünyada yapayalnız oldukları duygusuna kapılmışlardır ve herhangi bir insanın yakınlığı onlar için bir destektir. Yalnız kalma yeteneksizliklerinin nasıl endişenin artması ile birlikte gittiğini bazan bir deney sırasında görebiliriz. Bazı hastalar kendi etraflarında örmüş oldukları duvarların arkasına sığındıklarını hissettikleri sürece yalnız başlarına kalabilirler. Ama bu koruyucu duvarlar analiz sonucunda tümüyle yıkıldığı ve böylece bir parça endişe yaratıldığı zaman kendilerini birdenbire yalnız kalamıyacak durumda hissederler. Analiz sürecinde, bir hastanın durumunun geçici olarak bozulduğu kaçınılmaz bir safhadır bu.

Nevrotik sevgi ihtiyacı tek bir kişi üzerinde -koca, karı, doktor, arkadaş, vb.- toplanabilir. Durum böyle olduğu zaman bu kimsenin bağlılığı, ilgisi, dostluğu ve varlığı olağanüstü bir önem kazanacaktır. Ne var ki bu önem çelişken bir nitelik taşımaktadır. Nevrotik bir insan bir yandan belli bir kişinin ilgisine ve varlığına ihtiyaç duymakta, onun kendisini sevmemesinden korkmakta ve o kimse yanında olmadığı zamanlar kendini ihmal edilmiş olarak görmektedir; öbür yandan taptığı bu kimse ile bir-

likte olduğu zaman hiç de mutlu değildir. Bu çelişmenin bilincine varacak olursa genellikle şaşırmaktadır. Ama daha önce söylemiş olduğum şeyleri hatırlayacak olursak, belli bir kimsenin varlığı için duyulan isteğin gerçek bir sevgi ve hoşlanma ile ilgili olmayıp, yalnızca o kimsenin kendi yanında bulunmasının sağladığı güvenlik için duyulan ihtiyacı dile getirdiği apaçık bir şekilde ortaya çıkacaktır. (Şüphesiz gerçek bir sevgi ve hoşlanma ile güvenlik sağlayan bir sevgi için duyulan ihtiyaç bir arada bulunabilir, ama böyle olması zorunlu değildir.)

Sevilmek için duyulan aşırı istek belli gruptan insanlara, politik ve dinsel gruplar gibi insanın ortak menfaatlerle bağlı bulunduğu gruplardan olan kimselere yönelebilir; yalnızca kendi cinsinden ya da öteki cinsten olan kimselere yönelebilir. Güvenlik için duyulan ihtiyaç yalnızca karşı cinse yöneliyorsa, durum dıştan bakıldığı zaman «normal» olarak görülebilir ve ilgili kimse tarafından da genellikle «normal» olduğu öne sürülebilir. Çevrelerinde erkek olmadığı zaman kendilerini mutsuz ve endişeli hisseden kadınlar vardır; bir işe başlarlar, kısa bir süre sonra bırakırlar, tekrar kendilerini endişeli ve mutsuz hissederler, başka bir işe başlarlar ve bu böyle sürüp gider. Erkeklerle olan ilişkilerinin çatışmalı oluşu ve tatmin edici olmaması, böyle bir tavrın, erkeklerle ilişki kurmayı gerçekten istemiş olmakla ilgili olmadığını açığa vurmaktadır. Daha doğrusu, bu gibi kadınlar hiçbir ayrım yapmaksızın herhangi bir erkeği seçebilirler; kim olursa olsun, yeter ki yanlarında bir erkek olsun. Aslında hiçbir erkekten hoşlanmazlar; genellikle herhangi bir bedensel tatmin de duymazlar. Şüphesiz bütün bu olup bitenler gerçekte çok daha karmaşıktır. Ben yalnızca endişenin ve sevilmek ihtiyacının bu konuda oynadığı rol üzerinde durmak istedim [2].

---

(2) Karen Horney, «The Overvaluation of Love, A Study of a Common Present Day Feminine Type», **Psychoanalytic Quarterly**, Cilt 3 (1934), s. 605-608.

Buna benzer bir davranış kalıbını erkeklerde de görebiliyoruz; bu gibi erkekler karşılarına çıkan herhangi bir kadın tarafından sevilmek zorunu duyacaklar ve başka erkeklerin yanında kendilerini rahatsız hissedeceklerdir.

Sevgi ihtiyacı aynı cinse doğru yöneldiği zaman, bu durum gizli ya da açık bir eşcinsellikte (homosexuality) belirleyici etkenlerden biri olabilir. Öteki cinse yönelen sevgi ihtiyacı çok fazla bir endişe ile engellenecek olursa, aynı cinsten olan kişilere doğru yönelebilir. Bu endişenin açıkça ortaya çıkmasının zorunlu olmadığını, karşı cinsle ilgili bir tiksinme, nefret ya da kayıtsızlık duygusu altında gizlenebileceğini söylemeğe gerek yok.

Başkaları tarafından sevilmek çok büyük bir önem taşıdığı için, nevrotik bir insan her ne pahasına olursa olsun bu amaca ulaşmak istemektedir; ama çoğu zaman bu şekilde hareket ettiğinin farkında değildir. Sevilebilmek için ödemiş olduğu bedel genellikle bir boyun eğme, uyma ve duygusal bağımlılık tavrıdır. Böyle bir tavır bağımlı olduğu kişiyi eleştirme ya da onun fikirlerine karşı çıkma cesaretini gösterememe; ona yalnızca bağlılık, hayranlık ve uysallık gösterme şeklinde ortaya çıkabilir. Bu gibi kimseler eleştirici bir tavır takındıkları ya da başkalarını küçük düşürücü uyarmalarda bulundukları zaman, bu uyarmalar zararsız da olsa, endişeye kapılırlar. Bu uyma ve boyun eğme tavrı o dereceye varabilir ki, nevrotik kişi yalnızca saldırgan içtepilerini baskı altına almakla kalmaz, aynı zamanda her türlü kendini gösterme ve kendini başkalarına kabul ettirme eğilimini de baskı altına alır; başkalarının kendisini kötüye kullanmalarına fırsat verir; kendisi için ne kadar zararlı olursa olsun hiçbir fedakârlıktan kaçınmaz. Öyle bir kendinden vazgeçme davranışı gösterebilir ki, sözgelişi, şeker hastası olmayı isteyebilir, çünkü sevgisini kazanmak istediği kimse şeker hastalığı üzerinde araştırmalar yapmaktadır; böylece şeker hastalığına tutulacak olursa onun ilgisini çekebileceğini ummaktadır.

Başkalarına uyma ve boyun eğme tavrı ile yakından ilgili olan ve onunla iç içe geçmiş bulunan başka bir tavır duygusal bağımlılıktır; böyle bir tavır nevrotik kişinin kendisini koruyabilecek bir insana sımsıkı bağlanmak ihtiyacından doğar. Bu bağımlılık yalnızca bitip tükenmek bilmeyen acılara yol açmakla kalmaz; aynı zaman da büsbütün yıkıcı bir şekil de alabilir. Bir insanın çaresiz bir şekilde başka birine bağımlı olduğu öyle durumlar vardır ki, o kimse bu ilişkinin katlanılmaz bir şey olduğunu iyice fark etmekle birlikte, yine de ondan vazgeçemez. Bağlı olduğu kimseden tatlı bir söz işitmezse ya da kendisine gülümsediğini görmezse dünya başına yıkılacak sanır; ondan bir telefon beklediği zaman bir endişe nöbetine tutulabilir ve öteki onu görmek imkânını bulamadığı zaman kendini son derece yalnız ve perişan hisseder.

Bu duygusal bağımlılığın yapısı çoğu zaman daha karmaşıktır. Bir insanın ötekine bağımlı olduğu bir durumda her zaman oldukça fazla bir öfke ve içerleme duygusu işe karışmaktadır. Bağımlı olan kişi köle haline gelmiş olduğuna içerlemektedir; ama ötekini yitirmek korkusu ile bu şekilde hareket etmeğe devam etmektedir. Bu duruma kendi endişesinin yol açtığını bilmediği için, kendi bağımlılığının, ötekinin ona kendini zorla kabul ettirmesinden ileri geldiğini sanmaktadır. Böyle bir temele dayanan bir öfke ve içerleme duygusunun baskı altına alınması gerekir, çünkü öbürünün sevgisine şiddetle ihtiyaç vardır; oysa bu baskı da yeni bir endişe yaratmakta, bunun ardından yeni bir güvenlik ihtiyacı gelmekte ve bu yüzden öteki kişiye sımsıkı sarılma içtepisi güçlenmektedir. Böylece, bazı nevrotik kimselerde duygusal bağımlılık çok gerçek ve hatta haklı bir korkuya -hayatlarının mahvolup gideceği korkusuna- yol açmaktadır. Bu korku çok fazla olduğu zaman, nevrotik kimseler hiç kimseye bağlanmamakla kendilerini böyle bir bağımlılıktan kurtarmağa çalışabilirler.

Bağımlılığa karşı takınılmış olan bu tavır, bazan aynı kimsede değişikliğe uğramaktadır. Bu çeşit bir ya da bir-

kaç acı deneyden geçtikten sonra, en ufak bir şekilde bağımlılığa benzeyen her şeye karşı körü körüne savaş açılabilir: Başından birçok aşk serüvenleri geçen ve her seferinde karşısındaki erkeğe umutsuzca bağımlı olan bir genç kız, bütün erkekler karşısında kayıtsız bir tavır takınmış, kendi duygularını işe karıştırmaksızın yalnızca erkeklere söz geçirmekten hoşlanır olmuştur.

Aynı süreçleri analiz edilen bir hastanın tavrında da görebiliriz. Analiz saatinden durumu aydınlatacak şekilde yararlanmak kendi menfaati gereği olduğu halde, çoğu zaman psikanalistin hoşuna gitmeğe, onun ilgisini çekmeğe ve kendini ona beğendirmeğe çalışarak kendi menfaatini unutacaktır. Analizin hızla ilerlemesini istemesi için akla uygun nedenler olduğu halde (çünkü acı çekmektedir, analiz olabilmek için birtakım fedakârlıklar yapmaktadır, ya da analize ayırabilecek zamanı sınırlıdır, vb.) bazan bütün bu etkenleri hiçbir şekilde hesaba katmamaktadır. Hasta, psikanalistten kendisini beğendiğini ve onayladığını belli edecek bir tepki görünceye kadar saatlerce uzun uzun hikâyeler anlatacak, ya da geçen her saatin psikanalist için ilgi çekici olmasını sağlamağa çalışacak, ona hoşça vakit geçirtmek isteyecek, ya da hayranlık gösterecektir. Böyle bir tavır o dereceye varabilir ki hastanın çağrışımları, hatta rüyaları psikanalistin ilgisini çekme isteği ile belirlenebilir. Ya da psikanaliste âşık olabilir, onun sevgisini kazanmaktan başka hiçbir şeyin kendisi için önemli olmadığına inanabilir ve psikanalisti duygularının içtenliği ile etkilemeğe çalışabilir. Her psikanalistin insani değerlerin kusursuz bir örneği olduğunu ya da her hastanın kişisel emellerine tıpatıp uyduğunu kabul edemiyeceğimize göre, burada da yine ayrım gözetmeme, hiçbir seçme yapmaksızın rastgele bir kimseye bağlanma gibi bir etkenin açıkça ortaya çıktığını görüyoruz. Şüphesiz psikanalist hastanın gerçekten âşık olabileceği bir kimse olabilir; ama bu bile psikanalistin hasta için bu derece bir duygusal önem taşımasını açıklayamaz.

Genellikle «aktarma» (transference) * olayından söz edildiği zaman anlaşılan şey budur. Bununla birlikte, bu terimin kullanılması pek de uygun değildir; çünkü «aktarma» yalnızca duygusal bağımlılığı değil, hastanın psikanalistin karşısında gösterdiği her çeşit akıldışı tepkiyi dile getirmiş olmalıdır. Buradaki sorun, bu bağımlılığın niçin analiz sırasında ortaya çıktığı değildir; çünkü başkaları tarafından korunmaya bu derece ihtiyaç duyan kimseler herhangi bir doktora, sosyal hizmet görevlisine, bir dosta ya da arkadaşa, kendi ailelerinden olan birine de bağlanabileceklerdir; temel sorun, psikanalistin karşısındaki bu bağımlılığın niçin bu derece şiddetli olduğu ve niçin bu derece sık karşımıza çıktığıdır. Bunun cevabı oldukça basittir: Psikanalist, başka birtakım şeylerin yanında şunu da ifade etmektedir: Analiz süreci, endişeye karşı savunma aracı olarak kurulmuş olan duvarları yıkmakta, bu yüzden bu koruyucu duvarların arkasında gizlenmiş olan endişeyi harekete getirmektedir. İşte bu endişenin artmış olmasıdır ki hastanın şu ya da bu şekilde psikanaliste bağlanmasına yol açmaktadır.

Burada da yine çocuğun sevgi ihtiyacı ile nevrotik bir insanın sevgi ihtiyacı arasında bir fark görüyoruz: Çocuk, yetişkin bir insandan daha fazla sevgiye ve yardıma ihtiyaç gösterir, çünkü ondan daha güçsüz, daha çaresiz durumdadır; şu var ki, çocuğun bu tavrında zorlu ya da zorlayıcı nitelikte olan unsurlar yoktur. Yalnızca daha önceden ürkek bir hale gelmiş olan bir çocuk annesinin dizinin dibinden ayrılmak istemeyecektir.

Sevilmek için duyulan nevrotik ihtiyacın çocuğun duyduğu ihtiyaçtan büsbütün farklı olan ikinci ayırt edici

---

(*) Genel anlamda «transference», olumlu ya da olumsuz bir duygunun bir nesneden ya da bir kimseden başka bir nesneye ya da kimseye **aktarılması**; özel anlamda ise, psikanaliz sırasında, hastanın başka biri için duyduğu sevgi ya da nefret duygusunu psikanaliste **aktarmış** olması demek olduğu için, bu terimi «aktarma» kelimesi ile karşılamayı uygun buldum. (Çevirenin notu.)

niteliği, bu ihtiyacın kanmak bilmezliğidir. Hiç şüphesiz bir çocuk da sızlanabilir, aşırı bir dikkat ve ilgi görmek isteyebilir, sevildiğini gösterecek sayısız kanıtlara ihtiyaç duyabilir; ama bu durumda o da nevrotik bir çocuktur. Sevgi ve güven havası içerisinde büyümekte olan sağlıklı bir çocuk, istendiğinden, sevildiğinden şüphe etmez, hiç durmadan bunu kanıtlayacak şeylere ihtiyaç göstermez ve yardıma ihtiyacı olduğu zaman kendisine yardım edilmesine sevinir.

Nevrotik bir insanın kanmak bilmezliği, genel bir karakter özelliği olarak, yemek yeme, satın alma, vitrinlere bakma, sabırsızlık gibi konularda karşımıza çıkan bir açgözlülük olabilir. Bu açgözlülük çoğu zaman baskı altına alınabilir ve birdenbire patlak verebilir: Elbise satın alma konusunda genellikle aşırılığa kaçmayan bir kimsenin bir endişe hali içerisindeyken dört yeni takım birden satın alması gibi. Daha yumuşak şekliyle «otlakçılık» (başkasının kesesinden yeme, vb.) ya da daha saldırgan şekliyle ahtapot gibi dört bir yana kol atma şeklinde ortaya çıkabilir.

Açgözlülük tavrı, bütün çeşitleriyle ve ardından gelen inhibition'larla birlikte, «oral» davranış [3] olarak nitelenmiş ve psikanalitik literatürde iyice belirlenmiş, tanımlanmıştır. Bu terminolojinin temelinde bulunan kuramsal kavramlar, şimdiye kadar birbirinden ayrı olarak ele alınmış eğilimleri belirtiler (âraz) halinde bütünleştirme imkânını vermek bakımından değerli olmakla birlikte, bütün bu eğilimlerin «oral» duyular ve isteklerden ileri geldiği gibi bir ön-fikir tartışma konusu edilebilir. Bu ön-fikir, geçer olarak kabul edilebilecek bir gözleme dayanmaktadır: Açgözlülük, çoğu zaman yiyeceklere karşı duyulan istekler ve yemek yeme biçimlerinde kendini göstermektedir; aynı şekilde rüyalarda da -yamyamlıkla ilgi-

(3) Karl Abraham, «Entwicklungsgeschichte der Libido», **Neue Arbeiten zur aerztlichen Psychoanalyse**, Cilt 2 (1934).

li rüyalarda olduğu gibi- daha ilkel bir biçimde aynı eğilimler ortaya çıkabilmektedir. Ne var ki bu olaylar, burada söz konusu edilen sorunun kaynağında daha çok oral isteklerle karşılaşmış olduğumuzu kanıtlayacak nitelikte değildir. Genellikle, yemek yemenin, hangi kaynaktan gelmiş olursa olsun açgözlülük duygusunu giderebilecek en kolay yol olduğunu, rüyalarda da yemek yemenin kanmak bilmez istekleri dile getiren en somut ve ilkel sembol olarak göründüğünü kabul etmek akla daha uygun gelmektedir.

«Oral» istekler ve tavırların libido ile ilgili olduğu varsayımının da kanıtlanması gerekir. Açgözlülük tavrının cinsel alanda ortaya çıkabileceğine, gerçek bir cinsel kanmazlık şeklinde, ya da cinsel ilişkiyi, yutmak ve ısırmakla birleştiren rüyalar şeklinde görünebileceğine şüphe yoktur. Açgözlülük tavrı, aynı zamanda, para ve elbise tutkusu ya da haris emeller peşinde koşma, saygınlık kazanma çabası şeklinde de ortaya çıkabilir. Libido ile ilgili varsayımın lehinde söylenebilecek tek şey, açgözlülüğün tutkulu şiddetinin cinsel itkilerin tutkulu şiddetine benzediğidir. Bununla birlikte, her tutkulu itkinin libido ile ilgili olduğu kabul edilmedikçe, açgözlülüğün cinsel -pregenital- bir itki olduğu yine de kanıtlanması gereken bir iddiadır.

Açgözlülük karmaşık bir problemdir ve hâlâ çözülmemiştir. İç zorlamalar gibi o da kesinlikle endişe tarafından harekete getirilmiştir. Açgözlülüğün temelinde endişenin bulunduğu, aşırı bir masturbation ya da aşırı yemek yeme gibi sık sık karşımıza çıkan durumlarda oldukça açık bir şekilde görülebilir. Açgözlülükle endişe arasındaki ilişkiyi görebilmemizi sağlayan bir olgu daha vardır: İlgili kimse belli bir güvenliğe ulaştığını hisseder etmez -sevildiğini hissetme, herhangi bir başarı kazanma, yaratıcı bir iş yapma gibi- açgözlülük azalmakta ya da ortadan kalkmaktadır. Sözgelişi, sevildiğini hissetme gibi bir duygu, zorlu bir satın alma isteğinin şiddetini birdenbire azaltabilir. Her yemeği apaçık bir oburlukla bek-

lemekte olan bir genç kız, çok zevk aldığı bir işe -model çizmeğe- başlar başlamaz açlığını da, yemek zamanını da unutur olmuştur. Öbür yandan düşmanlık duygusu ve endişe şiddetlenir şiddetlenmez açgözlülük yeniden ortaya çıkabilir ya da artabilir; bir insan kendisine ürküntü veren bir işe girişmeden önce alış-verişe çıkmak zorunu duyabilir, ya da kendisini bir yana itilmiş hissettiği bir yaşantıdan sonra büyük bir açgözlülükle yemek yeme zorunu duyabilir.

Şu var ki birçok insanlar endişeli olmakla birlikte, açgözlülük gibi bir özellik göstermeyebilirler; bu durum başka etkenlerin işe karıştığını gösterir. Bu etkenler konusunda bir dereceye kadar kesinlikle söylenebilecek tek şey, açgözlülük gibi bir özellik gösteren insanların kendi başlarına bir şey yaratma gücüne sahip olduklarına güvenememeleri, bu yüzden ihtiyaçlarının karşılanması için dış dünyaya güvenmiş olmalarıdır; ama bir yandan da hiç kimsenin onlara bir şey vermek istemediğine inanmaktadırlar. Kanmak bilmez bir sevgi ihtiyacı duyan nevrotikler genellikle maddi şeylerde de aynı kanmazlığı gösterirler: Zaman ve para bakımından yapılacak fedakârlıklar, belirli durumlarda verilecek yerinde öğütler, güç zamanlarda yapılacak gerçek yardımlar, armağanlar, haberler, bilgiler, cinsel tatminler gibi. Bazı durumlarda bu gibi istekler sevildiğinin kanıtlarını görme isteğinin çok belirli bir şekilde açığa vurulmuş olmasını dile getirirler; bazı durumlarda ise böyle bir açıklama yetersiz kalmaktadır. Bu gibi durumlarda insan nevrotik bir kimsenin ister sevgi, isterse başka bir şey olsun yalnızca bir şeyler elde etmeğe çalıştığını ve sevilmek için duyulan şiddetli isteğin -böyle bir istek varsa eğer- birtakım maddi menfaatler ve yararlar sağlamak için kullanılan bir maskeden başka bir şey olmadığını sanır.

Bu gözlemler aklımıza şöyle bir soru getirmektedir: Genellikle maddi şeyler için gösterilen açgözlülük esas gaye, sevilmek için duyulan ihtiyaç ise bu gayeye ulaştıracak bir yol mudur acaba? Bir şeyler elde etmek için

duyulan şiddetli istek, daha sonra göreceğimiz gibi, endişeye karşı başvurulan temel savunma mekanizmalarından biridir. Şu var ki deneyler, bazı durumlarda, sevilmek için duyulan ihtiyacın, yaygın bir savunma mekanizması olmakla birlikte, bilinç yüzeyine çıkma imkânını bulamıyacak kadar şiddetli bir baskı altında tutulduğunu da göstermektedir. Maddi şeyler için gösterilen açgözlülük, bu durumda, sürekli ya da geçici olarak sevgi ihtiyacının yerini alabilmektedir.

Nevrozlarda sevginin oynadığı rol bakımından üç tip nevrotik insanı kabataslak şekilde birbirinden ayırabiliriz. Birinci grupta her ne olursa olsun sevilmek için şiddetli bir istek duyan, ne çeşit bir sevgi olursa olsun ve bu sevgiye hangi yollarla ulaşmak mümkün olursa olsun, kesinlikle sevilmek isteyen insanlarla karşılaştığımıza şüphe yoktur.

İkinci grupta bulunanlar da sevilmek isterler, ama herhangi bir kimseyle olan ilişkilerinde aradıkları sevgiyi bulamıyacak olurlarsa -ve genellikle bulamamağa mahkûmdurlar- hemen başka birini arayacak yerde insanların tümünden el çekerler. Bazı kimselere bağlanmağa çalışacak yerde, bir iç zorlama ile birtakım nesnelere bağlanırlar; yemek yemek, satın almak, okumak, ya da genel bir deyimle söyleyecek olursak bir şeyler elde etmek zorunu duyarlar. Böyle bir değişiklik bazan çok tuhaf şekiller alabilir: Bazı kimseler bir aşk serüveninde hayal kırıklığına uğradıktan sonra öyle bir iç zorlama ile yemek yemeğe başlarlar ki, kısa zamanda on-onbeş kilo aldıkları olur; yeni bir aşk serüvenine giriştikleri zaman aldıkları kiloyu yeniden verirler; bu da hayal kırıklığı ile sonuçlanacak olursa yeniden kilo alırlar. Aynı davranışı bazan hastalarda da görebiliriz: Psikanalistle olan ilişkilerinde şiddetli bir hayal kırıklığına uğradıktan sonra öyle zorlu bir şekilde yemek yemeğe başlarlar ve o kadar şişmanlarlar ki onları tanımak güçleşir; ama psikanalistle ilişkileri düzelir düzelmez yeniden zayıflarlar. Yiyeceklere karşı gösterilen bu oburluk da baskı altına alınabilir ve bu

durumda iştahsızlık ya da herhangi bir fonksiyonel mide bozukluğu şeklinde ortaya çıkabilir. Bu ikinci grupta bulunan nevrotiklerde kişisel ilişkiler birinci gruptakilerden çok daha derin bir şekilde bozulmuştur. Hâlâ sevilmek istemelerine ve hâlâ sevgiye ulaşmağa çalışma cesaretini gösterebilmelerine rağmen, herhangi bir hayal kırıklığı onları başka insanlara bağlayan bağları koparabilmektedir.

Üçüncü grupta bulunanlar ise o kadar erken yaşta ve o derece şiddetli acılar çekmişlerdir ki, her türlü sevgiye kesin olarak inanmama gibi bilinçli bir tavır takınmışlardır. Duydukları endişe o kadar derindir ki, «Kimse bana bir kötülük yapmasın da, yeter» diye düşünürler. Sevgiye karşı alaycı, küçümseyen bir tavır takınırlar ve maddi yardımlar, öğütler, cinsel tatminler gibi maddi isteklerini gerçekleştirmeyi tercih ederler. Ancak endişelerinin önemli bir bölümü giderildiği zaman sevilmeyi isteme ve değerlendirme yeteneğine sahip olabilirler.

Bu üç grupta bulunan kimselerin birbirinden farklı olan tavırları şu şekilde özetlenebilir: Kanmak bilmez bir sevilme ihtiyacı; genel bir açgözlülükle yer değiştirebilen bir sevilme ihtiyacı; görünüşte bir sevilme ihtiyacının değil yalnızca genel bir açgözlülüğün bulunması. Her grupta gittikçe artan bir endişe ve düşmanlık duygusu göze çarpmaktadır.

Tartışmamızın ana noktasına geri dönecek olursak, şimdi, sevilmek için duyulan susuzluğun hangi özel yollarla ortaya çıktığı sorunu üzerinde durmamız gerekecek. Bu ihtiyacın belli başlı görünüşleri kıskançlık ve kayıtsız şartsız sevilme isteğidir.

Nevrotik kıskançlık belli bir kimsenin sevgisini yitirme tehlikesine karşı gösterilen uygun bir tepki olarak görülebilen normal bir insanın kıskançlığından farklı olarak, karşılaşılan tehlike ile orantılı olmayan, ölçüsüz bir kıskançlıktır. O kimseyi ya da o kimsenin sevgisini yitirme endişesinden ileri gelen sürekli bir korku ile belirlenmiştir; bunun sonucu olarak da o kimsenin başka birine gös-

terebileceği herhangi bir ilgi, bir tehlike olarak görülmektedir. Bu çeşit bir kıskançlık her türlü insanlar-arası ilişkilerde karşımıza çıkabilir: Ana-babaların evlenmek isteyen ya da arkadaşlık kurmak isteyen çocuklarına karşı; çocukların ana-babalarına karşı; evli çiftlerin birbirlerine karşı; sevgililerin birbirlerine karşı göstermiş oldukları kıskançlıklar gibi. Psikanalistle olan ilişkiler de bunun dışında değildir. Psikanalist başka bir hastayı gördüğü ya da yalnızca ondan söz ettiği zaman aşırı bir duyarlık gösterilmektedir. Temel ilke şudur: «Yalnızca beni sevmelisiniz.» Hasta şöyle diyebilir: «Bana iyi davrandığınızı kabul ediyorum; ama herhalde başkalarına da iyi davrandığınıza göre, bana iyi davranmış olmanızın hiçbir önemi yok.» Başka insanlarla ya da ilgilerle paylaşılması gereken bir sevgi hemen bütün değerini yitirmektedir.

Ölçüsüz bir kıskançlığın temelinde, çoğu zaman, çocukken ana-babaya ya da kardeşlere karşı duyulan kıskançlığın bulunduğu düşünülmektedir. Sağlıklı çocuklar arasında ortaya çıkan kardeşler-arası yarışma -yeni doğan bir bebeyi kıskanma gibi- çocuk o zamana kadar gördüğü sevgiyi ve ilgiyi yitirmeyeceğine emin olur olmaz herhangi bir iz bırakmaksızın ortadan kalkmaktadır. Deneylerimden edinmiş olduğum bilgilere göre şunu söyleyebilirim: Çocuklukta ortaya çıkan ve hiçbir zaman dizginlenemeyen aşırı bir kıskançlık, yukarıda belirtildiği üzere, yetişkinler için söz konusu olan nevrotik şartlara benzeyen şartların çocuklar için de söz konusu olmasından ileri gelmektedir. Bu gibi durumlarda, çocukta temel bir endişeden doğmuş olan kanmaz bir sevgi ihtiyacının daha önceden var olduğunu görüyoruz. Psikanalitik literatürde çocuklarda ve yetişkinlerde karşımıza çıkan kıskançlık tepkileri arasındaki ilişki çoğu zaman belirsiz bir şekilde tanımlanmış, yetişkinlerdeki kıskançlık çocukluktakinin bir «tekrarı» olarak görülmüştür. Buna göre, yetişkin bir kadının kocasını kıskanması, o kadının çocukken annesini kıskanmış olması ile açıklanmak isteniyorsa, böyle bir açıklamayı kabul edemeyiz. Bir çocuğun ana-ba-

bası ve kardeşleriyle ilişkilerinde karşımıza çıkan şiddetli kıskançlık, daha sonraki kıskançlığın nedeni değildir; ama her ikisi de aynı kaynaktan ileri gelmektedir.

Kanmak bilmez bir sevgi ihtiyacının belki de kıskançlıktan daha şiddetli bir şekli, kayıtsız şartsız sevilmek için duyulan istektir. Bu isteğin bilinç alanındaki ifadesi şudur: «Şöyle ya da böyle hareket ettiğim için değil, olduğum gibi sevilmek istiyorum.» Yalnızca bu isteği göz önünde bulundurduğumuz sürece, bütün bunlarda olağanüstü bir şey görmeyiz. Şüphesiz yalnızca kendimiz için sevilmek isteği hiçbirimize yabancı değildir. Bununla birlikte, nevrotik kimselerde rastladığımız kayıtsız şartsız sevilme isteği, normal olandan çok daha şiddetlidir ve bu aşırı haliyle tatmin edilmesi mümkün değildir. Kelimenin tam anlamı ile kayıtsız şartsız sevilmek için duyulan ihtiyacı dile getirmektedir.

Böyle bir ihtiyaç her şeyden önce her türlü kışkırtıcı ya da öfkelendirici davranışa rağmen sevilmek isteğinin belirtisidir. Bu istek bir güvenlik unsuru olarak zorunludur, çünkü nevrotik bir insan kendisinin düşmanlık duyguları ve aşırı isteklerle dolu olduğu gerçeğini gizliden gizliye hissetmektedir, bu yüzden öteki kişinin kendisinden uzaklaşabileceğinden ya da bu düşmanlık duygusu ortaya çıkacak olursa kendisine öfkelenebileceğinden ve öç alma duygularına kapılabileceğinden haklı olarak korkmaktadır; bunda anlaşılmayacak bir şey de yoktur. Bu tip bir hasta, sevimli bir insanı sevmenin çok kolay olduğunu ve bunun hiçbir şey ifade etmediğini, sevginin her çeşit ters ve huysuz davranışa katlanacak kadar güçlü olduğunu kanıtlaması gerektiğini öne sürebilecektir. İlgili kimsenin yaptığı herhangi bir eleştiri, artık onun tarafından sevilmediğinin belirtisi olarak hissedilmektedir. Psikanaliz sırasında, hasta, kendi kişiliğinde birtakım değişiklikler yapmak zorunda kalabileceğini sezer sezmez, böyle bir değişiklik analizin amacı olsa bile, hemen öfkelenmektedir; çünkü bu durumu sevilmek için duyduğu ihtiyacın engellenmesi olarak yorumlamaktadır.

Nevrotik kimselerde rastladığımız kayıtsız şartsız sevilmek ihtiyacı, ikinci olarak, herhangi bir karşılık göstermeksizin sevilmek isteğini de kapsamaktadır. Böyle bir isteğin ortaya çıkması zorunludur, çünkü nevrotik bir insan herhangi bir sevgi gösterme yeteneğine sahip olmadığını, ayrıca bunu yapmak da istemediğini hissetmektedir.

Üçüncü olarak, sevilmek için duyulan nevrotik ihtiyaç, öteki kişinin hiçbir şekilde yararlanmasına imkân tanımaksızın sevilmek isteğini dile getirmektedir. Böyle bir isteğin ortaya çıkması da kaçınılmaz bir şeydir, çünkü ötekinin bu durumdan sağlamış olduğu herhangi bir yarar ve tatmin, nevrotik bir insanda hemen o kimsenin kendisini yalnızca bu yüzden sevdiği gibi bir şüphe uyandırmaktadır. Bu tip kimseler cinsel ilişkilerde öteki kişinin tatmin duymasını istememe eğilimini göstereceklerdir, çünkü yalnızca bu tatminden ötürü sevilmiş olduklarını düşüneceklerdir. Psikanaliz sırasında da bu gibi hastalar psikanalistin onlara yardım etmiş olmaktan zevk duymasını da istememektedirler. Ya psikanalistin kendilerine yaptığı yardımı küçümseyecekler, ya da böyle bir yardımı akılları ile kabul etmiş olsalar da herhangi bir minnet duymayacaklardır. Ya da durumlarındaki herhangi bir düzelme ve iyileşme belirtisinin başka bir nedenden -alınan bir ilâçtan, bir arkadaşın yaptığı bir uyarmadan vb.- ileri geldiğini düşüneceklerdir. Şüphesiz, ödemek zorunda bulundukları ücreti vermek de istemeyeceklerdir. Bu ücretin psikanalistin harcamış olduğu zamanın, enerjinin ve bilginin bir karşılığı olduğunu akılları ile kabul etmiş olsalar bile, duygusal bakımdan bunu psikanalistin gerçekte kendileri ile ilgilenmemiş olduğunun bir kanıtı olarak göreceklerdir. Bu tip insanlar başkalarına bir armağan vermekten de kaçınmaktadırlar, çünkü bu gibi bir durumda gerçekten sevilmiş olduklarından kuşkulanmaktadırlar.

Kayıtsız şartsız sevilmek ihtiyacı, son olarak, birtakım fedakârlıklarla sevilmek isteğini de kapsamaktadır. Nev-

rotik bir insan, ancak öteki kişi kendisi için her şeyini feda ettiği zaman sevildiğine gerçekten emin olabilmektedir. Bu fedakârlıklar para ya da zamanla ilgili olabilir; ama aynı zamanda düşüncelerden ve kişisel bütünlükten yapılan fedakârlıklar şeklinde de olabilir. Böyle bir istek, ötekinin en korkunç fedakârlıklar pahasına da olsa nevrotik kişiye yardım etmesi gerektiğini beklemek şeklinde ortaya çıkabilir. Çocuklarının kendilerine körü körüne bağlı kalmasını ve her çeşit fedakârlıkta bulunmasını istemek hakkına sahip olduklarına safça inanan anneler vardır, çünkü onları «acılar içerisinde dünyaya getirmişlerdir.» Bazı anneler de kayıtsız şartsız sevilmek için duydukları isteği baskı altına almışlardır, böylece çocuklarına gerçekten epeyce yardım edebilmekte, destek olabilmektedirler; ama bu tip bir anne çocukları ile olan ilişkilerinden herhangi bir tatmin duymamaktadır, çünkü daha önce verilmiş olan örneklerde olduğu gibi, çocuklarının kendisini yalnızca onlar için bu kadar şey yapmış olmasından ötürü sevdiğini sanmakta, böylece onlar için bir şeyler yaparken gizli bir hoşnutsuzluk, bir isteksizlik duymaktadır.

Kayıtsız şartsız sevilme ihtiyacı başkalarını amansızca, acımasızca hiçe saymak gibi bir tavrı gerektirmiş olması bakımından, nevrotik sevgi ihtiyacında gizlenmiş olan düşmanlık duygusunu daha açık bir şekilde ortaya koymaktadır.

Başkalarını alabildiğine sömürmeğe bilinçli bir şekilde karar vermiş olan normal vampir tipinin tersine olarak, nevrotik bir insan, başkalarından ne kadar çok şey istediğinden genellikle habersizdir. Önemli taktik nedenlerle bu gibi isteklerini bilinçli bir şekilde fark etmemek zorundadır. Hiç kimse açıkça şöyle söyleyemez: «Karşılığında hiçbir şey almaksızın kendinizi bana feda etmenizi istiyorum.» İsteklerini haklı bir temele dayandırmak zorunu duymaktadır. Hastadır, bunun için her çeşit fedakârlığa ihtiyacı vardır. Bu gibi isteklerin bilinçli olarak kabul edilmemesinin başka bir güçlü nedeni, bir kere yer-

leşmiş olan bu isteklerden vazgeçmenin güç oluşudur; oysa bu isteklerin akıl-dışı olduğunu anlamak, onlardan vazgeçmenin ilk adımını atmak demektir. Bu gibi isteklerin kökleri, daha önce söz konusu edilmiş olan temeller bir yana bırakılacak olursa, şuradadır: Nevrotik bir insan kendi imkânlarına dayanarak yaşayamıyacağına, ihtiyaç duyduğu her şeyin kendisine başkaları tarafından verilmesi gerektiğine, hayatından kendisinin değil başkalarının sorumlu olduğuna kesinlikle inanmaktadır. Bu bakımdan, kayıtsız şartsız sevilme konusundaki isteklerinden vazgeçmesi, hayata karşı takınmış olduğu bütün tavrının değişmesini gerektirmektedir.

Sevilmek için duyulan nevrotik ihtiyacın bütün ayırt edici niteliklerinin ortak özelliği, nevrotik insanın çelişken eğilimlerinin, ihtiyaç duyduğu sevgiye ulaşmasını engellemiş olmasıdır. Bu durumda nevrotik bir insanın isteklerinin bir dereceye kadar gerçekleşmesine ya da tümüyle geri çevrilmesine karşı göstereceği tepkiler ne olacaktır?

VIII. BÖLÜM

SEVİLMEK İÇİN BAŞVURULAN YOLLAR VE İSTENMEMEYE KARŞI GÖSTERİLEN DUYARLIK

Nevrotik insanların sevgiye ne derece ihtiyaç duyduklarını, ama kendilerine sunulan sevgiyi almalarının ne kadar güç olduğunu göz önünde bulundurduğumuz zaman, bu tip insanlar için en elverişli ortamın ılımlı bir duygusal ortam olduğu düşünülebilir. Ama burada da başka bir sorun çıkar ortaya: Nevrotik insanlar, en ufak bir şekilde de olsa, istenmemeye ve geri çevrilmeye karşı aşırı bir duyarlık gösterirler ve bu yüzden acı çekerler. Ilımlı bir ortam ise bir bakıma güvenlik verici olmakla birlikte, bir bakıma da istenmemiş olma gibi bir duyguya yol açar.

Nevrotik insanların istenmemeye ve geri çevrilmeye karşı ne derece duyarlık gösterdiklerini anlatmak güçtür. Bir iş değişikliği, birini beklemek zorunda kalmak, beklediği cevabı hemen alamamak, kendi fikirlerinin kabul edilmemesi, isteklerinin şu ya da bu şekilde yerine getirilmemesi, kısaca istediği şeylerin herhangi bir nedenle gerçekleşmemiş olması, istenmeme ve geri çevrilme olarak görülmektedir. Böyle bir istenmeme duygusu yalnızca temel endişelerini uyandırmakla kalmaz, aynı zamanda bir küçük düşürülme olarak da yorumlanır. Nevrotik kimselerin, bu gibi durumları niçin bir küçük düşürülme olarak gördüklerini daha sonra açıklayacağım. İstenmemiş ya da geri çevrilmiş olma duygusu böyle bir küçük

düşürülme duygusu ile birlikte gittiği için şiddetli bir öfke yaratır ve bu öfke bazan açığa da vurulabilir. Sözgelişi, bir kız kendisini okşatmak istemeyen kedisine çok öfkelenmiş ve onu duvara fırlatmıştır. Bu tip kimseler birisini beklemek zorunda kaldıkları zaman o kimsenin kendilerine önem vermediği için bu şekilde davrandığını -yani kendisi gibi birine karşı dakik olmak zorunu duymadığını- düşünürler; bu durum düşmanlık duygularının patlak vermesine yol açabilir ya da her türlü duygudan el çekmelerine, böylece daha birkaç dakika önce o kimseyle buluşmayı şiddetle istemiş oldukları halde soğuk ve kayıtsız bir tavır takınmalarına neden olabilir.

İstenmemiş olma duygusu ile öfke duygusu arasındaki bağlantı çoğu zaman bilinçdışı alanda kalır. İstenmeme duygusu o derece hafif olabilir ki bu yüzden bilinç alanına girmeyebilir. Böylece bir insan, nedenini en ufak bir şekilde fark etmeksizin öfkelenebilir, hınç duyabilir, öç alma duygusuna kapılabilir, kendini yorgun ya da ruhça çökmüş hissedebilir; başı ağrıyabilir. Ayrıca, düşmanlık duygusu yalnızca istenmeme ya da istenmediğini sanma gibi bir durum karşısında değil, böyle bir durumla karşılaşabileceğini hissettiği zaman da ortaya çıkabilir: Bir kimse geri çevrileceğini sandığı bir istekte bulunurken öfkelenebilir; sevdiği kıza çiçek göndermekten vazgeçebilir, çünkü kızın bu armağanın altında başka amaçların bulunduğunu düşündüğünü sanır. Aynı nedenle herhangi bir olumlu duygusunu açığa vurmaktan -birisinden hoşlandığını, ona değer verdiğini, ona karşı minnet duyduğunu belli etmekten- son derece ürkebilir, bu yüzden kendisi de, başkaları da onu olduğundan daha soğuk, daha sert bir kimse sanabilirler. Ya da kadınları küçük görebilir, böylece onlar tarafından istenmeyeceğini sezmiş olmanın öcünü almak isteyebilir.

İstenmeme korkusu şiddetli bir hal aldığı zaman, bir insan herhangi bir geri çevrilme olasılığının ortaya çıkabileceği her türlü durumdan kaçma eğilimini gösterir. Bu

kaçma sigara satın alırken kibrit isteyememekten tutun da, herhangi bir işe girme isteğinde bulunamamaya kadar varır. Olumsuz bir cevap ile karşılaşabileceklerinden ürken kimseler, geri çevrilmeyeceklerinden kesinlikle emin olmadıkça, hoşlandıkları bir kadına ya da erkeğe herhangi bir öneride bulunma cesaretini gösteremezler. Bu tipten olan erkekler genellikle bir genç kızı dansa kaldırmağa çekinirler, çünkü genç kızın yalnızca nezaket kuralları gereğince dansa kalkmayı kabul etmiş olabileceğinden korkarlar. Bu konuda kadınların daha elverişli bir durumda olduğunu, çünkü önerinin onlar tarafından yapılması gerekmediğini düşünürler.

Başka bir deyişle, istenmeme korkusu «sıkılganlık» kategorisine giren birtakım şiddetli inhibition'lara yol açabilir. Sıkılganlık, bir insanı geri çevrilme tehlikesiyle karşılaşmaktan koruyan bir savunma mekanizması olarak rol oynamaktadır. Sevilmeyen bir insan olduğu kanısı da aynı cinsten bir savunma aracı olarak kullanılmaktadır. Bu gibi insanlar kendi kendilerine sanki şöyle der gibidirler: «İnsanlar nasılsa beni sevmediklerine göre, bir köşeye çekilmem ve herhangi bir geri çevrilme tehlikesine karşı kendimi korumam daha iyi olur.» Böylece, istenmeme korkusu sevilme isteğine büyük bir engeldir, çünkü bir insanın ilgi ve dikkat görme isteğinin başkaları tarafından hissedilmesine ve bilinmesine engel olacak şekilde davranmasına yol açar. Ayrıca, istenmeme duygusunun yarattığı düşmanlık duygusu, endişeyi her an harekete geçmeğe hazır bir halde tutma, hatta artırma konusunda büyük bir rol oynar. Düşmanlık duygusu, içinden çıkılması güç olan bir «kısır-döngü» yaratmada önemli bir etkendir.

Sevilmek için duyulan nevrotik ihtiyacın sonucu olarak ortaya çıkan bu kısır-döngü, ana çizgileri ile şu şekilde özetlenebilir: Endişe; yalnızca kendisinin sevilmesi ve kayıtsız şartsız sevilmesi konusundaki istekleri de kapsayan aşırı bir sevgi ihtiyacı; bu isteklerin yerine ge-

tirilmemesi halinde ortaya çıkan bir istenmeme duygusu; istenmemeye ya da geri çevrilmeye karşı gösterilen bir tepki olarak şiddetli bir düşmanlık duygusu; sevgiyi yitirme korkusu yüzünden düşmanlık duygusunu baskı altına alma ihtiyacı; yaygın bir öfkeden ileri gelen gerginlik; endişenin artması; güvenlik ihtiyacının artması. Böylece, endişeden korunmak için başvurulan yollar, yeni düşmanlık duygularına ve yeni bir endişeye yol açmaktadır.

Bir kısır-döngünün ortaya çıkması yalnızca burada tartıştığımız sorun için tipik olan bir olay değildir; genellikle nevrozlarda karşımıza çıkan en önemli süreçlerden biridir. Herhangi bir savunma mekanizması, bir yandan güvenlik sağlamakla birlikte, bir yandan da yeni bir endişe yaratabilmektedir. Bir insan endişesini gidermek için içki içebilir, sonra da içkinin kendisi için zararlı olabileceğinden korkabilir. Endişesini giderebilmek için cinsel yönden kendi kendini tatmine başvurabilir, sonra da bunun kendisini hasta edebileceğinden korkabilir. Endişesinden kurtulabilmek için herhangi bir tedaviye girişebilir, ama çok geçmeden bu tedavinin kendisine bir zararı olacak diye kaygılanmağa başlayabilir. Kısır-döngülerin ortaya çıkması, dış şartlarda herhangi bir değişiklik olmasa bile şiddetli nevrozların niçin kötüye doğru gitmeğe mahkûm olduğunu açıklayabilecek temel nedendir. Kısır-döngüleri, yol açtıkları bütün sonuçlarla birlikte ışığa çıkarmak psikanalizin önemli görevlerinden biridir. Nevrotik kişinin kendisi bu kısır-döngülerin farkında değildir; o ancak umutsuz bir durum içerisine kıstırılmış olduğunu fark edebilmektedir. Bu kıstırılmış olma duygusu, içinden çıkamıyacağı karışıklıklara karşı göstermiş olduğu bir tepkidir ve kendisini bu durumdan kurtarabilecekmiş gibi görünen her yol onu yeni tehlikelere doğru itmektedir.

Şimdi şöyle bir soru ortaya çıkmaktadır: Her türlü iç engele ve güçlüğe rağmen, nevrotik bir insanın her ne pahasına olursa olsun elde etmek istediği sevgiye ulaşmasını sağlayacak yollar nelerdir? Gerçekte, çözülmesi

gereken iki sorun vardır: Birincisi, şiddetle ihtiyaç duyulan sevgiye nasıl ulaşmalı? İkincisi, böyle bir sevgiye ulaşma isteğini gerek kendine, gerekse başkalarına nasıl haklı göstermeli? Sevgiye ulaşabilmek için mümkün olan yolları şu şekilde sıralayabiliriz: Rüşvet vermeye benzetilebilecek bir sevgi gösterme; kendine acındırma; hak ve adalet duygusuna başvurma; ve son olarak da tehdit etme. Böyle bir sınıflama, hiç şüphesiz, psikolojik etkenlerin bu şekilde ard arda sıralandığı başka sınıflamalarda olduğu gibi, kesin bir ayrıma değil, yalnızca genel eğilimlere işaret etmektedir. Bu çeşitli yollardan birinin ötekini dışta bırakması da gerekmez. Duruma, karakter yapısına ve düşmanlık duygusunun derecesine göre birçoğu aynı zamanda kullanılabilir ya da sırasıyla önce birine, sonra ötekine başvurulabilir. Gerçekte, sevgiye ulaşmak için başvurulan bu dört yolun ard arda geliş sırası, düşmanlık duygusunun artış derecesi ile belirlenmiştir.

Nevrotik bir insan rüşvet vermeye benzeyen bir sevgi göstererek kendini sevdirmeğe çalıştığı zaman dayandığı temel ilke şudur: «Sizi çok seviyorum; buna karşılık sizin de beni sevmeniz ve her şeyi benim sevgim için feda etmeniz gerekir.» Bizim kültürümüzde bu yola erkeklerden çok kadınların başvurmuş olması, kadınların içerisinde yaşadıkları şartların sonucudur. Yüzyıllar boyunca sevgi yalnızca kadınların hayat sahası olmakla kalmamış, aynı zamanda istemiş oldukları şeyiere ulaşabilmelerini sağlayacak biricik ya da başlıca yol olarak rol oynamıştır. Erkekler, «bir şey olmak» istiyorlarsa eğer, hayatta başarı kazanmak zorunda oldukları gibi bir kanı ile yetiştikleri halde, kadınlar sevgi ile, yalnızca sevgi ile mutluluğa, güvenliğe ve saygınlığa ulaşabileceklerini anlamışlardır. Kültürel durumlardaki bu fark, erkeğin ve kadının ruhsal gelişmesi üzerinde önemli bir etkide bulunmuştur. Burada bu etki üzerinde tartışmak yersiz olacaktır; şu var ki, nevrotik durumlarda kadınların ulaşmak istedikleri gayeye götürecek bir yol olarak sevgiye erkeklerden daha sık başvurmaları bunun sonuçlarından biri-

dir. Burada aynı zamanda kendisinin öteki kişiyi sevdiğine emin olma gibi sübjektif bir kanı da, birtakım isteklerde bulunmayı haklı gösterecek bir etken olarak rol oynamaktadır.

Bu tipten olan kimseler sevgi ilişkilerinde acı veren bir bağımlılığa düşme tehlikesi ile özellikle karşı karşıyadırlar. Sözgelişi, nevrotik bir sevgi ihtiyacı duyan bir kadının, aynı tipten olmakla birlikte, ona yaklaşır yaklaşmaz hemen kendini çeken bir erkeğe bağlandığını düşünelim. Kadın böyle bir istenmeme ve geri çevrilmeye karşı şiddetli bir düşmanlık duygusu ile tepkide bulunacak, ama erkeği yitirmekten korktuğu için bu duygusunu baskı altına alacaktır. Kadın kendisini geri çekmeğe kalkacak olursa, erkek yeniden onun sevgisini kazanmağa çalışacaktır. Bu durumda kadın yalnızca düşmanlık duygusunu baskı altına almakla kalmayacak, aynı zamanda bu duyguyu büyük bir bağlılık maskesi altında gizleyecektir. Ama tekrar geri çevrilecek ve eninde sonunda tekrar daha fazla bir sevgi ile tepkide bulunacaktır. Böylece, yavaş yavaş, dizginlenmesi mümkün olmayan bir «büyük aşk» a tutulduğuna inanacaktır.

Bir çeşit rüşvet olarak görülebilecek başka bir yol, bir insana anlayış göstermek, manevi ya da mesleki gelişmesine yardım etmek, karşılaştığı güçlüklerin içinden çıkabilmesine yardımcı olmak, vb. yollarla kendini sevdirmeğe çalışmaktır. Bu hem kadınların, hem de erkeklerin başvurduğu bir yoldur.

Sevgiye ulaşmanın ikinci yolu kendine acındırmaktır. Nevrotik bir insan başkalarının dikkatini kendi acılarına ve çaresizliğine çekmeğe çalışmaktadır. Buradaki temel ilke de şudur: «Acı çektiğim ve çaresiz bir durumda bulunduğum için beni sevmek zorundasınız.» Acı çekmek, aynı zamanda, aşırı isteklerde bulunmayı haklı gösterecek bir araç olarak da kullanılmaktadır.

Böyle bir istek bazan oldukça açık bir şekilde dile getirilebilir. Bir hasta, kendisinin herkesten daha hasta olduğunu söyleyerek, psikanalistin ona öteki hastaların-

dan daha çok ilgi ve dikkat göstermesi gerektiğini öne sürebilir. Sağlığı daha iyi imiş gibi görünen öteki hastaları küçümseyebilir. Aynı yola başvurmada kendisinden daha başarılı olan kimselere ise fena halde içerleyebilir.

Kendine acındırmada az çok bir düşmanlık duygusu işe karışmış olabilir. Nevrotik bir insan yalnızca iyi kalpliliğimize başvurabilir, ya da kendini içler acısı bir duruma düşürmek gibi daha köklü yollarla bizi ona yardım etmek zorunda bırakabilir. Sosyal ve tıbbi hizmet alanlarında nevrotiklerle uğraşmak zorunda kalan herkes bu stratejinin önemini bilir. Ruh halini objektif olarak açıklayan bir nevrotikle, şikâyetlerini dramatik bir biçimde açığa vurarak kendine acındırmağa çalışan bir nevrotik arasında büyük bir fark vardır. Aynı eğilimleri, aynı şekilde, her yaştan çocuklarda da görebiliriz: Çocuk ya bazı şikâyetlerinden ötürü avutulmasını isteyebilir, ya da bilinçdışı olarak kendini çiş edememe, yemek yiyememe gibi ana-babayı fena halde ürküten bir duruma sokarak ilgi ve dikkati zorla kendi üzerine çekmeğe çalışabilir.

Kendine acındırmak gibi bir yola başvurmak, istenen sevgiye başka türlü ulaşılamıyacağına kesinlikle inanmış olmayı gerektirir. Böyle bir inanç, genellikle sevgiye inanmama şeklinde rasyonelleştirilebilir; ya da herhangi bir özel durumda istenen sevgiye başka türlü ulaşılamıyacağına inanma şeklini alabilir.

Sevgiye ulaşmanın üçüncü yolunda -hak ve adalet duygusuna başvurmada- ise temel ilke şudur: «Ben sizin için şunu şunu yaptım; siz benim için ne yapacaksınız?» Bizim kültürümüzdeki anneler, çoğu zaman, çocukları için varını yoğunu feda ettiklerini öne sürerek büyük bir bağlılığa hak kazandıklarını kanıtlamağa çalışırlar. Aşk ilişkilerinde ötekinin isteklerine boyun eğmek, birtakım haklar iddia etmek için temel bir neden olarak görülür. Bu tipten olan kimseler çoğu zaman başkaları için bir şeyler yapmağa çok fazla hazırdırlar; çünkü bunun karşılığında istemiş oldukları her şeye ulaşabileceklerini gizli gizli umut etmekte ve başkaları aynı şekilde kendileri için bir

şeyler yapmağa istekli olmadığı zaman büyük bir hayal kırıklığına uğramaktadırlar. Burada, bilinçli olarak hesaplı hareket eden kimseleri değil, başkalarından birtakım şeyler beklediklerini hiçbir şekilde fark etmeyen insanları kastediyorum. Başkalarına bir şeyler vermek zorunu duymalarını, daha yerinde bir deyimle her kapıyı açan «sihirli bir işlem» olarak nitelemek mümkündür. Başkalarının kendilerine ne şekilde davranmasını istiyorlarsa, kendileri de onlara aynı şekilde davranmaktadırlar. Yaptıkları şeylerin karşılığında gerçekten bir şeyler beklemiş olduklarını gösteren şey, son derece acı bir hayal kırıklığına uğramalarıdır. Bazan kafalarında tıpkı bir muhasebeci gibi hesap tutarlar; bütün bir gece uykusuz kalmak gibi çoğu zaman hiçbir yararı olmayan fedakârlıklarda bulundukları için kendilerine «büyük bir kredi açtıkları» halde, başkalarının onlar için yapmış oldukları şeyleri küçümsemek, hatta hiç fark etmemek eğilimini gösterirler; böylece gerçek durumu o derece değiştirirler ki, özel bir ilgi ve dikkat görmek istemekte haklı olduklarını sanırlar. Böyle bir tavrın nevrotik kişinin kendisi üzerinde de bazı etkileri olmaktadır; çünkü birtakım yükümlülükler altına girmekten son derece ürkmüş olabilir. İçgüdüsü ile başkalarını hep kendisiyle karşılaştırarak değerlendirdiği için, onlardan gelecek herhangi bir yardımı kabul edecek olursa, başkalarının kendisini sömüreceğinden korkmaktadır.

Hak ve adalet duygusuna başvurma, «Eğer fırsat çıkmış olsaydı, başkaları için neler yapardım!» gibi bir düşünceden de ileri gelmiş olabilir. Ötekinin yerinde olsaydı nasıl sevebileceğini ve kendini nasıl feda edebileceğini kanıtlamağa çalışacak ve başkalarından kendi yapabileceğinden fazlasını istemediğine inandığı için isteklerinde haklı olduğunu düşünecektir. Gerçekte, kendini bu şekilde haklı görmenin psikolojisi nevrotik kişinin sandığından çok daha karmaşıktır. Kendi niteliklerinden çizdiği bu tablo, genellikle, başkalarından beklemiş olduğu davranışları bilinçdışı olarak kendi davranışları imiş gibi

görmüş olmasını ifade eder. Bununla birlikte, buna tam anlamı ile bir yanılgı da denemez; çünkü kendini göstermekten yoksun olması, kendini güçsüz ve zavallı bir yaratık olarak görmesi ve nasıl başkalarının kendisini hoş görmesini istiyorsa aynı şekilde kendisinin de başkalarına hoşgörü ile davranması gibi kaynaklardan ileri gelen bazı fedakârlık eğilimlerine gerçekten sahiptir.

Hak ve adalet duygusuna başvurmada işe karışabilen düşmanlık duygusu, nevrotik kişinin, kendisine yapıldığını iddia ettiği bir hakaretin onarılması için bulunduğu isteklerde çok açık bir şekilde görülmektedir. Burada dayanılan temel ilke şudur: «Bana acı çektirdiniz, beni incittiniz: bu yüzden bana yardım etmek, ilgi ve dikkat göstermek, destek olmak zorundasınız.» Bu strateji «traumatic» nevrozlarda * kullanılan sratejiye benzemektedir. Traumatic nevrozlar konusunda herhangi bir deneyim yok; ama traumatic bir nevroz geçirmekte olan kimseler acaba bu kategoriye girmezler mi ve kendi sıkıntılı durumlarını her fırsatta öne sürebilecekleri isteklerini haklı gösterecek bir temel olarak kullanmazlar mı, gibi bir soru geliyor aklıma.

Nevrotik bir insanın kendi isteklerini haklı gösterebilmek için başkalarında nasıl bir suçluluk ve yükümlülük duygusu uyandırabileceğini birkaç örnekle göstermek istiyorum. Bir kadın, kocasının sadakatsizliğine tepki olarak hastalanmıştır. Kocasına herhangi bir suçlamada bulunmamış, belki de kocasını suçladığını bilinçli olarak fark etmemiştir; ama hastalığı üstü kapalı bir şekilde yapılan şiddetli bir suçlamadan başka bir şey değildir; kocasında suçluluk duyguları uyandırmak ve kocasının

---

(*) «Trauma», organizma üzerinde ya da ruhsal fonksiyonlar üzerinde önemli bir zararlı etkide bulunan herhangi bir bedensel ya da ruhsal şoktur. Böyle bir şoktan ileri gelen nevrozlara ise «traumatic nevrozlar» denilir. (Çevirenin notu.)

bütün dikkatini kendi üzerine çekmek amacını gütmektedir.

Aynı tipten olan başka bir nevrotik kadın -saplantı ve histeri belirtileri gösteren bir kadın- bazan ev işlerinde kız kardeşlerine yardım etmek için ısrar ediyordu. Bir-iki gün sonra, kız kardeşlerinin bu yardımı kabul etmiş olmalarına bilinçdışı olarak fena halde içerliyor ve gittikçe artan birtakım şiddetli belirtiler göstererek yatağa düşüyordu; böylece kız kardeşlerini kendisinden yardım istemeksizin evi çekip çevirmek zorunda bırakmakla kalmıyor, aynı zamanda onlara, kendisine daha çok ilgi ve dikkat göstermek gibi fazladan bir yük de yüklemiş oluyordu. Bu kadının sağlığının bozulması da, yine başkalarını suçlamayı dile getirmektedir ve başkalarının bu durumu gidermelerini isteme gibi bir tavra yol açmaktadır. Aynı kadın, kız kardeşlerinden biri bir gün kendisinin bir kusurunu söylediği zaman düşüp bayılmış, bu şekilde buna ne kadar içerlemiş olduğunu açığa vurmuş ve ister istemez kendisine iyi davranılmasını sağlamıştır.

Hastalarımdan biri, psikanalizin belli bir safhasında gittikçe kötüleşmeğe başlamış ve kendini şöyle bir tuhaf düşünceye kaptırmıştı: Psikanaliz süreci onu sonunda bir enkaz yığını haline getirecek, varını yoğunu tüketecek, böylece ben de gelecekte onun her türlü bakımını ve sorumluluğunu yüklenmek zorunda kalacağım. Bu gibi tepkiler her çeşit tıbbi tedavide sık sık karşımıza çıkmakta ve çoğu zaman doktora açıktan açığa yapılan tehditlerle birlikte gitmektedir. Daha hafif vakalarda, şu gibi durumlara sık sık rastlanmaktadır: Psikanalist tatile çıktığı zaman hastanın durumu göze çarpacak şekilde kötüleşmektedir; kendi durumunun kötüye gitmesinden açıkça ya da üstü kapalı bir şekilde psikanalisti sorumlu tutmakta, bu yüzden onun kendisine dikkat ve ilgi göstermek zorunda olduğunu öne sürmektedir. Bu gibi örnekler hayattaki yaşantılarımızda da sık sık karşımıza çıkar.

Bu örneklerden anlaşılacağı üzere, bu çeşit nevrotik

kimseler, çekmiş oldukları acının -hatta şiddetli bir acının- bedelini ödemeğe istekli olabilirler; çünkü böylece, farkında olmaksızın, başkalarını suçlayabilmekte, başkalarından bir şeyler isteyebilmekte ve kendilerinin haklı olduğu duygusunu sürdürebilmektedirler.

Bir insan istemiş olduğu sevgiye tehdit yolu ile ulaşmağa çalıştığı zaman ya kendine ya da karşısındaki kimseye herhangi bir zarar vereceği yollu bir tehdit savurabilir. Çılgınca bir tehditte bulunabilir: Ünlü bir kişiyi mahvetmek, kendine ya da birine karşı şiddet kullanmak gibi... İntihar tehdidi, hatta intihar girişimi bunun sık sık rastlanan bir örneğidir. Hastalarımdan biri her iki kocasını da birbiri ardınca böyle bir tehditle elde etmiştir. Birincisinin kendisinden el çekmek üzere bulunduğunu anlar anlamaz, şehrin kalabalık ve göze çarpan bir yerinde kendisini ırmağa atmıştır; ikinci erkek de kendisiyle evlenmeğe istekli görünmediği zaman, birisinin gelip kendisini kurtaracağına emin olduğu bir sırada havagazını açmıştır. Niyeti, o olmadan yaşayamıyacağını kanıtlamaktı.

Nevrotik bir insan, tehditleri sayesinde isteklerine ulaşabilmeyi umut ettiği için, böyle bir amaca erişme umudu devam ettiği sürece tehditlerini yerine getirmeyecektir. Umudunu yitirdiği zaman ise, umutsuzluğun ve öç alma duygularının yarattığı gerginlik içerisinde, tehditlerini gerçekleştirmesi mümkündür.

IX. BÖLÜM

SEVİLMEK İÇİN DUYULAN NEVROTİK İHTİYAÇTA CİNSELLİĞİN ROLÜ

Sevilmek için duyulan nevrotik ihtiyaç, çoğu zaman çılgınca bir cinsel aşk ya da cinsel tatmin için duyulan doymak bilmez bir açlık şeklini alabilir. Durum böyle olunca, bütün bu nevrotik sevgi ihtiyacının cinsel hayattaki tatminsizlikten mi ileri geldiği; sevilmek için, başkaları ile ilişki kurmak için, beğenilmek ve destek görmek için duyulan bu şiddetli isteğin, güvenlik için duyulan ihtiyaçtan çok, libido'nun tatminsizliğine mi bağlanabileceği gibi bir soru ortaya atmak gerekecektir.

Freud, konuyu bu şekilde ele almıştır. Birçok nevrotik kimselerin başkalarına bağlanma kaygısı duyduklarını ve onlara sımsıkı sarılma eğilimini gösterdiklerini görmüştür; ve bu tavrı tatmin edilmemiş bir libido'nun sonucu olarak nitelemiştir. Ne var ki böyle bir anlayış bazı öncüllere dayanmaktadır. Aslında cinsel olmayan bütün bu görünüşlerin -kendisine yol gösterilmesini istemek; başkaları tarafından beğenilmek ve destek görmek isteği gibi- incelmiş ve yüceltilmiş (sublimated) cinsel ihtiyaçları dile getirdiğini önceden kabul etmeyi gerektirmektedir. Ayrıca «sevgi» dediğimiz şeyin de durdurulmuş (inhibited) ve yüceltilmiş cinsel itkilerden başka bir şey olmadığını da kabul etmiş olmayı gerektirmektedir.

Bu gibi varsayımların doğru olduğu kanıtlanmamıştır. Sevgi duygusu ile cinsellik arasındaki bağlantılar bazan

sandığımız kadar sıkı değildir. Antropologlar ve tarihçiler bize «bireysel aşk» ın kültürel gelişmenin ürünü olduğunu söylemektedirler. Briffault[1], cinselliğin şefkatten çok zalimliğe yakın olduğunu öne sürmektedir; ne var ki onun söylemiş olduğu şeyler de pek ikna edici değildir. Bununla birlikte, bizim kültürümüz içerisindeki gözlemlerden, cinselliğin sevgi ve şefkat olmaksızın da var olabileceğini, sevgi ve şefkatin ise, aynı şekilde, cinsel duygulardan ayrı olarak karşımıza çıkabileceğini öğrenmiş bulunuyoruz. Sözgelişi, anne ile çocuk arasındaki sevginin cinsel bir nitelik taşıdığı konusunda herhangi bir kanıt yoktur. Gördüğümüz şey, yalnızca cinsel unsurların da işe karışmış olabileceğidir (ve bu da Freud'un buluşudur). Sevgi ile cinsellik arasında birçok bağlantılar olduğunu gözleyebiliriz: Sevgi, cinsel duyguların habercisi olabilir; bir insan yalnızca sevgi duyduğunu fark ettiği halde cinsel isteklere de sahip olabilir; cinsel istekler, sevgi duygularını güçlendirebilir ya da sevgiye dönüşebilir. Sevgi ile cinsellik arasındaki bu gidiş-gelişler ve dönüşümler, her ikisi arasında sıkı bir ilişki olduğunu göstermekle birlikte, daha ihtiyatlı olmak ve iç içe geçebilen, birbirine dönüşebilen ve birbirinin yerini alabilen iki ayrı duygunun var olduğunu kabul etmek daha doğru olacaktır.

Ayrıca, eğer Freud'un tatmin edilmemiş bir libido'nun sevgi ihtiyacını harekete geçiren bir güç olarak rol oynadığı şeklindeki varsayımını kabul edecek olursak, cinsel hayatı fizik yönden adamakıllı tatmin edici olan kimselerde, yukarıda söz konusu edilmiş olan bütün karmaşık sonuçları ile birlikte -sahip çıkma ya da kimseyle paylaşmak istememe, kayıtsız şartsız sevilme, istenmediğini hissetme, vb.- nasıl olup da aynı şiddetli sevgi ihtiyacı ile karşılaştığımızı anlamak güçtür. Bununla birlikte, bu gibi durumların varlığından şüphe edemiyeceğimize göre, bu durumlarda tatmin edilmemiş bir libido'nun olayı açıklayamıyacağını, dolayısıyla böyle bir olaya yol açan ne-

(1) Robert Briffault, **The Mothers** (London-New York: 1927).

denlerin cinsel alanın dışında kaldığını kabul etmek kaçınılmaz bir sonuç olarak görünmektedir[2].

Son olarak, sevilmek için duyulan nevrotik ihtiyaç, cinsel bir olaydan başka bir şey olmasaydı, sevdiği insanı kimseyle paylaşmak istememe, kayıtsız şartsız sevilmek isteme, istenmediğini ya da bir yana itildiğini hissetme gibi çeşitli sorunları anlayamazdık. Bu çeşitli sorunların kabul edildiği ve ayrıntılı bir şekilde tanımlandığı doğrudur: Kıskançlık, kardeşler-arası şiddetli yarışmaya ve Oedipus kompleksine bağlanmaktadır; kayıtsız şartsız sevgi «oral eroticism» ile, sahip çıkma ve sevdiği insanı kimseyle paylaşmak istememe ise «anal eroticism» ile açıklanmaktadır*. Ama gerçekte, daha önceki bölümlerde söz konusu edilmiş olan bütün tavırların ve tepkilerin birbiriyle ilişkili oldukları, daha doğrusu bütün bir yapıyı oluşturan parçalardan başka bir şey olmadıkları gözden kaçmıştır. Endişenin, sevilmek için duyulan ihtiyacın arkasındaki dinamik güç olduğunu kabul etmedikçe, bu ihtiyacı artıran ya da azaltan şartların ne olduğunu kavrıyamayız.

Freud'un ustaca bir buluşu olan serbest çağrışım yöntemi ile, analiz sırasında, endişe ile sevgi ihtiyacı arasındaki ilişkiyi -özellikle hastanın sevgi ihtiyacındaki alçalışlara ve yükselişlere dikkat ederek- tam olarak gözleyebiliriz. İşbirliğine dayanan yaratıcı bir çalışma döne-

---

(2) Belirli duygusal bozuklukların tam bir cinsel tatmine ulaşma yeteneği ile birlikte var olduğu bu gibi durumlar bazı psikanalistleri hep şaşırtmıştır: ama bu gibi durumların libido kuramına uymamaları, var olmalarına engel değildir.

(*) «Oral eroticism», psikanalizde, meme emmenin cinsel gelişmedeki ilk pregenital safha olduğunu belirtmek için kullanılan bir deyimdir. «Anal eroticism» deyimi ise, cinsel ilginin anal bölgede toplanmasının cinsel gelişmenin pregenital safhalarından biri olduğunu ifade etmektedir. (Çevirenin notu.)

minden sonra hasta birdenbire davranışını değiştirebilir ve psikanalistin kendisine daha çok zaman ayırmasını isteyebilir; kendisine dostluk göstermesini şiddetle isteyebilir, ona körü körüne hayranlık duyabilir; aşırı bir kıskançlık gösterebilir, onu kimse ile paylaşmak istemeyebilir, onun için «yalnızca bir hasta» dan başka bir şey olmadığına üzülebilir. Bütün bunlarla birlikte endişesinde de bir artma olur ve bu artış ya rüyalarından izlenebilir, ya da bir yana itildiğini hissetmiş olmasından; ya da ishal olma, sık sık çiş etme gibi fizik belirtilerden anlaşılabilir. Hasta endişeli olduğunu ve psikanaliste sımsıkı bağlanmasının temelinde endişesinin bulunduğunu fark etmez. Eğer psikanalist, aradaki bağlantıyı görürse ve bunu hastaya da gösterirse, her ikisi de birdenbire ortaya çıkan bu çılgınca sevgiden önce hastanın endişesini harekete getiren bazı sorunlara dokunulmuş olduğunu göreceklerdir: Hasta, psikanalistin yaptığı bir yorumlamayı haksız bir suçlama ya da küçük görülme olarak hissetmiştir, vb.

Tepkiler şu şekilde birbirini izler: Bir sorun ortaya çıkar, bu sorun üzerindeki tartışmalar psikanaliste karşı şiddetli bir düşmanlık duygusu yaratır; hasta, psikanaliste kin duymağa başlar, onun ölümünü hayal eder; bu düşmanlık duygularını çarçabuk baskı altına alır, ürkmüş bir hale gelir ve güvenlik ihtiyacı ile psikanaliste şiddetle bağlanır; bu tepkiler ışığa çıkarıldığı zaman, düşmanlık duygusu, endişe ve bunlarla birlikte artmış olan sevgi ihtiyacı da geri plana çekilir. Sevilmek için duyulan ihtiyacın artmış olması her zaman endişenin sonucu olarak ortaya çıktığı için, bu artan ihtiyacı belli bir endişenin yüzeye çıkmasının ve güvenliğe ulaşma ihtiyacının şaşmaz bir tehlike çanı olarak görebiliriz. Bütün bu söylenenler yalnızca psikanaliz sırasında karşımıza çıkmış değildir. Aynı tepkilere aynı şekilde kişisel ilişkilerde de rastlanabilir: Evlilik ilişkilerinde, bir erkek bir iç zorlama ile karısına şiddetle bağlanabilir, onu kıskanabilir, kimse ile paylaşmak istemeyebilir, idealleştirebilir ve ona

hayran olabilir, ama aynı zamanda ta içinden ondan nefret edebilir ve korkabilir.

Aşırı bir bağlılığın «aşırı bir telafi mekanizması» olarak gizli bir nefrete dayandığı söylenebilir: Ancak bu terimin yalnızca kabataslak bir fikir verdiğini ve sürecin dinamik niteliğini açıklamadığını gözden kaçırmamak gerekir.

Yukarıda söz konusu edilen bütün bu nedenlerden ötürü, sevilmek için duyulan ihtiyacın cinsel etkenlerle açıklanmasını kabul etmediğimize göre, şöyle bir soru ortaya çıkmaktadır: Nevrotik sevgi ihtiyacının bazan cinsel isteklerle birlikte gitmesi ya da tümüyle cinsel bir istek olarak görünmesi rastgele bir olaydan başka bir şey değil midir? Yoksa sevgi ihtiyacının cinsel bir ihtiyaç olarak duyulmasına ve açığa vurulmasına yol açan belirli şartlar mı vardır?

Sevilmek ihtiyacının cinsel bir görünüşe bürünmesi, bir dereceye kadar, dış şartların buna elverişli olup olmamasına bağlıdır. Bir dereceye kadar da kültür, canlılık ve cinsel eğilimlerdeki farklara bağlıdır. Son olarak, ilgili kimsenin cinsel hayatının tatmin edici olup olmamasına da bağlıdır; çünkü cinsel hayatı tatmin edici olmayan bir insanın cinsel bir tepki göstermesi olasılığı, cinsel yönden tatmin olan bir insana göre daha çoktur.

Bütün bu etkenler, apaçık olmalarına ve ilgili kimsenin tepkileri üzerinde belirli bir etkide bulunmalarına rağmen, yine de bireyler arasındaki temel farkları yeterince açıklayamazlar. Nevrotik bir sevgi ihtiyacı duyan birçok kimselerde bu tepkiler insandan insana değişir. Böylece, bir yanda başkaları ile olan ilişkileri hemen, sanki içten gelen bir zorlama ile, az çok şiddetli bir cinsel renge bürünen insanlar vardır; öbür yanda cinsel yönden uyarılma yetenekleri ya da cinsel faaliyetleri normal bir duygu ve davranışın sınırlarını aşmayan birtakım insanlarla karşılaşırız.

Birinci grupta bulunan erkekler ve kadınlar, bir cinsel

ilişkiden bir başkasına atlayıp dururlar. Bu tip insanların tepkilerinin daha yakından incelenmesi, bu gibi kimselerin kendilerini güvensiz, çaresiz ve savunmasız bir durumda hissettiklerini ve böyle bir ilişkiden yoksun oldukları zaman ya da en kısa zamanda böyle bir ilişki kurmak fırsatını bulamadıkları zaman ne yapacaklarını bilemediklerini göstermektedir. Daha çok inhibition'ları olmakla birlikte yine aynı gruba giren birtakım erkekler ve kadınlar da, gerçekte başkaları ile pek az ilişki kurmuş oldukları halde, özel bir ilgi duydukları kimseler söz konusu olsun ya da olmasın, hep kendileriyle başkaları arasında bir cinsel aşk havası yaratırlar. Son olarak, yine cinsel yönden daha çok inhibition'ları olmakla birlikte, bu kategoriye giren üçüncü bir grupta bulunan insanlar cinsel yönden çabucak uyarılırlar ve karşılarına çıkan her kadına ya da erkeğe cinsel bir ilişki kurabilecekleri bir eş gözü ile bakarlar. Bu sonuncu alt grupta cinsel yönden zorlu bir kendi kendini tatmin cinsel ilişkilerin yerini alabilir, ama her zaman böyle olması şart değildir.

Ulaşılan fizik tatminin derecesi bakımından bu grup içerisinde çeşitli farklılıklar çıkar karşımıza. Grubun ortak özelliği, cinsel ihtiyaçların zorlayıcı niteliği bir yana bırakılacak olursa, eş seçmede hiçbir ayrım yapılmamış olmasıdır. Bu grup da, daha önce genellikle üzerinde durduğumuz nevrotik sevgi ihtiyacı duyan grupta karşımıza çıkan aynı ayırt edici niteliklerle belirlenmiştir. Ayrıca, bir yandan gerçek ya da hayal ürünü cinsel ilişkilere hazır oldukları halde, öte yandan başkaları ile olan duygusal ilişkilerinin adamakıllı bozuk olması gibi bir özellikleri daha vardır; bu bozukluk temel bir endişe ile harekete geçen ortalama bir insanınkinden daha derindir. Bu gibi kimseler yalnızca sevgiye inanmamakla kalmazlar, biri çıkıp da kendilerine sevgisini sunduğu zaman gerçekten tedirgin olurlar, ya da -erkekseler eğer- cinsel yönden güçsüz bir hale gelirler. Böyle bir tavrın kendilerini savunmak için başvurdukları bir mekanizma olduğunu fark etmiş olabilirler ya da eşlerini suçlama eğilimini göstere-

bilirler. Bu sonuncu durumda, sevebilecekleri bir kıza ya da erkeğe hiçbir zaman rastlamadıklarına inanırlar.

Cinsel ilişkiler onlar için yalnızca özel cinsel gerginliklerini giderebilecekleri bir araç değil, aynı zamanda insanlarla ilişki kurmayı sağlayacak biricik yoldur. Bir insan herhangi bir şekilde sevilmesinin gerçekten imkânsız olduğu şeklinde kesin bir kanı edinmişse, bedensel yakınlık duygusal ilişkilerin yerini tutacak bir araç olarak rol oynayabilir. Bu durumda cinsel ilişkiler başkaları ile ilişki kurmayı sağlayan biricik köprü değilse bile temel köprüdür; bu yüzden aşırı bir önem taşımaktadır.

Bazı insanlarda eş seçmede ayrım yapmama, cinsel ilişki kurabilecekleri kimselerin cinsini hesaba katmama şeklinde ortaya çıkar; bu gibi kimseler her iki cinsten olan insanlarla da etkin (aktif) bir ilişki kurmağa çalışacaklar, ya da ister kendi cinslerinden olsun, isterse karşı cinsten olsun herhangi bir kimsenin cinsel isteklerine edilgen (pasif) bir şekilde boyun eğeceklerdir. Birinci tipten olanlar bizi burada ilgilendirmemektedir; çünkü onlarda da cinsel ilişkiler başka insanlarla ilişki kurma gibi güçlükle ulaşabilecekleri bir amaca götürecek bir araç olarak rol oynamakla birlikte, temel etken sevgi ihtiyacı olmaktan çok, başkalarına söz geçirme, daha doğrusu onları kendine bağımlı kılma çabasıdır. Bu çaba o derece zorlayıcı bir nitelik alabilir ki, cins ayrımı bir dereceye kadar önemsiz olabilir. Bir erkeği ya da kadını cinsel yönden ya da başka bir yönden kendine bağımlı kılmak zorunlu olmaktadır. Ama ikinci grupta bulunanlar, yani her iki cinsten gelen cinsel isteklere boyun eğmeğe hazır olanlar, sonsuz bir sevgi ihtiyacı ile, özellikle başkasından gelen cinsel isteği geri çevirmek, kendisinden istenen haklı ya da haksız bir şeye karşı kendini savunmağa kalkmak yüzünden ötekini -yani ilişki kurabileceği kişiyi- elden kaçırmak korkusu ile hareket ederler. Öteki kişiyi yitirmek istemezler, çünkü onunla ilişki kurmağa şiddetle ihtiyaçları vardır.

Her iki cinsten olan kimselerle herhangi bir ayrım gözetmeksizin ilişki kurma olayını bir «iki-cinsellik» (bisexuality) * ile açıklamak bence hatalıdır. Bu gibi durumlarda, aynı cinsten olan kimseye gerçek bir eğilim gösterildiği konusunda herhangi bir belirti yoktur. Endişenin yerini, kendini gösterme ve başkalarına kabul ettirme gibi sağlam bir davranış aldığı zaman «eş-cinsellik» (homosexuality) eğilimleri hemen ortadan kalkmakta, aynı zamanda cinsler arasında hiçbir ayrım gözetmeme gibi bir durum da silinip gitmektedir.

Her iki cinsten olan kimselerle ilişki kurma ile ilgili tavırlar hakkında söylenmiş olan şeyler, eş-cinsellik sorununa da ışık tutabilir. Gerçekte, yukarıda söz konusu edilen «her iki cinsle de ilişki kurmak isteyen» tiple kesin olarak eş-cinsel olan tip arasında birçok ara-basamaklar vardır. Eş-cinsel tipin hayat hikâyesinde, karşı cinsten olan birinin cinsel bir eş olarak bir yana itilmiş olmasını açıklayan belirli etkenler işe karışmaktadır. Hiç şüphesiz eş-cinsellik sorunu tek bir görüş açısından açıklanamıyacak kadar karmaşıktır. Burada bu konu ile ilgili olarak yalnızca şunu söylemeyi yeterli buluyorum: «Her iki cinsle cinsel ilişki kurmak isteyen» grupta söz konusu edilmiş olan etkenlerin de işe karışmadığı bir eş-cinsele rastlamış değilim.

Son birkaç yıl içerisinde birçok psikanalitik yazarlar, cinsel uyarım ve tatminlerin endişeyi ve birikmiş olan ruhsal gerginlikleri giderme imkânını verecek bir boşalma aracı olarak rol oynaması nedeniyle, cinsel isteklerin artmış olabileceğine dikkati çekmişlerdir. Bu mekanist açıklama geçerli olabilir. Bununla birlikte, ben, endişenin harekete getirdiği bazı ruhsal süreçlerin cinsel ihtiyaçların artmasına yol açtığına ve bu ruhsal süreçleri ışığa çı-

(*) «Bisexuality» deyimi, her iki cinsin ayırt edici niteliklerine sahip olmak ya da her iki cinsten kimselere aynı şekilde cinsel ilgi duymak anlamına gelmektedir. (Çevirenin notu.)

karabileceğimize inanıyorum. Bu inancım, psikanalitik gözlemlere olduğu kadar, bu gibi hastaların cinsel alanın dışında kalan karakter özelliklerini belirten hayat hikâyelerinin incelenmesine de dayanmaktadır.

Bu tipten olan hastalar, başlangıçta psikanaliste çılgınca tutulabilirler ve aşklarına karşılık gösterilmesini şiddetle isteyebilirler. Ya da analiz sırasında büyük bir çekingenlik gösterebilirler ve psikanaliste karşı duydukları cinsel isteği başka birine aktarabilirler; o kimsenin psikanaliste benzeyen biri olması ya da rüyalarında psikanalistle o kimsenin birbiriyle özdeşleşmesi, onu psikanalistin yerine koymuş olduklarını göstermektedir. Son olarak, bu gibi hastaların psikanalistle cinsel ilişkide bulunma ihtiyaçları, yalnız rüyalarda ortaya çıkabilir ya da karşılıklı konuşma sırasında cinsel bir heyecan duyma şeklinde görülebilir. Hastalar çoğu zaman cinsel isteğin bu kesin belirtilerine son derece şaşmaktadırlar, çünkü ne psikanaliste bir yakınlık duymakta, ne de ondan hoşlanmaktadırlar. Gerçekte, psikanalistin cinsel çekiciliği bu konuda pek rol oynamamaktadır; öbür yandan, bu gibi hastaların cinsel tabiatları ötekilerinkinden daha ateşli ve kontrolsuz olmadığı gibi, endişeleri de öteki hastalarınkinden daha çok ya da daha az değildir. Ayırt edici nitelikleri, her türlü gerçek sevgiye hiçbir şekilde inanmamış olmalarıdır. Psikanalistin, birtakım ard düşüncelerle kendileriyle ilgilendiğini (eğer ilgileniyorsa) sanmaktadırlar. Gizliden gizliye onları hor gördüğüne, kendilerine yarardan çok, zararı dokunacağına inanmaktadırlar.

Nevrotik kimselerin aşırı derecede duyarlı olması yüzünden kin, öfke, kuşku gibi tepkilere her psikanaliz sürecinde rastlanır; ama cinsel ihtiyaçları özellikle şiddetli olan bu gibi hastalarda bu tepkiler sürekli ve kesin bir tavır olarak görünür. Bu tepkiler, psikanalistle hasta arasında sanki gizli bir aşılmaz duvar varmış gibi bir durum yaratır. Kendileriyle ilgili güç bir sorunla karşılaştıkları zaman ilk tepkileri psikanalizden vazgeçmek ve il-

giyi kesmektir. Psikanaliz sırasındaki tavırları, hayatları boyunca yapmış oldukları şeyin aynıdır. Aradaki fark yalnızca şudur: Psikanalizden önce kişisel ilişkilerinin ne derece karmaşık ve kaypak olduğunu fark etmekten kaçınabilmektedirler; kolayca cinsel bir ilgi duyabilmeleri durumu karıştırmakta, cinsel ilişkiler kurmaya hazır olmalarını, insanlarla olan ilişkilerinin genellikle iyi olduğu şeklinde yorumlamalarına yol açmaktadır.

Söz konusu ettiğim tavırlar hemen her zaman bir arada bulundukları için, bir hasta, psikanalizin başlangıcında psikanalistle ilgili cinsel istekler ve hayaller beslediği ya da rüyalar gördüğü zaman, kişisel ilişkilerinde çok derin bozukluklarla karşılaşmayı beklerim. Bütün gözlemler, bu konuda, psikanalistin erkek ya da kadın oluşunun bir dereceye kadar önemsiz bir rol oynadığını ortaya koymuştur. Birbiri ardınca bir erkek ve bir kadın psikanalist tarafından tedavi edilen hastalar, her ikisine de aynı tepkiyi gösterebilirler. Bu bakımdan, bu gibi durumlarda, rüyalar ya da başka şekiller altında ortaya çıkan eş-cinsel isteklerle karşılaştığımız zaman, görünüşe aldanmak büyük bir hata olacaktır.

Böylece, nasıl «parlayan her şey altın değilse», cinsel bir özellik taşırmış gibi görünen her şey de cinsel değildir. Cinselmiş gibi görünen şey, büyük ölçüde, cinsellikle ilgili olacak yerde, güvenlik isteğinin belirtisidir. Bu nokta gözden kaçırılacak olursa, cinselliğin oynadığı role ister istemez aşırı bir önem verilecektir.

Fark edilmeyen bir endişenin yaratmış olduğu gerginlik yüzünden cinsel ihtiyaçları artmış olan bir insan, cinsel ihtiyaçlarının şiddetini yaradılışına ya da alışılagelmiş yasaklardan kurtulmuş olmasına bağlama eğilimini göstermektedir. Bu şekilde hareket etmekle, gerçekte baskı altına alınmış çeşitli heyecanları yüzünden aşırı bir uyku ihtiyacı duydukları halde yaradılışları gereğince on saat ya da daha fazla uykuya ihtiyaç gösterdiklerini sanarak uyku ihtiyaçlarını abartan kimselerin düştüğü hataya düşmektedir; bu gibi kimseler için uyku,

her türlü çatışmadan kaçma aracı olarak rol oynamaktadır. Aynı şey zorlu bir içtepi ile kendilerini yemeğe ya da içmeğe veren insanlar için de söylenebilir. Yemek, içmek, uyumak, cinsellik, bütün bunlar hayati ihtiyaçlardır; şiddetleri yalnızca insanın yapısına göre değil, aynı zamanda iklim, başka türlü tatminlerin var olup olmaması, dış uyarımların var olup olmaması, yapılan işin ne derece yorucu olduğu, fizik şartlar gibi birçok etkenlere göre değişmektedir. Ama bütün bu ihtiyaçlar, aynı zamanda, bilinçdışı etkenlerin etkisiyle de artmış olabilirler.

Cinsellik ile sevgi ihtiyacı arasındaki bağlantı, cinsel ilişkide bulunmama sorununa da ışık tutar. Cinsel ilişkide bulunmamaya ne kadar bir zaman için dayanılabileceği, insandan insana ve kültürden kültüre değişir. Tek tek insanlar söz konusu olduğu zaman, çeşitli ruhsal ve bedensel etkenler işe karışabilir. Bununla birlikte, cinselliğe, endişeyi azaltacak bir boşalma aracı olarak ihtiyaç duyan bir insanın kısa bir süre için de olsa cinsel ilişkide bulunmaması mümkün değildir.

Bu noktalar cinselliğin kültürümüz içerisinde oynadığı rolle ilgili bazı düşünceler akla getirmektedir. Cinsellik konusunda serbest bir tavır takınmamızdan ötürü gurur duyma eğilimindeyizdir. Hiç şüphesiz Victoria çağından bu yana bu konuda iyiye doğru bir değişme olmuştur. Cinsel ilişkilerde daha çok serbestliğe ve daha çok tatmin imkânlarına sahip bulunuyoruz. Bu son nokta özellikle kadınlar için doğrudur; cinsel soğukluk artık kadınlar için normal bir durum olarak görülmemekte, genellikle bir eksiklik ve yetersizlik olarak nitelenmektedir. Ama bütün bu değişikliklere rağmen, bu iyiye doğru gidiş sandığımız kadar derin değildir; çünkü bugün için cinsel faaliyetlerin büyük bir bölümü gerçek bir cinsel itkiden çok, ruhsal gerginliklerin boşalma aracı olarak görünmektedir; bu yüzden de gerçek bir cinsel zevk ve tatminden çok, yatıştırıcı bir ilaç olarak görülmelidir.

Psikanalitik kavramlar aynı zamanda kültürel durumu da yansıtmaktadır. Cinselliğe gereken önemi verme konusunda bu derece büyük bir katkıda bulunmuş olması Freud'un büyük başarılarından biridir. Bununla birlikte, ayrıntılara inildiği zaman, cinsel olarak görülen olayların birçoğunun gerçekte karmaşık nevrotik şartların belirtisi olduğu -özellikle nevrotik sevgi ihtiyacını dile getirdiği- görülmektedir. Sözgelişi, psikanalistle ilgili cinsel istekler, genellikle babaya ya da anneye cinsel yönden saplanıp kalmanın (sexual fixation) bir tekrarı olarak yorumlanmaktadır; oysa bunlar çoğu zaman gerçek cinsel istekler değil, endişeyi giderebilecek güven verici bir ilişki kurmak için gösterilen çabalardır. Hasta, hiç şüphesiz, ana ya da baba ile ilgili duygularının başka birine aktarılmış olmasını dile getiren birtakım çağrışımlardan ve rüyalardan söz etmektedir (annenin göğsünde olmak ya da ana karnına dönmek isteğinin belirtisi olan çağrışımlar ve rüyalar gibi). Bununla birlikte, bu göze çarpan «aktarma» olayı, yalnızca sevilmek ve korunmak isteğinin belirtisi olabilir.

Psikanalistle ilgili istekler anaya ya da babaya karşı duyulan isteklerin bir tekrarından başka bir şey olmasa bile, bu durum, çocukların ana-babaya olan bağlılığının gerçek bir cinsel bağ olduğunun kanıtı olarak görülemez. Yetişkin kimselerdeki nevrozlarda Freud'un «Oedipus kompleksi» olarak nitelediği özellikler şeklinde görünen her türlü sevgi ve kıskançlık tavırları çocukluktan beri var olabilirler; ama bu, Freud'un sandığından çok daha az rastlanan bir olaydır. Daha önce söylemiş olduğum gibi, Oedipus kompleksinin, birinci dereceden bir süreç olacak yerde birbirinden ayrı türden olan çeşitli süreçlerin ürünü olduğuna inanıyorum. Ana-babaların biraz olsun cinsel bir renge bürünmüş olan sevip okşamaları, çocuğun cinsel sahnelerle karşılaşması, ana-babadan birinin çocuğa körü körüne bir bağlılık göstermesi gibi etkenler, çocuğun böyle bir basit tepki göstermesine yol açabilir. Öbür yandan, çok daha karmaşık bir sürecin

ürünü de olabilir. Daha önce söylemiş olduğum gibi, Oedipus kompleksinin gelişmesi için elverişli bir ortam olan ailelerde, genellikle, çocukta oldukça fazla bir korku ve düşmanlık duygusu uyanmakta ve bu duyguların baskı altına alınması da endişe yaratmaktadır. Bana öyle geliyor ki, bu gibi durumlarda Oedipus kompleksi, çocuğun güvenliğe ulaşabilmek için ana ya da babadan birine sımsıkı bağlanmasından ileri gelmektedir. Gerçekte, Freud'un belirttiği şekilde tam olarak gelişmiş bir Oedipus kompleksi, nevrotik sevgi ihtiyacının ayırt edici niteliği olan bütün eğilimleri -koyıtsız şartsız sevilmek için aşırı bir istek gösterme, kıskançlık, sevdiği kimseyi başka biriyle paylaşmak istememe, bir yana itilmiş olmaktan ileri gelen kin duygusu, vb.- kapsamaktadır. Bu gibi durumlarda Oedipus kompleksi nevrozların kaynağı değil, başlı başına bir nevrotik olaydır.

X. BÖLÜM

GÜÇLÜ OLMA, SAYGINLIK KAZANMA, MAL-MÜLK EDİNME ÇABASI

Sevilmek için gösterilen çaba, bizim kültürümüzde, endişeden kurtulabilmek için sık sık başvurulan bir yoldur. Güçlü olma, saygınlık kazanma, mal-mülk edinme ya da zengin olma çabası da başka bir yol olarak görünmektedir.

Güçlü olma, saygınlık kazanma, mal-mülk edinme çabasını niçin tek bir sorunun görünüşleri olarak ele aldığımı açıklamam belki de iyi olacak. Konuya ayrıntılı bir şekilde bakıldığı zaman, bir kişilikte bu amaçlardan birinin ya da ötekinin belirgin bir eğilim olması hiç şüphesiz büyük bir fark çıkaracaktır ortaya. Güvenliğe ulaşmak için gösterilen nevrotik çabada hangi amacın birinci derecede rol oynadığı, dış şartlara olduğu kadar bireysel yaradılış ve ruhsal yapı farklarına da bağlıdır. Bu üç çabayı birlikte ele almış olmamın nedeni, hepsinde ortak olan bir özelliğin bu çabaları sevilmek için duyulan ihtiyaçtan ayırmış olmasıdır. Sevgi ya da şefkat görme çabası, başkaları ile sıkı bir ilişki kurarak güvenliğe ulaşmayı dile getirdiği halde, güçlü olma, saygınlık kazanma, mal-mülk edinme çabası başkalarından uzaklaşarak ve kendi durumunu güçlendirerek güvenliğe ulaşmak demektir.

Sevilmek isteği yalnız başına ele alındığı zaman na-

sıl nevrotik bir eğilim değilse, güçlü olmak, saygınlık kazanmak, zengin olmak isteği de aynı şekilde yalnız başına ele alındığı zaman hiç şüphesiz nevrotik bir eğilim değildir. Böyle bir nevrotik çabanın ayırt edici niteliklerini anlayabilmek için, onu aynı amaca yönelmiş normal bir çaba ile karşılaştırmak gerekecektir. Güçlü olma duygusu normal bir insanda ister beden gücü ya da bedenle ilgili bir yetenek olsun, isterse düşünce yetenekleri, olgunluk ve bilgelik söz konusu olsun, kendi üstün gücünü fark etmiş olmaktan ileri gelmiş olabilir. Ya da güçlü olmak için gösterilen çaba, özel bir nedenle ilgili olabilir: Aileyle, politik grupla, meslek grubu ile, anayurtla, dinsel ya da bilimsel bir düşünceyle ilgili olabilir. Buna karşılık, güçlü olmak için gösterilen nevrotik çaba, endişeden, kinden ve aşağılık duygularından ileri gelir. Kesin bir ayrım yapmak gerekirse, güçlü olmak için gösterilen normal çabanın kuvvetten, nevrotik çabanın ise zayıflıktan doğduğunu söyleyebiliriz.

Kültürel bir etken de işe karışmaktadır. Bireysel bir güç ve saygınlık kazanma, mal-mülk edinme ve zengin olma çabası her kültürde belli bir rol oynamaz. Sözgelişi, Pueblo Kızılderililerinde saygınlık kazanma çabasına kesin olarak set çekilmektedir; insanların sahip olduğu mal-mülk arasında da pek az bir fark vardır; böylece mal-mülk edinme çabasının da Pueblo'lar için pek az bir önemi vardır. Pueblo kültüründe güvenliğe ulaştıracak bir araç olarak şu ya da bu şekilde üstün olma gibi bir çabanın da anlamı yoktur. Bizim kültürümüz içerisinde yaşayan nevrotik kimselerin böyle bir yolu seçmiş olmaları, bizim sosyal yapımız içerisinde güç, saygınlık ve zenginliğin daha fazla bir güvenlik duygusu verebilmiş olmasından ileri gelmektedir.

Bu amaçlara ulaşma çabasını yaratan şartları araştırma konusu ettiğimiz zaman, böyle bir çabanın, genellikle, ancak temel endişenin sevgi yolu ile giderilmesinin imkânsız olduğu durumlarda ortaya çıktığını göreceğiz. Sevgi ihtiyacının engellenmesi halinde böyle bir güç-

lü olma çabasının «harislik» şeklinde nasıl ortaya çıktığını gösterecek bir örnek vermek istiyorum.

Bir kız, kendisinden dört yaş büyük olan erkek kardeşine şiddetle bağlanmıştı. Aralarında az çok cinsel bir renge bürünmüş olan bir sevgi vardı; ama kız sekiz yaşına gelince erkek kardeşi birdenbire ondan uzaklaştı; çünkü artık birbirleriyle oynayamıyacak kadar büyümüş olduklarını söylüyordu. Bu olaydan biraz sonra kız çocuk okulda birdenbire şiddetli bir harisliğe kendini kaptırdı. Bu harislik hiç şüphesiz sevgi ihtiyacının hayal kırıklığına uğramasının sonucuydu ve bu çocuğun bağlanacak pek fazla kimsesi olmadığı için bu ona çok acı gelmişti. Babaları çocukları ile ilgisizdi; anneleri ise açıkça oğlunu tercih ediyordu. Şu var ki, bu küçük kız yalnızca hayal kırıklığına uğramakla kalmamıştı; gururu da korkunç bir darbe yemişti. Ağabeyinin tavrındaki değişikliğin onun ergenlik çağına yaklaşmış olmasından ileri geldiğini anlıyamıyordu. Kendine olan güveni zaten pek zayıf olduğu için, bu yüzden kendini alçalmış ve küçülmüş bir durumda hissediyordu. İlk olarak, annesi onu istememişti; üstelik herkesin hayran olduğu güzel bir kadın olan annesinin yanında kendini silik bir kız olarak görüyordu. Bütün bunlardan başka, ağabeyi de yalnızca annesi tarafından tercih edilmekle kalmıyor, aynı zamanda ona dert ortağı da oluyordu. Ana-babalarının evlilikleri mutsuz bir evlilikti ve anne bütün dertlerini oğluna anlatıyordu. Böylece kızcağız kendini büsbütün terk edilmiş bir durumda hissetmiştir. İhtiyaç duyduğu sevgiyi kazanabilmek için bir girişimde daha bulunmuştur: Ağabeyi ile arası açıldıktan hemen sonra yapmış olduğu bir gezide tanıştığı bir oğlana bağlanmış ve bu çocukla ilgili parlak hayaller kurmağa başlamıştır. O da ondan el çektiği zaman bu yeni hayal kırıklığı kızı ruhsal bir çöküntüye götürmüştür.

Bu çeşit durumlarda sık sık rastlandığı gibi, ana-baba ve aile doktoru kızın bu durumunu okulda yaşına göre daha yüksek bir sınıfa gitmiş olmasıyla açıklamışlardır.

Onu okuldan almışlar ve eğlenebileceği, dinlenebileceği bir yazlığa göndermişlerdir; daha sonra da önce gittiği sınıftan bir aşağı sınıfa yazdırmışlardır. Tam bu sıralarda, dokuz yaşında olan bu çocukta çılgınca bir harislik ortaya çıkmıştır. Sınıfta her zaman birinci olmak istemeğe başlamıştır. Aynı zamanda daha önce iyi geçindiği kız arkadaşları ile de arası göze çarpacak derecede bozulmuştur.

Bu örnek, nevrotik bir harisliğin ortaya çıkmasında rol oynayan tipik etkenleri çok iyi bir şekilde göstermektedir: Başlangıçtan beri istenmediğini hissettiği için kendini güvensiz bir durum içerisinde bulmuştur; bu yüzden büyük bir çatışmalı durum ortaya çıkmış, ama aile içerisinde üstün durumda bulunan annenin herkesin kendisine körü körüne hayran olmasını istemesi yüzünden bu çatışmalı durum açığa vurulamamıştır; baskı altına alınmış olan nefret duygusu büyük bir endişe yaratmıştır; çocuğun kendisine değer vermesini sağlayacak bir fırsat hiçbir zaman ortaya çıkmamış, birçok vesilelerle küçük düşürülmüş ve ağabeyi ile olan ilişkilerinin bozulması yüzünden kendini fena halde incinmiş, küçük düşmüş hissetmiştir; güvenliğe ulaşmak için bir araç olarak başvurduğu sevilme çabaları böylece başarısızlıkla sonuçlanmıştır.

Güç, saygınlık, mal-mülk ve para kazanmak için gösterilen nevrotik çabalar yalnızca endişeye karşı bir korunma aracı olmakla kalmazlar, aynı zamanda baskı altına alınmış olan düşmanlık duygusunun boşalabileceği bir kanal olarak da rol oynarlar. Önce bu çabalardan her birinin endişeden kurtulmak için başvurulan özel bir araç olarak nasıl bir rol oynadığını, daha sonra da düşmanlık duygusundan kurtarabilecek bir yol olarak sağlamış olduğu imkânları göstermeğe çalışacağım.

Güçlü olmak için gösterilen çaba, ilk olarak, daha önce görmüş olduğumuz gibi, endişenin temel unsurlarından biri olan çaresizlik ve güçsüzlük duygusuna karşı bir korunma aracı olarak rol oynar. Nevrotik bir insan,

kendisindeki en ufak bir güçsüzlük ve zayıflık belirtisine karşı o derece bir duyarlık gösterir ki, normal bir insanın tümüyle olağan kabul edeceği bazı durumlardan -kendisine şu ya da bu şekilde yol gösterilmesi, öğüt verilmesi, yardım edilmesi, başka insanlara ya da birtakım şartlara herhangi bir şekilde bağımlı olma, başkalarının isteğine boyun eğme ve dediklerini kabul etme vb.- kaçınmağa çalışır. Güçsüzlüğe karşı gösterilen bu protesto, birdenbire ve bütün şiddetiyle ortaya çıkmaz; derece derece artacak şekilde gelişir. Nevrotik bir insan inhibition'ları yüzünden kendini ne derece engellenmiş hissederse, kendini gösterme ve başkalarına kabul ettirme yeteneğinden de o derece yoksun olacaktır. Ne derece zayıf bir hale gelirse, en ufak bir zayıflık belirtisi olarak görülebilen her şeyden o derece kaçmak zorunda kalacaktır.

İkinci olarak, güçlü olmak için gösterilen nevrotik çaba, kendini önemsiz bir kimse olarak görme ya da başkaları tarafından önemsiz bir kimse olarak görülme tehlikesine karşı bir korunma mekanizması olarak rol oynar. Nevrotik bir insan, ne kadar güç olursa olsun herhangi bir durumun hemen içinden çıkması gerektiğine inanmasını sağlayan katı (rigid) ve akıldışı bir güçlülük ideali yaratır. Böyle bir ideal gurur ile bir araya gelince, nevrotik bir insanın, zayıflığını yalnızca bir tehlike olarak değil, aynı zamanda utanılacak bir durum olarak görmesi gibi bir sonuç çıkar ortaya. İnsanları «güçlüler» ve «zayıflar» olarak ikiye ayırır, birincilere hayran olur, ikincileri ise aşağı görür. Zayıflık olarak gördüğü şeylerde de aşırılığa düşer. Kendi isteklerini ve dediklerini kabul eden, birtakım inhibition'ları olan, ya da kendi heyecanlarını iyice denetleyemeyen, bu yüzden her zaman sakin bir yüzle görünmeyi beceremeyen kimseleri az ya da çok aşağı görür. Bu gibi nitelikleri kendisinde de aşağı görür. Bir endişesi ve inhibition'u olduğunu kabul etmek zorunda kalacak olursa kendini küçülmüş hisseder; nevrotik bir insan olduğu için kendini küçük görür

ve bunu bir sır olarak saklamağa çalışır. Sorunlarını yalnız başına çözemediği için de kendini küçük görür.

Güçlü olmak için gösterilen böyle bir çabanın nasıl bir şekil alacağı, ilgili kimsenin en çok ne çeşit bir güçsüzlükten korktuğuna ve ne çeşit bir güçsüzlüğü aşağı gördüğüne bağlıdır. Böyle bir çabanın özellikle sık sık karşımıza çıkan birkaç şekli üzerinde durmak istiyorum.

İlk olarak, nevrotik bir insan kendi kendini denetlemek istediği gibi başkalarını da denetlemek ister. Kendi girişimine bağlı olmayan ve kendisinin onaylamadığı hiçbir şeyin yapılmasını ve gerçekleşmesini istemez. Bu denetleme isteği öteki kişiye bile bile tam bir serbestlik verme, ama onun yaptığı her şeyi bilmek isteme ve herhangi bir şey kendisinden gizlendiği zaman öfkelenme gibi daha yumuşak bir şekil alabilir. Denetleme eğilimleri o derece baskı altına alınmış olabilir ki, yalnızca kendisi değil, çevresindekiler bile onun bu kişiye serbestlik tanımada büyük bir cömertlik göstermiş olduğunu sanabilirler. Eğer bir insan denetleme isteğini tümüyle baskı altına alacak olursa, öteki kişi arkadaşları ile buluştuğu ya da eve beklenmedik bir şekilde geç geldiği zamanlar, şiddetli baş ağrılarından, mide bozukluklarından rahatsız olabilir ya da tam bir ruh çöküntüsüne uğrayabilir. Bu rahatsızlıkların nedenini bilmediği için onların hava şartlarından, midesine dokunacak bir şey yemiş olmasından ya da temel sorunla ilgili olmayan bu gibi bir durumdan ileri geldiğini düşünebilir. Tecessüs olarak görülen şey, genellikle, durumu denetim altına almak için duyulan gizli bir istekten ileri gelmektedir.

Bu gibi kimseler, aynı zamanda, her zaman haklı çıkmak isterler ve önemsiz bir konuda da olsa haksız oldukları ya da yanıldıkları kendilerine kanıtlanacak olursa öfkeye kapılırlar. Her şeyi herkesten daha iyi bilmek zorunu duyarlar; bu tavır bazan insanı şaşırtacak kadar göze batar. Başka durumlarda ciddi ve güvenilir olan bazı insanlar, cevabını bilmedikleri bir soru ile karşılaştıkları zaman, bu özel konuyu bilmemeleri saygınlıkla-

rından hiçbir şey eksiltmemiş de olsa, sanki biliyormuş gibi bir tavır takınabilirler ya da bir şeyler uydurabilirler. Bu tavır bazan olacak şeyleri önceden bilmek, her şeyi önceden kestirmek ve tahmin etmek ihtiyacı şeklinde ortaya çıkabilir. Böyle bir tavır, kendisi tarafından denetlenemeyen etkenleri işe karıştıran her türlü durumdan hoşlanmama ile birlikte gidebilir. Hiçbir riske girişilmemelidir. Kendi kendini denetlemeye ağırlık verilmiş olması, duygularını başıboş bırakmaktan nefret etmeğe yol açar. Nevrotik bir kadın bir erkeğe âşık olduğunu hisseder etmez ilgisi nefrete dönüşür. Bu tip hastalar kendilerini serbest çağrışıma bırakmaktan kaçınırlar, çünkü bu onlar için denetimi elden kaçırmak ve bilinmeyen bir alana sürüklenmek demektir.

Nevrotik bir insanın güçlü olma çabasında belirleyici bir rol oynayan başka bir tavır da kendi dediğini yaptırmak isteğidir. Başkaları onun dediklerini, dediği anda ve tam olarak yerine getirmeyecek olurlarsa, bu onun için sürekli ve şiddetli bir öfke kaynağı olabilir. Sabırsızlık, güçlü olma çabasının bu görünüşü ile yakından ilgilidir. Herhangi bir gecikme, herhangi bir zoraki bekleyiş -yalnızca trafik ışıkları yüzünden bile olsa- bir öfke kaynağı olmaktadır. Nevrotik bir insan çoğu zaman bu otoriter tavrını, hiç değilse bu tavrının şiddet derecesini fark etmez. Bu tavrını fark etmemek ve değiştirmemek kesinlikle kendi yararınadır, çünkü böyle bir tavrın önemli koruyucu fonksiyonları vardır. Başkaları da bu tavrı fark etmemelidir, çünkü fark edecek olurlarsa onların sevgisini yitirme tehlikesi ile karşılaşacaktır.

Bu fark etmeme durumu aşk ilişkilerinde önemli sonuçlar yaratır. Eğer bir sevgili ya da bir koca, tıpı tıpına nevrotik kişinin istediği şekilde yaşamıyorsa, sözgelişi, geç kalıyorsa, telefon etmiyorsa, yolculuğa çıkıyorsa, nevrotik bir kadın onun kendisini sevmediğini düşünecektir. Gerçekte, çoğu zaman iyice belirtilmemiş olan kendi isteklerinin yerine getirilmemesi yüzünden öfkelendiğini kabul edecek yerde, durumu, istenilmeyen bir kimse ol-

duğu şeklinde yorumlayacaktır. Böyle bir yanılma, gerçekten de, bizim kültürümüz içerisinde sık sık karşımıza çıkmaktadır ve nevrozlarda kesin bir etken olarak işe karışan istenmemiş olma duygusunun gelişmesinde büyük bir rol oynamaktadır. Bu tavır genellikle ana-babalardan öğrenilmektedir. Başkalarına söz geçirmek isteyen bir anne, çocuğunun itaatsizliğinden ötürü öfkelendiği zaman, çocuğunun onu sevmediğine inanacak ve bunu açıkça söyleyecektir. Bu yüzden çoğu zaman tuhaf bir çelişme ortaya çıkacak ve bu çelişme herhangi bir sevgi ilişkisini geniş ölçüde engelleyebilecektir. Nevrotik genç kızlar «zayıf» bir erkeği sevemezler, çünkü her türlü zayıflıktan nefret ederler; ama «güçlü» bir erkekle de yapamazlar, çünkü eşlerinin her zaman kendilerine boyun eğmesini isterler. Dolayısıyla gizliden gizliye aradıkları erkek, bir kahramandır, son derece güçlü biridir; ama aynı zamanda her türlü isteklerini duraksamadan yerine getirecek kadar da zayıf olmalıdır.

Güçlü olma çabasında ortaya çıkan başka bir tavır hiçbir zaman boyun eğmemektir. Bir fikri kabul etmek, bir öğütü dinlemek, doğru ve yerinde olduğu düşünülmüş olsa bile, bir zayıflık belirtisi olarak görülmekte ve bu öğütü ya da fikri kabul etmeyi düşünmek bile isyan duygusuna yol açmaktadır. Böyle bir tavrı benimsemiş olan kimseler hep karşı tarafta yer almak gibi bir eğilim gösterirler ve boyun eğme korkusu ile karşıt fikri savunmak zorunu duyarlar. Bu tavrın en genel ifadesi şudur: Nevrotik bir insan dünyaya ayak uyduracak yerde, dünyanın kendisine ayak uydurması konusunda gizliden gizliye ısrar eder. Psikanalitik tedavide en büyük güçlüklerden biri buradan ileri gelir. Bir hastanın analiz edilmesinin temel nedeni, o hastanın sorunları ile ilgili bir bilgi ve anlayışa ulaşmak değil, bu anlayışı hastanın tavırlarını değiştirmek için kullanmaktır. Bu tipten bir nevrotik, bu değişikliğin kendi yararına olacağını kabul etmekle birlikte, böyle bir değişiklikten nefret eder; çünkü değişmek tam bir boyun eğme davranışını gerektirir. Bu

konudaki yeteneksizlikleri aynı zamanda sevgi ilişkilerini de etkiler. Sevgi, hangi anlamda olursa olsun, her zaman bir şeylerden vazgeçmeyi, kendi duygularına olduğu kadar sevgiliye de boyun eğmeyi gerektirir. Erkek olsun, kadın olsun bir insan böyle bir boyun eğme yeteneğinden ne derece yoksunsa, sevgi ilişkileri de tatmin edici olmaktan o derece uzaktır. Bu etken aynı zamanda cinsel soğukluğun açıklanmasında da bir dereceye kadar rol oynayabilir, çünkü cinsel zevkin doruğuna ulaşmak (orgasm) için böyle bir kendini bırakma gereklidir.

Güçlü olma çabasının sevgi ilişkileri üzerindeki bu etkisi, nevrotik sevgi ihtiyacının birçok sonuçlarını daha iyi anlamamızı sağlamaktadır. Güçlü olma çabasının oynadığı rolü hesaba katmaksızın, sevilmek için gösterilen çaba ile ilgili birçok tavırları tam olarak anlayamayız.

Güçlü olmağa çalışmak, daha önce görmüş olduğumuz gibi, önemsizlik ve çaresizlik duygusuna karşı bir korunma aracı olarak da rol oynamaktadır. Güçlü olma çabasının bu sonuncu fonksiyonu, saygınlık kazanmak için gösterilen çaba ile birlikte gitmektedir.

Bu gruptan olan nevrotik kimseler başkaları üzerinde iyi bir etki bırakmak, hayranlık ve saygı uyandırmak için şiddetli bir ihtiyaç duyarlar. Güzelliği ile, zekâsı ile, ya da herhangi bir önemli başarı ile başkalarını etkilediğini hayal edecektir; bol bol ve göze çarpacak şekilde para harcayacaktır; son çıkan kitaplardan, en son piyeslerden konuşmak ve önemli kişilerle tanışmak zorunu duyacaktır. Kendisine hayran olmayan bir arkadaş, bir eş ya da bir memura katlanamayacaktır. Kendine verdiği değer tümüyle başkalarının hayranlığına bağlıdır ve başkalarında hayranlık uyandırmadığı zaman sıfıra inmektedir. Aşırı duyarlığı ve kendini hep küçük düşmüş hissetmesi yüzünden yaşamak onun için sürekli bir sınavdır. Çoğu zaman küçüklük duygusunun farkında değildir, çünkü böyle bir duyguyu fark etmek ona çok acı gelecektir; ama ister farkına varsın, isterse varma-

sın, bu duyguya, hissettiği acı ile orantılı olan bir öfke ile tepkide bulunmaktadır. Dolayısıyla, takınmış olduğu bu tavır, hiç durmadan yeni düşmanlık duygularına ve yeni endişelere yol açmaktadır.

Böyle bir kimseyi belirleyebilmek için «kendine hayran» ya da «kendine âşık» (narcissistic) deyimini kullanabiliriz. Şu var ki, onu dinamik yönden ele aldığımız zaman bu deyimi kullanmak yanlış olacaktır, çünkü bu tip bir kimse hiç durmadan kendi benliğini şişirmeğe çalıştığı halde, bu davranışı gerçekte kendisine olan sevgisinden değil, bir önemsizlik ve küçük görülme duygusundan kurtulmağa çalışmak, daha doğrusu incinmiş olan gururunun ve kendisine verdiği değerin büsbütün yıkılıp gitmesini önlemek isteğinden ileri gelmektedir.

Başkaları ile kendisi arasındaki mesafe ne kadar fazlaysa, saygınlık kazanmak için gösterdiği çaba da o derece kendine mal edilmiş olur (internalized). Bu durumda kendini yanılmaz ve kusursuz bir insan olarak görme ihtiyacını duyar. Her türlü yetersizlik ve kusur, ister olduğu gibi kabul edilsin, isterse belirsiz bir şekilde hissedilsin, bir küçük düşme olarak görülür.

Bizim kültürümüzde zenginlik insana hem güç, hem de saygınlık kazandırdığı için, güçsüzlük, önemsizlik ve kendini küçük görme duygusundan mal-mülk edinme ve zengin olma çabası ile de kurtulmak mümkündür. Kültürümüz içerisinde mal-mülk edinmek ve zengin olmak için gösterilen akıldışı çaba o derece yaygındır ki, ancak başka kültürlerle kendi kültürümüzü karşılaştırdığımız zaman bu çabanın -ister bir şeyler elde etme içgüdüsü şeklinde olsun, isterse biyolojik itkilerin yüceltilmesi şeklinde ortaya çıksın- genel bir insani içgüdü olmadığını anlayabiliriz. Bizim kültürümüzde bile bu çabayı belirleyen endişeler azaldığı ya da büsbütün ortadan kalktığı zaman, zengin olmak için gösterilen zorlu çabanın da ortadan kalktığını görüyoruz.

Bir korunma aracı olarak mal-mülk edinme ya da

zengin olma çabasının temelinde bulunan özel korku, yoksullaşma, sefalete düşme ve başkalarına muhtaç olma korkusudur. Yoksullaşma korkusu, bir insanı hiç durmadan çalışmaya ve para getirebilecek hiçbir fırsatı kaçırmamaya zorlayan bir kırbaç olarak rol oynamaktadır. Bu çabanın bir savunma aracı olarak kullanılmış olduğu, kazanılan paranın daha zevkli bir hayat yaşamak için harcanmamasından anlaşılmaktadır. Bir şeyler elde etmek için gösterilen çaba, yalnızca para ve maddi şeyler kazanmağa değil, aynı zamanda başka insanları elde etmeğe de yönelebilir ve başkalarının sevgisini yitirmemek için başvurulan bir korunma aracı olabilir. Bu konuda örnek vermek istemiyorum, çünkü bu olay çok iyi bilinmektedir -özellikle yasaların bu gibi istekler için yasal bir temel sağladığı evlilik ilişkilerinde ortaya çıktığı şekliyle herkesçe bilinmektedir; ayrıca, burada karşımıza çıkan özellikler, güçlü olma çabasından söz ederken üzerinde durduğumuz ayırt edici niteliklerin aynı olması nedeniyle, bu konuda örnek verme gereğini de duymuyorum.

Söz konusu ettiğim bu üç çaba, daha önce belirtmiş olduğum gibi, insanı yalnızca endişeden korumakla kalmaz, aynı zamanda düşmanlık duygusunu giderecek bir araç olarak da rol oynar. Üstün durumda bulunan çabaya göre, bu düşmanlık duygusu, başkalarına söz geçirme (tahakküm etme) eğilimi, başkalarını küçük düşürme eğilimi ya da bazı şeylerden yoksun bırakma eğilimi şeklinde ortaya çıkabilir.

Başkalarına söz geçirme eğilimi şeklinde ortaya çıkan bir güçlü olma çabası, mutlaka başkalarına karşı açık bir düşmanca tavır takınmış olmayı gerektirmez. Sosyal ya da insani bir değer taşıyan şekiller altında gizlenebilir: Başkalarına öğüt vermek, başkalarının işini düzenlemek istemek, başkalarının yerine harekete geçmek ya da onlara önderlik etmek gibi şekiller alabilir. Ama eğer bu gibi tavırların altında gizli bir düşmanlık

duygusu varsa, öteki kişiler -çocuklar, eşler, memurlar, vb.- bunu hissedecekler ve bu durumda ya boyun eğme, ya da karşı koyma davranışı ile tepkide bulunacaklardır. Nevrotik kişinin kendisi genellikle düşmanlık duygusunun farkında değildir. İşler istediği gibi yürümediği zaman son derece öfkelenmiş olsa bile, yine de kendisinin iyi huylu bir insan olduğuna, yalnızca başka insanların kendisine karşı koyacak kadar düşüncesiz olmalarına canının sıkıldığına inanmaktadır. Bununla birlikte, işin doğrusu şudur: Nevrotik kişinin düşmanlık duygusu uygarlaşmış kalıplar içerisine sıkışmıştır ve dediğini yaptıramadığı anda patlak vermektedir. Başkalarının bir karşıtlık ya da bir karşı koyma olarak görmeyeceği, yalnızca bir fikir ayrılığının söz konusu olduğu ya da verilen öğütlerin tutulmadığı durumlarda bile öfkelenebilmektedir; bu gibi önemsiz şeyler yüzünden şiddetli bir öfkeye kapılabilmektedir. Başkalarına bu şekilde söz geçirmek istemesini, düşmanlık duygusunun bir bölümünün yıkıcı olmayan bir yoldan boşalabileceği bir güvenlik-kapağı olarak görebiliriz. Düşmanlık duygusunun daha az şiddetli bir belirtisi olduğu için, böyle bir tavır, büsbütün yıkıcı olan birtakım içtepilere set çekecek bir araç olarak da rol oynamaktadır.

Kendisine karşı konulmuş olmasından ileri gelen öfke baskı altına alınabilir ve daha önce görmüş olduğumuz gibi, baskı altına alınmış düşmanlık duygusu bu durumda yeni bir endişeye yol açabilir. Bu endişe bir ruh çöküntüsü ve yorgunluk şeklinde ortaya çıkabilir. Bu tepkilere yol açan vesileler son derece önemsiz olduğu için gözden kaçmaktadır ve nevrotik kişi de kendi tepkilerinin farkına varmadığı için, bu gibi ruh çöküntülerinin ya da endişe hallerinin bir dış nedeni olmadığı sanılabilir. Ancak dikkatli bir gözlem ile bu harekete getirici olaylarla, bunlara karşı gösterilen tepkiler arasındaki ilişki yavaş yavaş ışığa çıkabilir.

Başkalarına söz geçirmek için duyulan zorlu içtepiden ileri gelen başka bir özellik, ilgili kimsenin başka in-

sanlarla eşitliğe dayanan bir ilişki kuramamasıdır. Ya başkalarını kendisine boyun eğdirmek zorunu duymakta, ya da kendini yıkılmış, güçsüz, çaresiz, başkalarına bağımlı bir insan olarak görmektedir. O derece otoriterdir ki, başkalarına mutlak şekilde söz geçiremediği durumları bir bağımlılık olarak yorumlamaktadır. Öfkesini baskı altına alacak olursa, bu baskı ruh çöküntüsüne, cesaretini yitirmesine ve yorgunluk duymasına yol açabilir. Bununla birlikte, güçsüzlük duygusu olarak hissedilen şey, gerçekte başkalarına söz geçirmek ya da önderlik etmek amacına ulaşamamaktan ileri gelen düşmanlık duygusunu dile getirmek için başvurulan dolambaçlı bir yoldan başka bir şey olmayabilir. Bir örnek verecek olursak, bir kadın yabancı bir şehirde kocası ile gezmeğe çıkmıştır. Şehrin planını belli bir yere kadar önceden incelemiş ve o yere gelinceye kadar geziyi o yönetmiştir. Ama plan üzerinde daha önceden işaretlemediği yollara ve meydanlara sıra gelince, bunun sonucu olarak da kendini güvensiz bir durumda hissedince gezintinin yönetimini kocasına bırakmıştır. O zamana gelinceye kadar neşeli ve canlı olduğu halde, birdenbire üstüne bir yorgunluk çökmüş ve bir adım bile atacak hali kalmamıştır. Eşler, kardeşler, arkadaşlar arasında nevrotik kişinin bir köle-başı gibi hareket ettiği, güçsüzlüğünü karşısındakine dediğini kabul ettirmek için bir kırbaç olarak kullandığı, bu şekilde onu kendisine sürekli bir ilgi ve dikkat göstermek ve yardım etmek zorunda bıraktığı ilişkileri hepimiz biliriz. Bu gibi durumlarda dikkati çeken şey, nevrotik kişinin, kendisi için gösterilen çabalardan hiçbir zaman yararlanamadığı, her zaman yeni istekler ve şikâyetlerle tepkide bulunduğu, daha kötüsü, ihmal edildiği ya da kötüye kullanıldığı gibi suçlamalarda bulunduğudur.

Aynı davranışa psikanaliz sırasında da rastlanmaktadır. Bu çeşit hastalar kendilerine yardımcı olunması için umutsuz çağrılarda bulunabilirler, bununla birlikte yalnızca kendilerine söylenen sözleri dinlememekle kal-

mazlar, aynı zamanda yardım görmedikleri için öfkelendiklerini de açığa vururlar. Psikanalistin yardımı ile herhangi bir konuda belli bir anlayışa ulaşacak olsalar, hemen eski sinirli hallerine dönerler ve sanki hiçbir şey olmamış gibi, psikanalistin büyük emekleri pahasına ulaşılmış olan bu anlayışı yok etmeğe çalışırlar. Daha sonra hasta, psikanalisti yeni çabalar harcamak zorunda bırakır, ama bu çabalar da eninde sonunda başarısızlıkla sonuçlanacaktır.

Hasta, böyle bir durumdan iki çeşit tatmin duyabilir: Kendisini güçsüz ve çaresiz bir durumda göstermekle psikanalisti kendi hizmetinde bir köle gibi çalışmak zorunda bıraktığı için bir çeşit zafer duygusu duyabilir. Böyle bir strateji, aynı zamanda, psikanalistte bir çaresizlik duygusu uyandırmakta; böylece kendi sorunları yüzünden ona yapıcı bir şekilde söz geçiremediği için, yıkıcı bir şekilde söz geçirmek imkânını bulmaktadır. Böyle bir tatmin duygusunun kesinlikle bilinçdışı olduğunu söylemeğe gerek yok; tıpkı bu tatmin duygusuna ulaşabilmek için başvurulan tekniğin bilinçdışı bir şekilde uygulanmış olması gibi. Hastanın bilinçli olarak fark ettiği şey yalnızca şudur: Yardıma şiddetle ihtiyacı vardır, ama kendisine yardım edilememektedir. Bu yüzden hasta, bu şekilde hareket etmekle kendini tümüyle haklı görmekle kalmaz, aynı zamanda psikanaliste öfkelenmekte de haklı olduğunu sanır. Ayrıca, sinsi bir oyun oynamakta olduğunu da sezmektedir; bunun sonucu olarak da oyunu keşfedilecek ve bir misilleme ile karşılaşacak diye korkmaktadır. Bu nedenle, bir savunma mekanizması olarak kendi durumunu güçlendirmeyi zorunlu görmekte ve bunu da rolleri tersine çevirerek yapmaktadır: Gizliden gizliye yıkıcı bir saldırgan davranışta bulunan kendisi değildir; psikanalist onu ihmal etmekte, aldatmakta ve kötüye kullanmaktadır. Bununla birlikte, böyle bir tavır ancak hasta kendisine gerçekten kötü davranıldığını sandığı zaman kabul edilebilir ve benimsenebilir. Bu durumda bulunan bir kimsenin kendisine

hiç de kötü davranılmadığını kabul etmesi, ona hiçbir yarar sağlamaz; bu kanıyı sürdürüp gitmesi ise, tersine, büyük bir yarar sağlar. Kendisine kötü davranılmış olduğu noktası üzerinde ısrarla durması, çoğu zaman, kötü davranışlarla karşılaşmak istediği izlenimini uyandırmaktadır. Gerçekte, hepimiz gibi o da bunu istemez, ama ona kötü davranılmış olduğu konusundaki inancı, kolay kolay vazgeçilemiyecek kadar önemli bir fonksiyon kazanmıştır.

Başkalarına söz geçirme konusunda o derece bir düşmanlık duygusu var olabilir ki, bu durum yeni bir endişeye yol açabilir. Bu ise emir verememek, kararlı bir şekilde davranamamak, belirli bir düşüncesini açıkça söyleyememek gibi inhibition'ların ortaya çıkmasına neden olabilir ve bunun sonucu olarak da nevrotik bir insan gerektiğinden çok daha fazla bir uysallık ve boyun eğme davranışı gösterebilir. Bu da nevrotik kişinin, bu inhibition'larını doğuştan gelen bir yumuşak-başlılık sanmasına yol açabilir.

Saygınlık kazanma isteğinin daha güçlü olduğu kimselerde düşmanlık duygusu genellikle başkalarını küçük düşürme isteği şeklini alabilir. Herhangi bir şekilde küçük düşürüldükleri ya da aşağı görüldükleri için kendilerine vermiş oldukları değeri yitirmiş, bu yüzden kendilerini öç alma duygusuna kaptırmış olan kimselerde bu istek son derece önemlidir. Bu gibi kimselerin, çoğu zaman, daha çocukken birçok küçük düşürücü yaşantıları olmuştur. Bu yaşantılar gelişme çağlarındaki sosyal durumları ile ilgili olabilir: Bir azınlık grubundan olma; kendisi yoksul olduğu halde zengin akrabaları olma gibi. Ya da kendi bireysel durumlarından ileri gelebilir: Başka çocukların uğruna kendilerinin feda edilmiş olması, küçük görülme, ana-baba tarafından önemsenmeme, bazan şımartılma, bazan küçük düşürülme ve azarlanma gibi. Bu gibi yaşantılar insana acı verdiği için çoğu zaman unutulur; ama küçük düşme durumu ile ilgili sorunlar ışığa çıkarılacak olursa tekrar bilinç yüze-

yine çıkarlar. Bununla birlikte, yetişkin nevrotiklerde çocukluktaki bu gibi durumların hiçbir zaman doğrudan doğruya sonuçları değil, ancak dolaylı sonuçları gözlenebilmektedir. Bir «kısır-döngü» den geçerek güçlenmiş olan sonuçlardır bunlar: Bir küçük düşme duygusu; başkalarını küçük düşürme isteği; bir misilleme korkusu yüzünden küçük düşürülmeye karşı gösterilen aşırı duyarlık; başkalarını küçük düşürmek için duyulan ve gittikçe artan bir istek.

Başkalarını küçük düşürme eğilimleri adamakıllı baskı altına alınmıştır, çünkü nevrotik bir insan, genellikle, küçük düşürüldüğü zaman ne kadar acı çektiğini ve kendini nasıl bir öç alma duygusuna kaptırdığını kendi yaşantıları ile bilmektedir ve bu yüzden başkalarında bu gibi tepkiler uyandırmaktan içgüdüsel bir şekilde korkmaktadır. Ne var ki, bu gibi eğilimlerin bazıları ilgili kimse farkına varmaksızın ortaya çıkabilir: Bilmeyerek, farkında olmayarak başkalarını hesaba katmama, sözgelişi, onları bekletme, farkında olmaksızın onları zor durumda bırakma, bağımlı durumda olduklarını hissettirme gibi. Nevrotik bir insan başkalarını küçük düşürme isteğini ya da küçük düşürdüğünü hiçbir şekilde fark etmemiş olsa bile, onlarla olan ilişkilerinde, sürekli bir aşağı görülme ya da küçük düşürülme korkusu ile belirlenmiş yaygın bir endişe vardır. Daha ileride başarısızlık korkusundan söz ederken bu gibi korkular üzerinde tekrar duracağım. Küçük düşürülmeye karşı gösterilen aşırı duyarlıktan ileri gelen inhibition'lar, başkalarını küçük düşürebilecek her şeyden kaçma ihtiyacı şeklinde ortaya çıkmaktadır. Bu tip bir nevrotik, başkalarını eleştirme, herhangi bir öneriyi geri çevirme, bir memurun işine son verme gücüne sahip olmayabilir, bunun sonucu olarak da aşırı derecede nazik ve terbiyeli bir kimse imiş gibi görünebilir.

Son olarak, başkalarını küçük düşürme eğilimi bir hayran olma eğiliminin arkasına da gizlenmiş olabilir. Küçük düşürme ve hayranlık gösterme eğilimleri birbiri-

ne karşıt olduğu için, hayranlık gösterme, küçük düşürme eğilimlerini gizlemek ya da yok etmek için en iyi yoldur. Aynı kimsede bu iki aşırı uca sık sık rastlanmış olmasının nedeni de budur. Her iki tavrın farklı bir dağılım gösterdiği çeşitli bileşimler vardır; böyle bir dağılımın nedenleri bireye bağlıdır. Hayatın farklı dönemlerinde ayrı ayrı ortaya çıkabilirler: İnsanlara karşı duyulan genel bir nefret döneminin, kahramanlara, büyük adamlara karşı duyulan bir hayranlık döneminin ardından gelmesi; erkeklere hayran olma, kadınlardan nefret etme ya da bunun tersi; bir-iki kişiye körü körüne hayranlık duyma, geri kalan herkesten körü körüne nefret etme gibi. Ancak psikanaliz sırasında bu iki tavrın gerçekte birlikte var oldukları gözlenebilir. Bir hasta, psikanaliste hem körü körüne hayran olabilir, hem de ondan nefret edebilir; bazan bu duygulardan birini ya da ötekini baskı altına alabilir, ya da ikisi arasında bocalayabilir.

Bir şeyler elde etme çabasında düşmanlık duygusu genellikle başkalarını bir şeylerden yoksun etme eğilimi şeklini almaktadır. Başkalarını aldatmak, başkalarından bir şeyler çalmak, başkalarını sömürmek, engellemek isteği, tek başına ele alındığı zaman, nevrotik değildir. Kültürel bir davranış kalıbı olabilir, o günkü durumun gerektirdiği bir davranış olabilir, ya da belli bir amaca ulaştırabilecek bir çare olarak normal görülebilir. Nevrotik bir insanda ise bu eğilimler büyük ölçüde duygusal bir nitelik taşırlar. Bu gibi eğilimler sayesinde sağlamış olduğu gerçek menfaatler çok az ya da önemsiz olsa bile, başarıya ulaşacak olursa, kendini zafer kazanmış hissedecek ve gururlanacaktır; bir fırsattan yararlanabilmek için, elde ettiği şeyle kıyaslanamıyacak kadar zaman ve çaba harcayabilecektir. Başarıdan duyduğu tatminin iki kaynağı vardır: Başkalarını kafese koyduğu duygusu ve başkalarına zarar verdiği duygusu.

Başkalarını bir şeylerden yoksun etme eğilimi çeşitli şekiller alabilir. Nevrotik bir insan, kendisini parasız tedavi etmek istemeyen ya da ödeyebileceğinden da-

ha az bir para karşılığında tedavi etmeyen bir doktora fena halde içerleyecektir. Parasız fazla çalışma yapmak istemeyen memurlarına öfkelenecektir.Eş-dostla ya da çocuklarla olan ilişkilerinde, başkalarını sömürme eğilimi, çoğu zaman, onların kendisine karşı birtakım yükümlülükleri olduğunu öne sürecek şekilde haklı gösterilmek istenmektedir. Ana-babalar böyle bir temelden hareket ederek birtakım fedakârlıklar istemekle çocuklarının hayatını gerçekten mahvedebilirler; hatta bu eğilim bu gibi yıkıcı şekillerde ortaya çıkmamış olsa bile, çocuğunun yalnızca kendisini tatmin etmek için var olduğu inancı ile hareket eden bir anne, duygusal yönden çocuğunu ister istemez sömürmüş olacaktır. Bu çeşit bir nevrotik kimse aynı zamanda başkalarından birtakım şeyleri esirgemek eğilimini de gösterecektir; ödemek zorunda olduğu parayı ödemek istemeyecek, verebileceği bilgileri vermeyecek, karşısındaki kişiye umut verdiği halde cinsel yönden tatmin etmek istemeyecektir. Başkalarından bir şeyler çalma eğilimlerinin varlığı tekrar tekrar görülen hırsızlık rüyaları ile açığa çıkmış olabilir; ya da çalmak için bilinçli bir içtepi duyabilir, ama bunu durdurabilir; zaman zaman gerçek bir kleptoman olabilir.

Bu genel tipten olan kimseler, çoğu zaman başkalarını bir şeylerden yoksun bırakmak istediklerini fark etmeyebilirler. Bu şekilde hareket etme istekleri ile ilgili olan endişe, biri kendilerinden bir şeyler beklediği zaman hemen bir inhibition'la sonuçlanabilir: Kendilerinden beklenen bir doğum günü armağanını almayı unuturlar, ya da bir kadın kendilerine teslim olma isteğini gösterdiği zaman cinsel yönden güçsüz bir hale gelirler. Bununla birlikte, bu endişe her zaman gerçek bir inhibition'a yol açmayabilir; başkalarını sömürmüş oldukları ya da bir şeylerden yoksun bıraktıkları şeklinde gizli bir korku olarak ortaya çıkabilir. Şu var ki, bu durumu bilinç alanında şiddetle reddetmekle birlikte, başkalarını gerçekten sömürmekte ve bir şeylerden yoksun bırakmaktadırlar. Hatta şöyle bir durum da olabilir: Nevrotik

bir insan bu gibi eğilimlerin söz konusu olmadığı bazı faaliyetlerde böyle bir korkuya kapılabilir de, başka konularda başkalarını sömürmüş olduğunu ya da bir şeylerden yoksun bıraktığını fark etmeyebilir.

Başkalarını bir şeylerden yoksun bırakma eğilimleri, başkalarına her şeyi çok gören, başkalarından her şeyi esirgeyen bir hasetle birlikte gitmektedir. Çoğumuz, ulaşmak istediğimiz bazı elverişli durumları elde etmiş olan kimselere biraz olsun haset ederiz. Bununla birlikte, normal bir insan söz konusu olduğu zaman, ağırlık noktası o insanın bu elverişli durumları elde etmeyi istemiş olmasıdır. Nevrotik bir insan ise hiç de istemediği şeyler söz konusu olsa bile, yine de başkalarından bu gibi şeyleri esirgemekte, çok görmektedir. Bu tipten olan anneler çoğu zaman çocuklarının neşesini çok görürler ve onlara «bugün gülen, yarın ağlar» gibi sözler söylerler.

Nevrotik bir insan, başkalarına her şeyi çok gören bu tavrının «çiğliğini» haklı ve yerinde bir haset duygusuna dayandırarak gizlemeğe çalışacaktır. Başkalarının sahip olduğu şeyler ister bir bebek, ister bir genç kız, isterse bir eğlence, bir iş olsun, o derece parlak ve istenilen bir şey olarak görülür ki, insan haset etmekte tümüyle haklı olduğunu sanır. Böyle bir kendini haklı görme, ancak farkına varmaksızın gerçekleri bozmakla mümkün olabilir: İnsan kendi malı olan, kendisiyle ilgili olan şeylerin değerini küçültür ve başkalarının sahip olduğu şeylerin gerçekten istenmeğe değer şeyler olduğu gibi bir yanılgıya kapılır. Bu konuda kendini o derece aldatabilir ki, başka birinin kendisinden üstün olduğu tek bir elverişli durum yüzünden kendini gerçekten sefil, zavallı bir halde görebilir; ama bunun dışında kalan bütün öteki şeylerde hiç de onun yerinde olmak istemeyeceğini unutabilir. Gerçeği bu şekilde bozduğu için ödemek zorunda kaldığı bedel, elinde bulunan mutluluk imkânlarını değerlendirme ve bu imkânlardan zevk duyma yeteneksizliğidir. Bununla birlikte, bu yeteneksizlik

onu, o derece korktuğu «başkalarının haseti»nden korumaktadır. Kendilerini bazı kimselerin hasetinden koruyabilmek için yeterince nedenleri olan, bunun için gerçek durumlarını başka türlü gösteren birçok normal kimseler gibi, elinde bulunan şeylerden bile bile yararlanmak istemiyor değildir; bu işte öyle ileri gitmektedir ki, gerçekten de kendini her türlü zevkten yoksun bırakmaktadır. Böylece kendi amaçlarını bozmaktadır: Her şeyi elde etmek istemekte, ama yıkıcı itkilerinin ve endişelerinin sonucu olarak sonunda elleri boş kalmaktadır.

Üzerinde tartıştığımız bütün düşmanca eğilimler gibi başkalarını sömürme ya da bir şeylerden yoksun bırakma eğiliminin de, yalnızca bozuk sosyal ilişkilerden ileri gelmekle kalmayıp, aynı zamanda bu ilişkileri daha da bozduğu apaçıktır. Özellikle bu eğilim, çoğu zaman olduğu gibi, az çok bilinçdışı bir şekilde ortaya çıkacak olursa, ilgili kişiyi başkalarının yanında ister istemez utangaç ve çekingen bir duruma sokacaktır: Kendilerinden hiçbir şey beklemediği insanların yanında tabii olabildiği, kendini rahat ve serbest hissedebildiği halde herhangi bir kimseden bir şeyler almak, bir şeyler koparmak imkânı ortaya çıkar çıkmaz utangaç bir hal alacaktır. Karşısındaki kimseden herhangi bir konuda akıl danışma ya da bilgi edinme gibi belirli bir şey isteyebilir; ya da gelecekte herhangi bir yarar sağlayabileceğini umut etme gibi belli belirsiz şeyler bekleyebilir. Aşk ilişkileri için olduğu kadar bütün öteki ilişkiler için de doğrudur bu. Bu tip bir nevrotik kadın, ilgilenmediği erkeklerle birlikte olduğu zamanlar tabii ve serbest bir şekilde davranabilir; ama kendini sevdirmek istediği bir erkeğin yanında tutuk ve sıkılgandır, çünkü onun için o erkeğin sevgisini kazanmak demek, ondan bir şeyler koparmak demektir.

Bu tip kimseler olağanüstü bir para kazanma yeteneğine sahip olabilirler; böylece içtepilerini yararlı kanallara sevk edebilirler. Çoğu zaman para kazanma ko-

nusunda birtakım inhibition'lar geliştirecekler, böylece, sözgelişi, ücretlerini istemeğe çekinecekler ya da emeklerinin gereken karşılığını almadan çalışacaklar, bu şekilde kendilerini olduklarından daha cömert göstereceklerdir. Bu durumda, emeklerinin karşılığında gereken parayı almadıkları için hoşnutsuzluk duyabilirler; ama çoğu zaman bu hoşnutsuzluklarının nedenini bilmezler. Böyle bir nevrotik insanın inhibition'ları bütün kişiliğini kaplayacak şekilde dallanıp budaklanacak olursa, bağımsız bir hayat sürmesi imkânsız hale gelecek ve başkaları tarafından desteklenmesi, yardım görmesi gerekecektir. Bu durumda, asalak bir hayat yaşayacak ve böylece sömürücü eğilimlerini tatmin edecektir. Bu asalak tavır, mutlaka, «herkes bana bakmak, benim geçimimi sağlamak zorundadır» gibi kaba bir şekilde ortaya çıkmaz; başkalarının ona yardım etmesini, kendisinin yerine harekete geçmesini, iş konusunda fikir vermesini istemek, kısaca kendi hayatının sorumluluğunu başkalarının yüklenmesini beklemek gibi daha incelmiş şekiller alabilir. Bunun sonucu olarak genellikle hayata karşı takınılan tuhaf bir tavır ortaya çıkmaktadır: Hayatının kendisine ait olduğunu, bu hayatı başarılı bir şekilde yürütmenin ya da ziyan edip gitmenin kendisine bağlı olduğunu açık bir şekilde kavrayamamakta, sanki bütün olup bitenlerin kendisi ile hiçbir ilişkisi yokmuş gibi davranmaktadır; iyilik ve kötülüğün dışardan geldiğine, buna karşı elinden hiçbir şey gelmeyeceğine, bütün iyilikleri başkalarından beklemek, bütün kötülükler içinse yine onları suçlamak hakkına sahip olduğuna inanmaktadır. Bu şartlar altında genellikle iyi şeylerden çok, kötü şeylerle karşılaşacağı için, dünyaya karşı gittikçe artan acı bir duygunun uyanması kaçınılmaz olacaktır. Sevilmek için duyulan nevrotik ihtiyaçta da aynı asalak tavrı görmek mümkündür; özellikle sevgi ihtiyacı maddi çıkarlar sağlama isteği şeklinde ortaya çıktığı zaman...

Nevrotik bir insanın başkalarını sömürme ya da bir şeylerden yoksun bırakma eğiliminin sık sık rastlanan

bir sonucu da, başkalarının kendisini aldatacağı ya da sömüreceği endişesidir. Her zaman, birinin kendisinden bir şeyler alacağı, parasını ya da fikirlerini çalacağı korkusu içerisinde yaşamaktadır ve karşısına çıkan her insanın kendisinden bir şeyler isteyebileceğinden korkmaktadır. Gerçekten aldatılacak olursa, sözgelişi, bir taksi şoförü yolu uzatırsa, ya da bir garson şişirilmiş bir hesap pusulası getirirse aşırı bir öfkeye kapılmaktadır. Başkalarını kötüye kullanmayı amaçlayan kendi eğilimlerini başka insanlara yansıtmasının ruhsal değeri apaçıktır. İnsanın kendisine ait bir sorunla karşılaşmaktansa başkalarına haklı olarak kızdığını hissetmesi daha iyidir. Ayrıca, histerik kimseler, başka birini suçlamayı çoğu zaman onun gözünü korkutacak ya da kendini suçlamasına yol açacak, böylece kötüye kullanılmasına imkân verecek bir araç olarak kullanırlar. Sinclair Lewis, Mrs. Dodsworth'un karakterinde bu çeşit bir strateiiyi çok parlak bir şekilde dile getirmiştir.

Nevrotik kişinin güçlü olmak, saygınlık kazanmak, mal-mülk edinmek ya da zengin olmak için gösterdiği çabanın amaçları ve fonksiyonları çok kaba bir şekilde şöyle bir şema halinde gösterilebilir:

Amaçlar	**Neye karşı güvenlik sağladığı**	**Düşmanlık duygusunun ne şekilde ortaya çıktığı**
Güçlü olma	Çaresizlik-güçsüzlük	Başkalarına söz geçirme eğilimi
Saygınlık kazanma	Kendini küçük görme	Başkalarını küçük düşürme eğilimi
Mal-mülk-para sahibi olma	Yoksulluk, sefalet	Başkalarını bir şeylerden yoksun etme eğilimi

Bu çabaların önemini, nevrotik olaylardaki rolünü ve hangi kılıklar altında gizlenerek ortaya çıktıklarını görmek ve bu noktalar üzerinde önemle durmak şerefi Alfred Adler'indir. Bununla birlikte, Adler, bu çabaların

insan tabiatının başta gelen eğilimleri olduğunu kabul etmekte ve herhangi bir açıklamaya ihtiyaç gösterdiklerini sanmamaktadır[1]. Bu eğilimlerin nevrotik kimselerde karşımıza çıkan şiddetli şekillerini ise aşağılık duygularına ve bedenle ilgili kusurlara ve yetersizliklere bağlamaktadır.

Freud da bu çabaların birçok karmaşık sonuçlarını görmüş, ama bunları bir bütün olarak ele almamıştır. Saygınlık kazanmak için gösterilen çabayı kendine hayran olma ya da kendine âşık olma eğilimlerinin belirtisi olarak görmüştür. Güçlü olmak, mal-mülk ve para sahibi olmak için gösterilen çabaları ve bu çabaların kapsamış olduğu düşmanlık duygularını ise önceleri «anal-sadistic safha»nın sonuçları olarak görmüştür. Bununla birlikte, daha sonra, bu çeşit düşmanlık duygularının cinsel bir temele dayanılarak açıklanamıyacağını kabul etmiş ve ölüm içgüdüsünün belirtileri olduklarını öne sürmüştür; böylece biyolojik yönelişine bağlı kalmıştır. Adler de, Freud da bu gibi itkilerin oluşumunda endişenin oynadığı rolü göremedikleri gibi, bu itkilerin ortaya çıkma şekilleri içerisindeki kültürel unsurları da gözden kaçırmışlardır.

(1) Güçlü olma isteğinin aynı şekilde tek yönlü bir değerlendirilmesine Nietzsche'de rastlanmaktadır: **Der Wille zur Macht.**

XI. BÖLÜM

NEVROTİK YARIŞMA

Güçlü olma, saygınlık kazanma, mal-mülk edinme yolları kültürden kültüre değişir. Bütün bunlar miras yolu ile elde edilebilirler, ya da cesaret, beceriklilik, hastaları iyileştirme, tabiatüstü güçlerle ilişki kurma yeteneği, ruhsal dengesizlik, vb. gibi insanın içerisinde bulunduğu kültürel grubun değer verdiği bazı nitelikler sayesinde kazanılmış olabilirler. Belirli niteliklerin ve elverişli şartların yardımı ile gerçekleştirilmiş olağanüstü ve başarılı faaliyetler sayesinde de elde edilebilirler. Bizim kültürümüzde zenginliğin ve insanın toplum içerisindeki yerinin miras yolu ile geçmesi bu konuda şüphesiz belirli bir rol oynamaktadır. Bununla birlikte, güç, saygınlık ve zenginliğe bireysel çabalarla ulaşmak gerektiği zaman, başkaları ile yarışmalı bir mücadeleye girmek zorunlu olacaktır. Bu yarışma ekonomik bir merkezden bütün öteki alanlara doğru yayılmakta, sevgiye, sosyal ilişkilere ve oyun gibi faaliyetlere de el atmaktadır. Bu bakımdan bizim kültürümüz içerisinde yaşayan herkes için yarışma bir sorundur ve bu sorunun nevrotik çatışmaların çekirdeği olarak her zaman karşımıza çıkmasına şaşmamak gerekir.

Bizim kültürümüz içerisinde nevrotik bir yarışma ile normal bir yarışma arasında üç fark vardır. İlk olarak, nevrotik bir insan hiç de gerekli olmayan durumlarda bile hep kendini başkaları ile ölçüp durmaktadır. Baş-

kalarını geçme çabası bütün yarışmalı durumlar için zorunlu olmakla birlikte, nevrotik bir insan, kendisine hiçbir şekilde rakip olma olasılığı bulunmayan ve kendisiyle ortak bir amacı olmayan kimselerle bile boy ölçüşmeye kalkmaktadır. Kimin daha zeki, daha çekici, daha hoş olduğu sorusu hiçbir ayrım gözetilmeksizin herkes için söz konusudur. Hayata karşı takındığı tavır, at yarışlarına katılan bir binicinin tavrına benzetilebilir; onun için bir tek şeyin önemi vardır: Başkalarını geçip geçmediği. Böyle bir tavır, ister istemez, şu ya da bu gibi bir davaya gerçek bir ilgi duymayı engellemekte ya da zedelemektedir. Önemli olan, yapılan şeyin içeriği değil, bu şeyin ne derece bir başarıya yol açacağı, başkalarını ne derece etkileyeceği ya da ne kadar bir saygınlık sağlayacağıdır. Nevrotik bir insan kendini hep başkaları ile ölçtüğünün farkında olabilir, ya da farkında olmaksızın, otomatik olarak bu şekilde hareket edebilir. Ama böyle bir yarışmalı durumun kendi hayatında ne derece rol oynadığını tam olarak fark etmesi seyrek olarak mümkün olabilmektedir.

Nevrotik bir yarışma ile normal bir yarışma arasındaki ikinci fark, nevrotik bir insanın harisliğinin yalnızca başkalarından daha fazla bir şeyler ortaya koymak ya da daha fazla başarı kazanmak isteğini değil, tek ve biricik olma isteğini de kapsamış olmasıdır. Başkalarından daha üstün olup olmadığını düşünmüş olabilir, şu var ki amacı her zaman en üstün olmaktır. Amansız bir harislikle harekete geçmiş olduğunu tam olarak fark etmiş olabilir, ama daha çok harisliğini ya tam olarak baskı altına almıştır, ya da bir dereceye kadar örtbas etmiştir. Bu sonuncu durumda kendisi için önemli olan şeyin başarı kazanmak değil, yalnızca belli bir davaya hizmet etmek olduğuna inanabilir; amacının ön plana geçip herkesin dikkatini çekmek değil, yalnızca sahne arkasından ipleri oynatmak olduğuna inanabilir; ya da bir zamanlar, hayatının belli bir döneminde haris olduğunu kabul edebilir: Küçük bir oğlanken ikinci bir Napolyon,

ikinci bir İsa olmak, dünyayı savaştan kurtarmak gibi hayaller kurduğunu; küçük bir kızken Wales Prensi ile evlenmeyi hayal ettiğini itiraf edebilir; ama o zamandan beri geçen süre içerisinde harisliğinin tümüyle silinip gittiğini öne sürebilir. Hatta her şeyden elini eteğini çekmiş olduğundan şikâyet edebilir ve eski harisliğini bir parça olsun canlandırmanın iyi olacağını söyleyebilir. Harisliğini büsbütün baskı altına alacak olursa, hiçbir zaman harislik nedir bilmediğine kesinlikle inanabilir. Bu durumda ancak psikanalist, hastanın savunma mekanizmalarından birkaçını gevşetebilirse, bir zamanlar büyük bir adam olma hayalleri kurmuş olduğunu hatırlayacak, kendi sahasında birinci olduğunu, görülmemiş derecede akıllı ya da yakışıklı bir insan olduğunu aklından geçirdiğini, kendisi dururken bir kadının başka bir erkeğe âşık olmasına hayret ettiğini, hatta daha sonra bu gibi durumlara fena halde içerlediğini hatırlayacaktır. Bununla birlikte, birçok durumlarda, göstermiş olduğu tepkilerde harisliğinin ne derece rol oynadığını bilmediği için bu gibi düşüncelere pek önem vermemektedir.

Böyle bir harislik bazan belirli bir amaca yönelecektir: Akıllı ya da çekici bir insan olmak, şu ya da bu gibi bir başarı kazanmak, ahlaki yönden üstün olmak gibi. Bazan da harislik belli bir amaca yönelecek yerde, ilgili kişinin bütün faaliyetlerini kapsayacak şekilde yaygınlaşabilecektir: El atmış olduğu her alanda en iyi, en üstün olmak zorunu duymak gibi. Hem büyük bir yaratıcı, hem ünlü bir fizikçi, hem de eşsiz bir müzisyen olmak isteyebilir. Kadınsa eğer, yalnızca kendi mesleğinde birinci olmak istemekle kalmaz; aynı zamanda kusursuz bir ev kadını ve en iyi giyinen kadın da olmak isteyebilir. Bu tipten olan yeni yetişen gençler bir meslek seçmekte ve o mesleği sürdürmekte güçlük çekerler, çünkü bir mesleği seçmek ötekinden vazgeçmek, hiç değilse sevdiği işlerin ve ilgi duyduğu şeylerin bir bölümünden vazgeçmek demektir. Birçok insanlar için mimarlığı, operatörlüğü ve keman çalmayı birlikte yürüt-

mek zor bir iştir. Bu tip yeni yetişen gençler gerçekleşmesi mümkün olmayan aşırı umutlarla işe başlayabilirler: Rembrandt gibi resim yapmak, Shakespeare'inkiler gibi piyesler yazmak, laboratuvarda çalışmağa başlar başlamaz doğru bir kan sayımı yapmayı başarabilmek gibi... Aşırı derecede haris olmaları yüzünden kendilerinden pek çok şey bekledikleri için başarıya ulaşamazlar, böylece çarçabuk cesaretlerini yitirirler, hayal kırıklığına uğrarlar ve çok geçmeden giriştikleri işten vazgeçerek başka bir işe başlarlar. Birçok yetenekli insanlar hayatları boyunca enerjilerini bu şekilde harcar dururlar. Gerçekten de, çeşitli alanlarda bir şeyler başarabilmek için büyük imkânları vardır; ama her şeyle ilgilenmek ve hemen her konuda aynı derecede haris olmak yüzünden belli bir amacı gerçekleştirmek için gereken sebatı gösteremezler; sonunda hiçbir şey başaramazlar ve o güzelim yetenekleri ziyan olup gider.

İnsan kendi harisliğinin farkına varsın ya da varmasın, bu harisliğin engellenmesine karşı her zaman aşırı bir duyarlık gösterilmektedir. Kazanılan bir başarı bile bir hayal kırıklığı uyandırabilir, çünkü beslenmiş olan büyük umutlarla boy ölçüşecek düzeyde değildir. Sözgelişi, bilimsel bir yazı ya da kitap yayınlayarak kazanılan bir başarı bir hayal kırıklığına yol açabilir, çünkü gazetelerde büyük yankılar uyandıracak yerde yalnızca sınırlı bir ilgi uyandırabilmiştir. Bu tip bir insan güç bir sınavdan geçtikten sonra, aynı sınavdan başkalarının da geçtiğini söyleyerek başarısını küçümseyecektir. Bu şekilde hep hayal kırıklığına uğrama eğilimi, bu tip insanların başarının tadına niçin varamadıklarını açıklayan nedenlerden biridir. Öteki nedenler üzerinde daha sonra duracağım. Bu gibi insanlar hiç şüphesiz her türlü eleştiriye karşı da aşırı bir duyarlık gösterirler. Birçokları ilk kitaplarından ya da ilk resimlerinden sonra hiçbir şey koyamamışlardır ortaya, çünkü en yumuşak, en hafif eleştirilerden bile bütün cesaretlerini yitirmişlerdir. Birçok gizli nevroz halleri ilk olarak bir üst'ün (âmirin)

yaptığı bir eleştiri ya da bir başarısızlık yüzünden ortaya çıkmıştır -bu eleştiri ve başarısızlık önemsiz olsa bile ya da hiç değilse bu derece bir ruhsal bozukluk yaratacak kadar önemli olmasa bile.

Normal bir yarışma ile nevrotik bir yarışma arasındaki üçüncü fark, nevrotik bir insanın harisliğinin «hiç kimse benim kadar güzel, benim kadar yetenekli, benim kadar başarılı olmayacak» cümlesi ile dile getirilebilecek düşmanca bir tavrı kapsamış olmasıdır. Her şiddetli yarışmada düşmanca bir tavır vardır, çünkü yarışmacılardan birinin zaferi ötekinin yenilgisi demektir. Gerçekten de, bireyselliğe dayanan bir kültürde o derece şiddetli bir yarışma vardır ki, tek başına ele alındığı zaman bunu nevrotik bir özellik olarak niteleyip niteleyemiyeceğimize karar vermek güçtür. Hemen her zaman kültürel bir davranış kalıbı işe karışmaktadır. Bununla birlikte, nevrotik bir insanda böyle bir tavrın yıkıcı olan görünüşü, yapıcı olan görünüşünden daha ağır basar: Başkalarının başarısızlığını görmek, kendi başarısından daha önemlidir. Daha yerinde bir deyimle, nevrotik bir harislik gösteren bir insan, başkalarını başarısızlığa uğratmak sanki kendi başarısından daha önemliymiş gibi davranmaktadır. Gerçekte, kendi başarısı onun için son derece önemlidir; ama daha sonra göreceğimiz gibi, başarı kazanmasını engelleyen şiddetli inhibition'ları olduğu için, yapabileceği tek şey başkalarından üstün olmak, hiç değilse kendini başkalarından üstün görmektir: Başkalarını ezmek, kendi düzeyine indirmek, daha doğrusu kendinden daha aşağı bir düzeye indirmektir.

Kültürümüzün yarışmalı mücadeleleri içerisinde, bir insanın kendi durumunu güçlendirmek, kendi ününü-şanını artırmak, ya da kendisine rakip olabilecek birinin yükselmesine fırsat vermemek için, kendisiyle yarışma durumunda olan birine zarar vermeğe çalışması çoğu zaman uygun görülmektedir. Şu var ki, nevrotik bir insan, başkalarını küçültmek için körü körüne, hiçbir ayrım

yapmaksızın ve içten gelen bir zorlama ile hareket etmektedir. Başkalarının kendisine gerçekten zarar vermeyeceğini bilmiş olsa bile, hatta onların başarısızlığının kendi menfaatlerine aykırı olduğunu çok açık ve seçik olarak bilmiş olsa bile yine bu şekilde davranmaktadır. Kesinlikle hissettiği şey şudur: Ancak tek bir kişi başarılı olabilir. Bu ise «hiç kimse değil, yalnız ben başarılı olacağım» demenin başka türlüsüdür. Başkalarına zarar verme içtepisinin arkasında şiddetli bir heyecan gizlenmiş olabilir. Bir örnek verecek olursak, piyes yazmakta olan bir adam bir arkadaşının da piyes yazdığını duyunca şiddetli bir öfkeye kapılmıştır.

Bu şekilde başkalarının gösterdiği çabaları engellemek ya da başarısızlığa uğratmak içtepisi birçok ilişkilerde ortaya çıkabilir. Aşırı derecede haris olan bir çocuk, ana-babasının kendisini yetiştirmek için gösterdiği her türlü çabayı engellemek için zorlu bir istek duyabilir. Eğer ana-babası onun tavır ve hareketlerinin iyi olması ve sosyal bir başarı kazanması için uğraşıyorlarsa, çocuk sosyal yönden skandal yaratacak bir davranış kalıbı geliştirecektir. Entelektüel gelişmesi için çaba gösteriyorlarsa, öğrenmeğe karşı o derece şiddetli inhibition'lar geliştirecektir ki zayıf akıllı olduğu izlenimi uyanacaktır. Zayıf akıllı oldukları şüphesi ile bana getirilen iki genç hasta vardı; oysa daha sonra bu genç kızların çok yetenekli ve zeki oldukları ortaya çıktı. Psikanaliste karşı da aynı şekilde davranmaları, ana-babalarını hayal kırıklığına uğratmak için duydukları isteği ışığa çıkartmıştı. Bu genç kızlardan biri, bir süre benim söylediklerimi sanki anlamıyormuş gibi davranmış, bu yüzden onun zekâsı konusunda verdiğim yargıda yanıldığımı sanmama yol açmıştı; bu durum bu genç kızın bana da tıpkı ana-babasına ve öğretmenlerine davrandığı şekilde davrandığını, bana da aynı oyunu oynadığını anlayıncaya kadar sürdü. Her iki genç kız da son derece haristiler, ama tedavinin başladığı sıralarda bu harislik tümüyle yıkıcı içtepilerle karışmış durumdaydı.

Derslere ya da herhangi bir tedavi şekline karşı da aynı tavır takınılabilir. Dersler ve tedavi şekilleri söz konusu olduğu zaman ilgili kişinin menfaati onlardan yararlanmayı gerektirir. Bununla birlikte, bu tipten olan bir insan için, daha doğrusu böyle bir insanın hep başkaları ile yarışmaya kalkan yanı için, öğretmenin ve doktorun başarısını engellemek ve bozmak daha önemlidir. Bu amaca yalnızca başkalarının kendisi üzerinde hiçbir başarı kazanamadığını kanıtlayarak ulaşacak olursa, hasta ya da cahil kalmağa bile razıdır; böylece başkalarının hiçbir işe yaramadıklarını onlara kanıtlamış olacaktır. Bütün bu olup bitenlerin bilinçdışı alanda geçtiğini söylemeğe gerek yok. Böyle bir insanın bilinç alanında, öğretmenin ya da doktorun gerçekten yeteneksiz oldukları, ya da kendisi için gereken kimseler olmadıkları şeklinde kesin bir kanı ile karşılaşıyoruz.

Bu tip bir hasta, psikanalistin kendisini başarılı bir şekilde tedavi etmesinden fena halde ürkecektir. Psikanalistin gösterdiği çabaları başarısızlığa uğratmak için elinden geleni yapacak, bu şekilde davranmakla kendi amaçlarını bozduğu apaçık olsa bile aynı şekilde hareket edecektir. Psikanalisti yanlış yola sevk etmek ya da önemli bilgileri açıklamamakla kalmayacak, aynı zamanda hasta olarak kalmakta ya da elinden geldiği kadar kötüleşmekte devam edecektir. Durumda iyiye doğru bir gidiş olduğu zaman bunu psikanaliste söylemeyecek ya da istemeye istemeye, sızlana sızlana söyleyecek; psikanaliz sonucunda herhangi bir noktanın aydınlığa kavuşmasını ya da iyiye doğru gidişi başka etkenlere -ısı değişikliklerine, aspirin almış olmasına, okuduğu bir yazıya, vb.- bağlayacaktır. Psikanalistin hiçbir dediğini yapmayacak, böylece onun kesinlikle yanılmış olduğunu göstermeğe çalışacaktır. Ya da daha önce psikanalistin öne sürdüğü, kendisinin ise şiddetle reddettiği bir fikri kendi buluşu imiş gibi ortaya atacaktır. Bu sonuncu davranış günlük hayatımızın sıradan işlerinde sık sık karşımıza çıkabilir; bilinçdışı bir şekilde başkalarının fikirle-

rini kendine mal etme mekanizmasını harekete getiren güç olarak rol oynamaktadır ve bir fikri öncelikle kimin ortaya attığı konusundaki mücadelelerin çoğunun böyle bir psikolojik temeli vardır. Bu tip bir insan kendisinden başka hiç kimsenin yeni bir fikri olabileceği düşüncesine katlanamıyacaktır. Kendisinin olmayan her türlü fikri kesinlikle küçümseyecektir. Sözgelişi, o sıralarda kendisiyle yarışma durumunda bulunan birinin tavsiye ettiği bir kitabı okumak, bir filmi görmek istemeyecek ya da onlardan hoşlanmayacaktır.

Bütün bu tepkiler analiz sırasında gittikçe ışığa çıktığı zaman, yapılan iyi bir yorumlamadan sonra nevrotik bir insan öfke nöbetleri gösterebilecektir: Bir şeyler kırıp dökmek ya da psikanaliste hakaretler savurmak gibi. Ya da bazı sorunlar aydınlandıktan hemen sonra, çözülmemiş bir halde duran daha bir sürü sorunun var olduğuna dikkati çekecektir. Göze çarpacak kadar iyileşmiş ve aklı ile bu gerçeği kabul etmiş olsa bile, her türlü minnet duygusuna karşı savaş açacaktır. Nankörlük duygusunda şüphesiz başka etkenler de işe karışmaktadır. Birtakım yükümlülükler altında kalma korkusu gibi; ama nankörlüğün önemli bir unsuru, çoğu zaman, nevrotik kişinin herhangi bir kimseye şu ya da bu gibi bir şey için değer vermek yüzünden hissettiği küçüklük duygusudur.

Başkalarını yenilgiye uğratma içtepileri aynı zamanda epeyce endişe de yaratmaktadır; çünkü nevrotik bir insan, otomatik olarak, başkalarının da tıpkı kendisi gibi bir yenilgiye uğradıktan sonra kendilerini incinmiş hissedeceklerini ve öç alma duygularına kapılacaklarını düşünmektedir. Bu bakımdan başkalarını incitmekten ürkmektedir ve başka insanları başarısızlığa uğratma eğilimlerinin gerçekten haklı olduğunu sanarak ve bu nokta üzerinde ısrarla durarak bu eğilimlerin bilinçlenmesine fırsat vermemektedir.

Nevrotik bir insan başkalarını küçültmek için şiddetli bir eğilim duyduğu zaman, olumlu bir kanı edinmek

olumlu bir tavır takınmak ya da olumlu bir karar vermek konusunda birtakım güçlüklerle karşılaşmaktadır. Bir insan ya da bir konu üzerinde edinmiş olduğu olumlu bir kanı, herhangi bir kimsenin yaptığı en ufak bir eleştiriye bile dayanamayıp sarsılmakta ve çökmektedir; çünkü nevrotik bir insanın başkalarını küçültme ya da küçük görme içtepileri en önemsiz bir şeyle bile harekete geçebilmektedir.

Nevrotik bir insanın güçlü olmak, saygınlık kazanmak, mal-mülk-para edinmek için gösterdiği çabadan ileri gelen bütün bu yıkıcı içtepiler yarışmalı bir mücadeleye yol açmaktadır. Kültürümüz içerisindeki genel yarışmalı mücadelede normal insanların da bu gibi eğilimleri olabilir; şu farkla ki, nevrotik bir insanda bu içtepiler, yol açabilecekleri herhangi bir elverişsiz durumdan ve acıdan ayrı olarak başlı başına bir önem taşırlar. Başka insanları küçük düşürme, sömürme ve aldatma eğilimi, nevrotik bir insan için, bütün bunları başarabildiği zaman kendi üstünlüğünü gösteren bir zaferi, başaramadığı zaman ise bir yenilgiyi ifade eder. Başkalarından yararlanmak, onlardan bir şeyler almak imkânını bulamayan nevrotik bir insanın gösterdiği öfke, genellikle böyle bir yenilgi duygusundan ileri gelmektedir.

Herhangi bir toplumda bireyler-arası bir yarışma havası egemen olduğu zaman -erkeklerin ve kadınların hayat sahasının kesinlikle birbirinden ayrılmamış olduğu durumlarda- bu yarışma eninde sonunda iki cins arasındaki ilişkileri bozacaktır. Şu var ki nevrotik bir yarışma, yıkıcı niteliğinden ötürü normal bir yarışmadan daha fazla yıkıntıya yol açmaktadır.

Kadınla erkek arasındaki sevgi ilişkilerinde nevrotik kişinin, eşini küçük düşürmek, kendisine boyun eğdirmek ve yenmek eğilimleri büyük bir rol oynamaktadır. Cinsel ilişkiler ya eşini küçük düşürmek ye kendisine boyun eğdirmek için, ya da onun tarafından yenilmek ve küçük düşürülmek için bir araç olarak kullanılmaktadır;

cinsel ilişkilerin böyle bir amaçla kullanılması hiç şüphesiz onların temel niteliğine aykırıdır. Çoğu zaman Freud'un erkeklerin sevgi ilişkilerinde bir «bölünme» olarak nitelediği bir durum ortaya çıkmaktadır: Erkek ancak kendinden daha aşağı düzeyde olan kadınlara cinsel bir ilgi duyabilmekte, sevdiği ve hayran olduğu kadınlar söz konusu olduğu zaman ise ne cinsel istek duymakta, ne de cinsel güce sahip olabilmektedir. Böyle bir kimse için cinsel ilişki, küçük görme ya da küçük düşürme eğilimlerine çok sıkı bir şekilde bağlıdır; böylece sevdiği ya da sevebileceği bir kimsenin yanında hemen cinsel isteklerini baskı altına almaktadır. Bu tavır genellikle o erkeğin çocukken annesine karşı takınmış olduğu tavra bağlanabilir: Annesinin kendisini küçük gördüğünü hissetmiş, buna karşılık o da onu küçük görmek, küçük düşürmek istemiştir; ama korktuğu için bu içtepisini aşırı bir bağlılık duygusu iie gizlemiştir -bu durum genellikle ilk çocukluk safhasına «saplanıp kalma» (fixation) olarak nitelenmektedir. Daha sonraki hayatında kadınları iki gruba ayırmak gibi bir çözüm yolu bulmuştur; sevdiği kadınlara karşı içerisinde kalmış olan düşmanlık duygusu, onları gerçekten engellemek şeklini almıştır.

Bu tip bir erkek mevki ya da kişilik bakımından kendisi ile eşit durumda ya da kendinden üstün bir kadınla ilişki kuracak olursa, onunla iftihar edecek yerde çoğu zaman gizli bir utanç duyacaktır. Böyle bir tepki gösterdiği için de son derece şaşıracaktır; çünkü bir kadınla cinsel ilişki kurmanın o kadının değerini küçültmeyeceğini bilinçli olarak bilmektedir. Bilmediği, fark etmediği şey ise şudur: Cinsel ilişki yolu ile bir kadını küçültme içtepileri o kadar kuvvetlidir ki, duygusal yönden o kadın onun için aşağılık bir yaratık halini almaktadır. Bu bakımdan ondan utanması akla-mantığa uygun bir tepkidir. Bir kadın da, aynı şekilde, sevdiği bir erkekten akıldışı bir utanç duyabilir; bu duygusunu onunla birlikte gözükmek istememek, ya da onun iyi niteliklerini görmek istememek, böylece ona hak etmiş olduğundan da-

ha az değer vermekle açığa vurabilir. Psikanaliz, böyle bir kadının da aynı şekilde eşini küçültme eğilimleri olduğunu, ama bu eğilimlerin bilinçdışı alanda kaldığını göstermektedir[1]. Genellikle kadınlara karşı da bu gibi eğilimleri olabilmektedir, ama bu eğilimler, birtakım özel nedenlerle, erkeklerle olan ilişkilerinde daha çok göze çarpmaktadır. Bu özel nedenler çeşit çeşit olabilirler: Kendisinden daha elverişli bir durumda bulunan bir erkek kardeşe duyulan kin; zayıf bir babaya duyulan nefret; çekici bir kadın olmadığını düşünmek, bu yüzden erkeklerin kendisine yüz vermeyeceklerini beklemek, vb. Aynı zamanda kadınlardan çok ürkmüş olduğu için de onları küçültme eğilimlerinin ortaya çıkmasına fırsat vermeyebilir.

Kadınlar da, tıpkı erkekler gibi, karşı cinsten olanları küçültmek ve kendilerine boyun eğdirmek eğilimlerinin tam olarak farkında olabilirler. Bir genç kız, yalnızca bir erkeği parmağının ucunda oynatabilmek gibi açık bir amaçla onunla bir sevgi ilişkisi kurabilir. Ya da erkekleri kendine doğru çekebilir, ama kendisine bağlandıklarını hisseder etmez silkip atabilir. Ne var ki bu küçük düşürme isteği genellikle bilinçli değildir; bu gibi durumlarda dolaylı şekillerde ortaya çıkabilir: Bir erkeğin önerisini tutulamıyan bir kahkaha ile karşılamak gibi. Ya da cinsel soğukluk şeklini alabilir; bu şekilde o erkeğe kendisini tatmin edemiyeceğini göstermek isteyebilir; böylece -özellikle o erkekte kadınlar tarafından küçük görül-

---

(1) Dorian Feigenbaum, **Psychoanalytic Quarterly**'de «Morbid Shame» adı ile yayınlanacak olan bir yazısında bu çeşit bir vaka üzerinde durmaktadır. Bununla birlikte, Feigenbaum'un yaptığı yorumlama benimkinden farklıdır; çünkü o, utanç duygusunu eninde sonunda kız çocukların erkek çocukların penis'ine duyduğu hasete bağlamaktadır. Psikanalitik çalışmalarda kadınların «castrative» eğilimleri olarak görülen ve penis'e duyulan hasete bağlanan eğilimlerin çoğu bence erkekleri küçültme, küçük düşürme isteğinin sonucudur.

me gibi nevrotik bir korku olduğu zaman- onu küçük düşürmeyi başarabilir. Bunun tam tersi olan ve çoğu zaman aynı insanda görülen bir durum da vardır: Cinsel ilişkiler yüzünden incindiğini, küçüldüğünü, aşağı görüldüğünü hissetmek. Kraliçe Victoria'nın zamanında bir kadının, cinsel ilişkileri küçültücü bir şey olarak görmesi kültürel bir davranış kalıbı idi; cinsel ilişkiler yasal bir temele dayandığı ve kibar bir hanıma yakışacak şekilde soğuk bir hal aldığı zaman bu duygu zayıflıyordu. Son otuz yıldan beri bu kültürel etki gittikçe zayıflamış olmakla birlikte, bugün hâlâ oldukça kuvvetlidir ve erkeklerden çok kadınların, cinsel ilişkileri küçültücü bir şey olarak görmeleri bununla açıklanabilir. Bu da cinsel soğukluğa, ya da erkeklerle ilişki kurma isteği var olduğu halde onlardan büsbütün uzak durmağa yol açabilir. Böyle bir tavır takınmış olan bir kadın, masochistic birtakım hayaller ya da sapıklıklarla ikinci dereceden bir tatmine ulaşabilir, ama cinsel ilişkilerin kendisini küçülteceğini beklediği için erkeklere karşı şiddetli bir düşmanlık duyabilir.

Kendi erkekliğine hiçbir şekilde güvenemeyen bir erkek de, bir kadının kendisinden hoşlandığı apaçık olsa bile, onun yalnızca cinsel bir tatmin duyabilmek için kendisiyle ilişki kurmağa razı olduğundan kuşkulanabilir ve kendisinin kötüye kullanıldığını sandığı için kadına karşı öfke ve nefret duyabilir. Ya da kadının cinsel bir tatmin duymamasını, katlanılamıyacak bir küçük görülme olarak yorumlayabilir; dolayısıyla kadının da cinsel bir zevk duyması konusunda aşırı bir kaygı gösterebilir. Kendisi bu aşırı kaygıyı «başkasının duygularını dikkate alma» ve «başkasına saygı gösterme» şeklinde yorumlamış olabilir. Ama gerçekte kaba ve saygısız bir erkek olması mümkündür; bu durumda, kadının cinsel tatmin duyması konusundaki kaygıları, yalnızca küçük görülmeye karşı başvurduğu bir savunma mekanizmasıdır.

Başkalarını küçültme ve başarısızlığa uğratma itkilerini gizleyecek iki ana yol vardır: Bu etkileri bir hayranlık

maskesi altında gizlemek, ya da şüpheciliğe başvurarak akla uygun bir şekle sokmak. Şüphecilik, gerçekten var olan birtakım akla uygun anlaşmazlıkların ifadesi olabilir. Ancak, gerçek bir temele dayanan bu gibi şüpheler kesin olarak bir yana itildiği zaman bazı gizli itkiler aramak gerekecektir. Bu gibi itkiler bilinç yüzeyine o derece yaklaşmış olabilirler ki, yalnızca bu şüphelerin gerçekten söz konusu olup olmadığını sormak bile bir endişe nöbeti yaratabilir. Hastalarımdan biri, farkında olmaksızın, her mülakatta kaba bir tavır takınarak beni küçük düşürmeğe çalışmıştı. Daha sonra, bazı bakımlardan benim iyi bir doktor olup olmadığım konusunda gerçekten şüphe duyup duymadığını sorduğum zaman, bu soruya şiddetli bir endişe nöbeti ile tepki göstermişti.

Başkalarını küçültme ve başarısızlığa uğratma itkileri hayranlık maskesi altında gizlendiği zaman işler daha karmaşık bir hal alır. Gizliden gizliye kadınları incitmek ve onlara hakaret etmek isteğini duyan erkekler, bilinçli olarak onlara büyük bir değer verirler. Bilinçdışı olarak hep erkekleri küçültmeğe ve başarısızlığa uğratmağa çalışan kadınlar ise, erkekleri bir kahraman olarak görürler ve onlara taparlar. Nevrotik bir insanın bir başkasını kahraman olarak görüp ona tapmasında, normal bir kimsede olduğu gibi, o kişinin büyüklüğü ve değeri karşısında duyulan gerçek bir hayranlık söz konusu olabilir; ama nevrotik bir insanın ayırt edici niteliği, iki eğilimi birleştirmiş ve uzlaştırmış olmasıdır: (1) Değeri ne olursa olsun herhangi bir başarıya körü körüne hayran olmak -çünkü kendisi de başarıya ulaşmak istemektedir; (2) başarı kazanmış bir insana karşı duyduğu yıkıcı isteklerini gizlemek.

Evlilik ilişkilerinde karşımıza çıkan bazı tipik çatışmaları bu temel noktalardan hareket ederek anlamak gerekir. Bizim kültürümüzde, çatışmalar çoğu zaman kadınlarla ilgili olacaktır, çünkü başarıya ulaştırabilecek dış uyarımlar ve başarıya ulaşma imkânları erkekler için

daha çoktur. Kahraman olarak gördüğü bir erkeğe tapacak kadar hayran olan bir kadının, o erkek yalnızca gerçekten başarılı olduğu için ya da ileride başarı kazanacağını düşünerek evlendiğini varsayalım. Bizim kültürümüzde, bir kadın, bir dereceye kadar kocasının başarısına katılabildiği için, kocası başarılı olduğu sürece biraz olsun tatmin duyabilir. Şu var ki, kendisi çatışmalı bir durum içerisindedir: Kocasını başarılı olduğu için sevmekte, aynı zamanda yine bu yüzden ondan nefret etmektedir; kocasının başarısını yıkmak istemektedir; ama bir yandan da bu başarıya katılarak başarının tadına varmak istediği için bu yıkıcı isteklerine set çekmektedir. Böyle bir kadın, kocasının başarısını yıkmak isteğini, gereksiz yere bol bol para harcayarak kocasının mali güvenliğini tehlikeye sokmak, gücünü ve cesaretini yitirmesine yol açacak kavgalarla rahatını huzurunu kaçırmak, onu küçümsediğini belli edecek sinsi bir tavır takınarak kendine olan güvenini sarsmak gibi davranışlarla açığa vurabilir. Ya da bu yıkıcı isteklerini, kocasını durup dinlenmeksizin daha çok başarı kazanmağa zorlamak, buna karşılık kocasının rahatını ve mutluluğunu hiç düşünmemek şeklinde de açığa vurmuş olabilir. Bu nefret duygusu, herhangi bir başarısızlık belirtisi karşısında daha açık ve seçik bir hal almaktadır; kocası başarılı olduğu sürece her bakımdan kocasını seven bir kadın tavrı takınabildiği halde, şimdi ona yardım edecek ve cesaret verecek yerde, ona karşı cephe almaktadır; çünkü kocasının başarısına katıldığı sürece gizli kalabilen öç alma eğilimleri, başarısızlık belirtileri ile birlikte hemen ortaya çıkmaktadır. Bütün bu yıkıcı eğilimler sevgi ve hayranlık perdesi arkasına gizlenmiş olabilirler.

Sevginin nasıl olup da harislikten ileri gelen yıkıcı eğilimleri telafi edecek bir araç olarak kullanıldığını gösterebilmek için, sık sık karşımıza çıkan başka bir örnekten söz açmak istiyorum. Kendine güvenen, yetenekli ve başarılı bir kadının hikâyesidir bu. Evlendikten sonra yalnızca işinden çıkmakla kalmamış, aynı zamanda (koca-

sına) bağımlı bir tavır takınmış ve her türlü harisliğinden vazgeçmiş gibi görünmüştür -bütün bunlar «tam bir kadın olma» şeklinde tanımlanabilir. Kocası genellikle hayal kırıklığına uğramıştır, çünkü kendine iyi bir arkadaş bulduğunu sandığı halde, kendisi ile işbirliği yapmayan ve kendini kocasından aşağı düzeye indiren bir kadınla karşı karşıya kalmıştır. Bu derece değişen bir kadın, kendi imkânları ve yetenekleri konusunda birtakım nevrotik kuşkular duyuyor demektir. Başarılı bir erkekle ya da hiç değilse başarılı olacağını umduğu bir erkekle evlenmekle kendi haris emellerine ulaşmasının, hiç değilse güvenliğe ulaşmasının daha kolay, daha tehlikesiz olacağını sezmiştir. Buraya kadar bu durum herhangi bir bozukluğa yol açacak yerde, işe yaramıştır. Şu var ki, bu nevrotik kadın kendi haris emellerinden vazgeçtiği için gizliden gizliye isyan etmiş, kocasına karşı düşmanca duygular beslemeğe başlamış ve nevrotik bir insanın «ya hep, ya hiç» ilkesine göre bir hiçlik duygusuna kendini kaptırmıştır; sonunda gerçekten de bir hiç olmuştur.

Daha önce söylemiş olduğum gibi, bu çeşit bir tepkiye kadınlarda erkeklerden daha çok rastlanmış olmasının nedeni, kültürel durumla ilgilidir; çünkü kültürümüz başarıyı erkeklerin hayat sahası olarak görmektedir. Bu çeşit bir tepkinin kadınlığın ayırt edici niteliğinden ileri gelen bir özellik olmadığını gösteren bir olgu vardır: Durum tersine çevrildiği zaman, yani kadın daha güçlü, daha zeki, daha başarılı olduğu zaman erkekler de aynı tepkiyi göstermektedirler. Sevgi alanı dışında her şeyde erkeğin üstünlüğüne inanan bir kültür içerisinde yaşadığımız için, erkeğin takındığı böyle bir tavrın hayranlık maskesi altında gizlenmesine daha az rastlarız; bu tavır genellikle oldukça açık bir şekilde, doğrudan doğruya kadının menfaatlerini ve işini engelleme davranışı olarak ortaya çıkmaktadır.

Bu yarışma havası yalnızca erkeklerle kadınlar arasındaki ilişkileri etkilemekle kalmaz, aynı zamanda eş

seçme konusunda da güçlükler yaratır. Bu bakımdan nevrozlarda karşımıza çıkan sorunlar, yarışmalı bir kültür içerisinde çoğu zaman normal olarak görülen özelliklerin daha aşırı bir görünüşünden başka bir şey değildir. Normal olarak eş seçme çoğu zaman saygınlık kazanmak, mal-mülk ve para edinmek için gösterilen çabalarla, yani aşk alanının dışında kalan itkilerle belirlenmiştir. Nevrotik bir insanda ise her şey bu itkilerle belirlenmiştir; çünkü bir yandan başkalarına söz geçirmek, saygınlık kazanmak, başkalarından destek görmek için gösterdiği çabalar normal bir insanınkinden daha zorlu ve daha kuvvetlidir; öbür yandan karşı cinsten olan kimseleri de kapsayacak şekilde başkaları ile olan bütün ilişkileri uygun bir eş seçmeyi imkânsız kılacak şekilde bozulmuştur.

Yıkıcı bir yarışma eş-cinsel eğilimleri iki bakımdan güçlendirebilir: İlk olarak, kendisine eşit olan kimselerle cinsel bir yarışmaya girmekten kaçınmak için karşı cinsten olanlardan büsbütün el çekmeyi gerektiren bir içtepinin ortaya çıkmasına yol açar; ikinci olarak da, yaratmış olduğu endişe bir güvenlik ihtiyacını gerektirir; daha önce gösterilmiş olduğu gibi, güvenlik sağlayan bir sevgiye duyulan ihtiyaç çoğu zaman aynı cinsten olan birine saplanıp kalma gibi bir sonuç yaratır. Yıkıcı bir yarışma ile eş-cinsel itkiler arasındaki bu ilişki, hasta ve psikanalist aynı cinsten olduğu zaman, psikanaliz sırasında çoğunlukla karşımıza çıkabilmektedir. Böyle bir hasta kendi başarılarını övdüğü, psikanalisti ise küçümsediği bir dönemden geçebilir. Başlangıçta bunu o derece «kılık değiştirmiş» bir biçimde yapar ki, bu şekilde hareket etmiş olduğunu hiç fark etmeyebilir. Daha sonra psikanaliste karşı takındığı tavrı fark eder, ama hâlâ kendi duygularını kavrayamaz ve ne kadar şiddetli bir heyecanın böyle bir tavra yol açtığını bilemez. Daha sonra kendi düşmanca tavrının psikanalist üzerindeki etkisini yavaş yavaş hissetmeğe başladıkça, aynı zamanda gittikçe kendini daha rahatsız, daha tedirgin hissettikçe

-endişeli rüyalar, çarpıntılar, huzursuzluklar, vb.- birdenbire rüyasında psikanalistin kendisini öptüğünü görür ve psikanalistle yakın bir ilişki kurmak için duyduğu istekleri, kurduğu hayalleri fark eder; böylece endişesini hafifletmek ihtiyacını açığa vurmuş olur. Hasta, içerisinde bulunduğu yarışmalı durumun yaratmış olduğu sorunlarla yüz yüze gelmeğe hazır olduğunu anlayıncaya kadar bu gibi tepkiler tekrar tekrar ortaya çıkabilir.

Böylece, kısaca söylemek gerekirse, hayranlık ve sevgi başkalarını başarısızlığa uğratma itkilerini şu şekilde giderebilir: Yıkıcı içtepileri bilinçdışında tutmakla; kendisiyle rakibi arasında aşılmaz bir mesafe yaratarak yarışmayı büsbütün ortadan kaldırmakla; başkasının başarısına katılmak ve başkasının başarısından dolaylı bir zevk duyabilmekle; rakibinin hoşuna gidecek şekilde hareket etmek, böylece ondan gelebilecek bir öç alma tehlikesini ortadan kaldırmakla.

Nevrotik bir yarışmanın cinsel ilişkiler üzerindeki etkileri konusunda şimdiye kadar söylenmiş olan şeyler, tam olmamakla birlikte, böyle bir yarışmanın cinsler-arası ilişkileri nasıl bozduğunu göstermeğe yetecektir. Bu nokta çok önemlidir, çünkü kültürümüz içerisinde cinsler arasında iyi ilişkiler kurma imkânını ortadan kaldıran bu yarışma, aynı zamanda bir endişe kaynağıdır, dolayısıyla iyi ilişkiler kurmayı daha çok istenilen bir şey haline getirmektedir.

XII. BÖLÜM

YARIŞMA'DAN EL ÇEKMEK

Nevrotik yarışma, yıkıcı niteliğinden ötürü büyük bir endişeye yol açmakta, bunun sonucu olarak da yarışmadan kaçmaya neden olmaktadır. Şimdi şu soruyu sormamız gerekiyor: Bu endişe nereden ileri gelmektedir?

Bu endişeyi yaratan kaynaklardan birinin şu olduğunu anlamak güç değildir: Amansız bir şekilde kendi harisliğini gidermeğe çalışan bir insanın, başka birinden gelebilecek bir misilleme davranışından korkması. Karşısına çıkan herkesi çiğneyip geçen, başarılı oldukları ya da başarı kazanmak istedikleri zaman onları küçültmek ve ezmek isteyen bir kimsenin, başkalarının da kendisini aynı şekilde başarısızlığa uğratmak isteyeceğinden korkmuş olması gerekir. Ama böyle bir misilleme korkusu, başkalarının zararı pahasına başarı kazanan herkeste var olmakla birlikte, nevrotik bir insanın aşırı endişesinin ve bunun sonucu olarak da yarışma karşısındaki inhibition'unun hemen hiçbir zaman tek nedeni değildir.

Deneylerimiz bize bu misilleme korkusunun tek başına her zaman inhibition'lara götürmediğini göstermektedir. Tersine, yalnızca başkalarında gerçekten var olan ya da var olduğu sanılan bir haset duygusunu, yarışmayı ve kötülüğü soğukkanlı bir şekilde hesaba katma; ya da herhangi bir başarısızlıktan kaçınabilmek için kendi gücünü artırmağa çalışma gibi bir tavra da yol açabilir. Belli bir tipten olan başarılı insanların hayatta

yalnız bir tek amaçları vardır: Güçlü ve zengin olmak. Ama bu gibi insanların kişilik yapısı, kesinlikle nevrotik olan kimselerin kişilik yapısı ile karşılaştırıldığı zaman, arada büyük bir fark olduğu görülecektir. Amansız bir şekilde başarı peşinde koşan bir insan, başkalarının kendisini sevip sevmediğine aldırış etmez. Başkalarından hiçbir şey istemediği ve beklemediği gibi, kendisine yardım edilmesini ya da herhangi bir şekilde cömert davranılmasını da istemez ve beklemez. İstemiş olduğu şeye yalnızca kendi gücü ve çabası ile ulaşabileceğini bilmektedir. Hiç şüphesiz başkalarından yararlanacaktır; ama onların kendisi hakkında iyi bir kanı edinmiş olmalarına ancak kendi amacına ulaşmak bakımından yararlı olduğu sürece önem verecektir. Başlı başına bir amaç olarak sevgi onun için hiçbir şey ifade etmez. İstekleri ve savunma mekanizmaları tek bir çizgi üzerinde gelişmektedir: Güçlü olmak, saygınlık kazanmak, zengin olmak. İç çatışmaları yüzünden bu çeşit bir davranışı benimsemiş olan bir insan bile, kendi içerisinde kendi çabalarını engelleyen bir şey yoksa eğer, alışılagelmiş nevrotik özellikleri geliştirmeyecektir. Korku onu yalnızca daha başarılı ve daha güçlü bir insan olabilmek için gittikçe daha çok çaba göstermeğe sevk edecektir.

Nevrotik bir insan ise birbiriyle uzlaşamıyan iki yol izlemektedir: «Yalnızca ben...» cümlesi ile ifade edilebilecek bir üstünlüğe ulaşabilmek için gösterilen saldırgan bir çaba; aynı zamanda herkes tarafından sevilmek için duyulan aşırı bir istek. Harislikle sevgi arasında sıkışıp kalmayı dile getiren bu durum, nevrozlardaki temel çatışmalardan biridir. Nevrotik bir insanın kendi hırslarından ve isteklerinden korkmasının, hatta bu gibi istekleri kabul etmek istememesinin ve frenlemeğe çalışmasının, ya da onlardan büsbütün vazgeçmesinin gerçek nedeni başkalarının sevgisini yitirme korkusudur. Başka bir deyişle, nevrotik bir insanın herhangi bir yarışmaya girmekten kaçınması, çok fazla bir saldırganlığı önleyen «super-ego isteklerinin» özellikle şiddetli olmasından değil,

nevrotik kişinin aynı derecede zorunlu olan iki ihtiyaç arasında bocalayıp durmuş olmasından ileri gelmektedir: Harisliği ve sevilmek için duyduğu ihtiyaç.

Böyle bir ikilemi çözmek imkânsızdır. Bir insanın hem başkalarını çiğneyip geçmesi, hem de onlar tarafından sevilmesi mümkün değildir. Bununla birlikte, nevrotik bir insanda baskı o derece kuvvetlidir ki, yine de bu *ikilemi çözmeğe çalışmaktadır. Genellikle iki çözüm yo*luna başvurmaktadır: Başkalarından üstün olma isteğini ve bu üstünlüğe ulaşamamaktan duyduğu üzüntüyü haklı göstermeğe çalışmak; harisliğine gem vurmak. Saldırgan isteklerini haklı göstermek için harcamış olduğu çabalar üzerinde pek fazla durmamıza gerek yok; çünkü bunlar kendini sevdirmek için başvurulan yollar ve bu yolların haklı gösterilmesi konusunda daha önce üzerinde durmuş olduğumuz aynı ayırt edici niteliklerle belirlenmiştir. Orada olduğu gibi burada da böyle bir haklı göstermenin stratejik bir önemi vardır: İsteklerini su götürmez bir şey olarak göstermeğe çalışmak, böylece bu isteklerin başkaları tarafından sevilmeyi engellemesine meydan vermemek. Bu tip bir insan başkalarını küçük düşürmek amacı ile onları küçülten ya da küçük gördüğünü belli eden birtakım davranışlarda bulunduğu zaman, ya da yarışmalı bir mücadele içerisinde onları çiğneyip geçtiği zaman, kendisinin tam olarak objektif olduğuna kesinlikle inanacaktır. Başkalarını sömürmek istediği zaman, onların yardımına şiddetle ihtiyaç duyduğuna inanacak ve onları da buna inandırmağa çalışacaktır.

Bu şekilde kendini haklı gösterme ihtiyacı, ilgili kimse adamakıllı dürüst bir kimse olsa bile, kolay kolay fark edilmeyen gizli bir samimiyetsizlik unsurunun bütün kişiliği kaplayacak şekilde gelişmesinde başka her şeyden fazla rol oynamaktadır. Nevrotik kimselerde sık sık karşımıza çıkan her zaman kendini başkasından daha iyi bir insan olarak görmek gibi bir karakter özelliği de bununla açıklanabilir. Bu karakter özelliği bazan açıkça gö-

rülebilir, bazan da «başkalarına uyma», hatta kendini suçlama gibi bir tavrın arkasına gizlenmiş olabilir. Bu şekilde, kendini herkesten daha iyi bir insan olarak görme eğilimi, çoğu zaman «kendine âşık olma» gibi bir tavır ile karışmaktadır. Gerçekte bunun şu ya da bu şekilde «kendini sevme» ile hiçbir ilgisi yoktur; hatta herhangi bir kendini beğenme ve kendinden hoşnut olma unsuru da işe karışmış değildir; çünkü görünüşte olanların tersine olarak, böyle bir insan kendisinin haklı olduğuna hiçbir zaman gerçekten inanmamaktadır; yalnızca haklı görünebilmek için sürekli ve şiddetli bir ihtiyaç duymaktadır. Başka bir deyişle söyleyecek olursak, eninde sonunda, endişenin yaratmış olduğu bazı sorunları çözme gibi şiddetli bir itkinin gerektirdiği bir savunma mekanizmasından başka bir şey değildir bu davranış.

Nevrotik bir insanın, yıkıcı itkilerinden ileri gelen bir tepki olarak, «super-ego»nun amansız isteklerine boyun eğmiş olduğu fikrini Freud'un aklına getiren etkenlerden biri belki de bu kendini haklı gösterme ihtiyacını gözlemiş olmasıdır. Kendini haklı gösterme ihtiyacının böyle bir yorumlamaya özellikle uygun gelen başka bir görünüşü daha vardır. Başkalarına karşı kullanılan gerekli bir stratejik araç olması bir yana, kendini haklı gösterme ihtiyacı, aynı zamanda, birçok nevrotik insanda kendini kusursuz bir insan olarak görme ihtiyacını giderecek bir araç olarak da rol oynamaktadır. Nevrozlarda suçluluk duygularının oynadığı rol üzerinde durduğum zaman bu konuya tekrar döneceğim.

Nevrotik yarışmada karşımıza çıkan endişe, doğrudan doğruya bir başarısızlık korkusuna ve bir başarı korkusuna yol açmaktadır. Başarısızlık korkusu bir bakıma küçük düşme korkusunun belirtisidir. Her türlü başarısızlık bir felaket halini almaktadır. Okulda kendisine sorulan bir şeyi bilmeyen bir kız çocuk, yalnızca olağanüstü bir utanç duymakla kalmamış, aynı zamanda sınıftaki öteki kızların kendisini küçük göreceklerini ve ona karşı cephe alacaklarını da düşünmüştür. Çoğu zaman başa-

rısızlıkla hiçbir ilgisi olmayan ya da yalnızca ufak tefek başarısızlıklar olan birtakım olaylar -okulda iyi notlar alamamak, bir sınavın bir bölümünde başarı kazanamamak, olağanüstü başarılı olmayan bir davet yapmak, bir konuşma sırasında kendini gösterecek şekilde parlayamamak, kısaca aşırı birtakım umutların gerçekleşmesine imkân vermeyen her şey- bir başarısızlık, bir yenilgi olarak görüldüğü için, böyle bir tepki daha fazla önem kazanmaktadır. Daha önce görmüş olduğumuz gibi, nevrotik bir insanın şiddetli bir düşmanlık duygusu ile tepkide bulunduğu her çeşit istenmeme ve geri çevrilme aynı şekilde bir başarısızlık olarak görülmekte, dolayısıyla bir «küçük düşme» olarak nitelenmektedir.

Nevrotik bir insanın bu korkusu, başkaları onun başarısızlığına sevinecekler diye duyduğu kaygı ile daha da artabilir; çünkü kendisinin ne kadar haris olduğunu fark ettiklerini hissetmektedir. Başarısızlıktan çok, bir başkası ile yarışmaya girdiğini şu ya da bu şekilde açığa vurduktan, böylece başarı kazanmayı gerçekten istediğini ve başarıya ulaşmak için çaba gösterdiğini belli ettikten sonra başarı kazanamamaktan korkmaktadır. Yalnızca bir başarısızlığın hoş görülebileceğini, hatta düşmanlıktan çok sempati uyandırabileceğini hissetmektedir; ama bir kere başarı kazanmak istediğini açığa vurdu mu, dört yanının kendisine eziyet etmek isteyen bir sürü düşmanla çevrildiğini ve herhangi bir zayıflık ya da başarısızlık belirtisi gösterdiği anda onu ezmek için pusuya yattıklarını sanmaktadır.

Buradan ileri gelen tavırlar, korkunun içeriğine göre değişmektedir. Bu tip bir kimse yalnızca başarısızlık üzerinde duruyorsa, yani yalnızca başarı kazanamamaktan korkuyorsa iki misli çalışacak, hatta başarısızlığa uğramamak için olağanüstü bir çaba gösterecektir. Sınavlar ya da halkın önüne çıkma gibi gücünü ve yeteneğini sınayacak çetin durumlardan önce şiddetli bir endişe duyabilecektir. Daha çok başkalarının kendi harisliğini fark etmelerine önem verdiği ve bundan korktuğu zaman ise

yukarıdakinin tersi olan bir görünüşle karşılaşacağız. Duymuş olduğu endişe, sanki konu ile hiç ilgilenmiyormuş gibi görünmesine yol açacak ve onu her türlü çabadan alıkoyacaktır. Bu iki görünüş arasındaki karşıtlık üzerinde durmak önemlidir, çünkü bu karşıtlık ne de olsa birbirine yakın olan iki tip korkunun nasıl olup da birbirinden bu kadar farklı olan birtakım ayırt edici niteliklere yol açabildiğini göstermektedir. İlk davranış kalıbını benimsemiş olan bir kimse, sınavlara çılgınca bir çaba ile hazırlanacak; ikinci davranış kalıbını benimsemiş olan bir kimse ise pek az çalışacak ve belki de herkesin dikkatini çekecek şekilde sosyal faaliyetlere ve eğlencelere dalacak, böylece görevi olan şeyle ne derece ilgisiz olduğunu herkese göstermiş olacaktır.

Nevrotik bir insan genellikle endişesinin farkında değildir; yalnızca bu endişenin sonuçlarını fark etmektedir. Sözgelişi, dikkatini çalıştığı konu üzerinde toplayamamaktadır; sağlığı ile ilgili birtakım kuruntulara, korkulara kapılmaktadır: Bedensel faaliyetten ileri gelebilecek bir kalp krizi, aşırı bir çalışmanın yol açabileceği bir sinir yorgunluğu korkusu gibi. Ya da herhangi bir faaliyette bulunduktan sonra kendini tükenmiş hissedecektir -herhangi bir faaliyet belli bir endişe ile birlikte gittiği zaman, böyle bir faaliyette bulunmak insanın tükenmesine yol açabilecektir- ve bu tükenme halini, çaba göstermenin sağlığına zararlı olduğunu, dolayısıyla çaba harcamaması gerektiğini gösterecek bir kanıt olarak kullanabilecektir.

Nevrotik bir insan herhangi bir çaba göstermekten kaçındığı zaman, kendini çeşitli faaliyetlerle oyalamağa çalışır. Tek başına oynanan iskambil oyunlarından tutun da davetler, ziyafetler vermek gibi. Ya da tembellik ve gevşeklik gibi görünen bir tavır takınabilir. Nevrotik bir kadın üstüne başına dikkat etmeyebilir, iyi giyinmeğe çalışmaktansa sanki giyime kuşama önem vermiyormuş gibi bir tavır takınmayı tercih edebilir; çünkü iyi giyinmeğe çalışmasının kendisini gülünç bir duruma düşür-

mekten başka bir işe yaramıyacağını hissetmektedir. Son derece hoş ve sevimli olmasına rağmen çirkin olduğuna inanan bir genç kız başkalarının yanında pudrasını yenilemekten çekiniyordu, çünkü çevresindeki insanların «Bu kadar çirkin bir kızın kendini güzelleştirmeğe çalışması da ne gülünç!» diye düşüneceklerini sanıyordu.

Böylece, nevrotik bir insan genellikle, yapmak istediği şeyleri yapmamanın daha doğru olduğunu düşünecektir. Dayandığı ilke şudur: «Bir köşeye çekil, alçakgönüllü ol ve her şeyden çok da, göze çarpmamağa bak.» Veblen'in göstermiş olduğu gibi, göze çarpacak şekilde hareket etmek -göze çarpacak şekilde eğlenmek ve para harcamak- insanlar-arası yarışmada önemli bir rol oynamaktadır. Bu durumda, yarışmadan el çekmek, tersine bir hareketi, yani göze çarpmaktan kaçınmayı zorunlu kılmaktadır. Bu ise alışılmış kurallara bağlı kalmayı, arka plana çekilmeyi, başkalarından farklı olmamayı gerektirmektedir.

Bu el çekme eğilimi belirgin bir özellik halini aldığı zaman, hiçbir girişimde bulunmama, hiçbir tehlikeyi göze alamama gibi bir tavra yol açar. Böyle bir tavrın hayatı son derece yoksullaştıracağını, kısırlaştıracağını ve insanın sahip olduğu imkânları ve yetenekleri bozacağını söylemeğe gerek yok. Çünkü şartlar alabildiğine elverişli olmadığı sürece, mutluluğa erişebilmek ya da herhangi bir başarıya ulaşmak ancak tehlikeleri göze almak ve çaba göstermekle mümkün olabilir.

Buraya kadar hayatta karşılaşılabilecek başarısızlıklardan duyulan korku üzerinde durduk. Ama bu, nevrotik bir yarışmada karşımıza çıkan endişenin yalnızca bir görünüşüdür. Bu endişe aynı zamanda başarı korkusu şeklini de alabilir. Birçok nevrotikler başkalarının düşmanca tavırları ile karşılaşma konusunda o derece endişe duyarlar ki, başarıya ulaşacaklarından emin olsalar bile başarı kazanmaktan ürkerler. Başarı korkusu başkalarında haset uyandırmaktan, bu yüzden onların sevgisini yitirmekten duyulan korkudan ileri gelir.

Bu bazan bilinçli bir korku olabilir. Kadın hastalarımdan biri yetenekli bir yazar olduğu halde yazı yazmaktan vazgeçmişti, çünkü annesi de yazı yazmağa başlamış ve bu konuda başarılı olmuştu; aradan uzun bir süre geçtikten sonra çok çekingen ve ürkek bir şekilde yeniden yazmağa başladığı zaman, kötü yazmaktan değil de iyi yazmaktan korkuyordu. Bu kadın uzun bir süre hiçbir şey yapamaz hale gelmişti ve bunun temel nedeni de başkalarının her konuda kendisine haset edeceklerinden fena halde ürkmüş olmasıydı; bütün gücünü kuvvetini kendini başkalarına sevdirmek için harcıyordu. Başarı korkusu, aynı zamanda, bir insanın herhangi bir başarı kazanacak olursa eşini dostunu yitireceği gibi belirsiz bir ürküntü şeklini de alabilir.

Bununla birlikte, genellikle başka korkularda olduğu gibi, böyle bir korkuda da nevrotik bir insan çoğu zaman korktuğunu değil yalnızca bu korkunun yol açtığı inhibition'ları fark eder. Sözgelişi, tenis oynarken tam oyunu kazanacağı sırada bir şeyin kendisine engel olduğunu ve oyunu kazanmasına fırsat vermediğini hissedebilir. Geleceği için son derece önemli bir randevuyu unutabilir. Bir tartışma ya da konuşma sırasında söyleyebileceği uygun bir şey olduğu zaman o derece alçak bir sesle konuşabilir ya da düşüncelerini o kadar kısa bir şekilde açıklayabilir ki herhangi bir etki uyandırmayı başaramaz. Ya da kendi başardığı bir işin şeref payını başkasına bırakabilir. Bazı kimselerle akıllıca konuşabildiği halde, başka kimselerin yanında budalaca konuştuğunu fark edebilir. Bazı kimselerle birlikte olduğu zaman bir çalgıyı çok usta bir şekilde çaldığı halde, başka kimselerle birlikteyken çalgı çalmağa yeni başlamış bir kimse gibi çaldığını fark edebilir. Bütün bunlara şaşmakla birlikte, bu gibi durumları değiştirmek elinde değildir. Ancak yarışmadan el çekme eğilimini kavramağa başladığı zaman, kendisinden daha akılsız bir kimse ile konuşurken ondan daha da akılsızmış gibi davranmak zorunu duyduğunu; kötü bir müzisyenle birlikte çalarken ondan da

kötü çaldığını; ve bütün bunların ötekinden üstün durumda olursa onu inciteceği ve küçük düşüreceği korkusundan ileri geldiğini fark edebilecektir.

Son olarak, herhangi bir başarı kazanacak olsa, yalnızca bu başarının tadını çıkaramamakla kalmayacak, aynı zamanda bu başarıyı kendi eseri olarak da göremiyecektir. Ya da rastgele birtakım şartlarla, dıştan gelen önemsiz bir teşvik ve yardımla açıklayarak kendi başarısını küçümseyecektir. Herhangi bir başarı kazandıktan sonra kendini ruh çöküntüsüne kaptırabilecektir; bu, bir dereceye kadar başarı korkusundan ileri gelmektedir; ama aynı zamanda gerçek başarının gizli gizli var olan aşırı umutlardan çok daha aşağıda olmasının yarattığı, ama ilgili kimsenin fark etmediği bir hayal kırıklığının da bu konuda etkisi olmaktadır.

Böylece, nevrotik bir insanın içerisinde bulunduğu çatışmalı durum, her zaman birinci olmak gibi çılgınca ve zorlu bir istekten ileri gelmiş olabileceği gibi, aynı zamanda, bir işe iyi bir şekilde başladığı ya da o işte bir parça ilerlediği zaman hemen kendini çalışmaktan alıkoymak için yaptığı aynı derecede zorlu bir hareketten de ileri gelebilir. Başarı ile sonuçlandırdığı bir işte ikinci defa aynı başarıyı gösterememektedir. İyi bir dersin arkasından kötü bir ders gelmekte, tedavi sırasındaki bir iyileşmeyi hastalığın nüksetmesi izlemekte, insanların üzerinde iyi bir izlenim uyandırdıktan hemen sonra kötü bir izlenim uyandırabilmektedir. Bu hep böyle sürüp gitmekte ve ona birtakım amansız güçlere karşı umutsuz bir savaş açtığı duygusunu vermektedir. Bütün gün ördüğü örgüyü her gece yeniden söken Penelope'ye benzemektedir.

Böylece, başarıya giden yolun her adımında birtakım inhibition'larla karşılaşabiliriz: Nevrotik bir insan haris isteklerini o derece baskı altına almış olabilir ki, herhangi bir işe başlayamaz hale gelebilir; bir şeyler yapmağa çalışabilir, ama dikkatini o konu üzerinde toplamayı ya da o işi sürdürmeyi başaramaz; kusursuz bir iş

yapmış olabilir, ama herhangi bir başarı kazanmaktan ürkebilir, çekinebilir; son olarak, önemli bir başarı kazanabilir, ama onu değerlendirmek, hatta hissetmek imkânını bulamaz.

Bu şekilde yarışmadan el çekmenin çeşitli yolları arasında belki de en önemlisi, nevrotik bir insanın gerçek ya da sözde rakibi ile kendisi arasında çok büyük bir mesafe olduğunu düşünmüş olmasıdır; bu yüzden herhangi bir yarışma saçma görülmekte ve bilinçdışına itilmektedir. Bu mesafe ya öteki kişiyi erişilmez bir düzeye yükseltmekle yaratılabilir; ya da kendini herkesten aşağı görmek yüzünden her türlü yarışma düşüncesinin ve girişiminin imkânsız ve gülünç olduğu gibi bir kanıdan ileri gelebilir. Bu sonuncu süreci «kendini küçültme» adı altında açıklamağa çalışacağım.

«Kendini küçültme» yalnızca belli bir amaca erişmek için başvurulan bir çare olarak kullanılan bilinçli bir strateji olabilir. Büyük bir ressamın çırağı iyi resim yaptığı, ama bu yüzden ustasının kendisine haset edeceğinden korktuğu zaman, bu haset duygusunu yatıştırmak için kendi eserinin değerini küçültebilir. Nevrotik bir insan ise kendi değerini küçültme eğilimini ancak belirsiz bir şekilde fark edebilir. İyi bir iş yaptığı zaman, başkalarının aynı işi çok daha iyi yapacaklarına, başarısının rastgele bir şey olduğuna ve belki de böyle bir başarıya bir daha ulaşamıyacağına ciddi olarak inanmaktadır. Ya da başarısını birtakım kusurlarla gölgelemeğe kalkacak, sözgelişi, çok yavaş çalıştığını öne sürecek ve bunu bütün başarısının değerini küçültmek için kullanacaktır. Bir bilim adamı kendi sahasını ilgilendiren konularda kendini cahil hissedebilecek, öyle ki arkadaşları ona bu konuda yazmış olduğu yazıları hatırlatmak zorunda kalacaklardır. Kendisine saçma sapan ya da cevaplandırılması mümkün olmayan bir soru sorulduğu zaman, kendi akılsızlığına, budalalığına inanma eğilimini gösterecektir; içindeki düşünceleri pek benimseyemediği bir kitap okuduğu zaman, kritik düşüncesini işletecek yerde, ken-

disini o kitabı anlayamıyacak kadar budala bir kimse olarak görecektir. Belki de kendine karşı kritik ve objektif bir tavır takındığını sanacaktır.

Böyle bir insan aşağılık duygularını yalnızca dış görünüşü ile değerlendirmekle kalmayacak, aynı zamanda bu duyguların gerçek bir temeli olduğu noktası üzerinde ısrar edecektir. Aşağılık duyguları ile ilgili birtakım şikâyetlerde bulunmasına ve bu yüzden acı çekmesine rağmen onların temelsiz olduğunu gösterebilecek her türlü kanıtı reddedecektir. Adamakıllı usta bir işçi olarak görülüyorsa, kendisine aşırı bir değer verildiğini ya da başkalarına blöf yaparak başarı kazandığını öne sürebilecektir. Daha önce söz konusu etmiş olduğum gibi, erkek kardeşinin yanında kendini küçük görmeğe başladıktan sonra okulda olağanüstü bir harislik gösteren kız, hep sınıf birincisi olmuş ve herkes onu parlak bir öğrenci olarak görmüştür; ama o hâlâ kendini budala bir kız olarak görmekte devam etmiştir. Aynaya şöyle bir göz atmak ya da erkeklerden ilgi görmek bir kadını çekici bir kadın olduğuna ikna etmeğe yeterse de, yukarıda söz konusu edilen tipten bir kadın beğenilmeyen, çekici olmayan bir kadın olduğuna kesinlikle inanabilecektir. Bir erkek kırk yaşına gelinceye kadar kendi görüşünü ortaya atmak ya da herhangi bir konuda önderlik etmek için kendini çok genç gördüğü halde, kırk yaşından sonra da bu gibi işler için çok yaşlı olduğu duygusuna kapılabilecektir. Çok tanınmış bir bilgin kendisine gösterilen saygıya her zaman şaşırmış ve kendini hep önemsiz, sıradan bir insan olarak görmüştür. Bu gibi kimselere yapılan iltifatlar boş pohpohlamalar olarak görülmekte ya da birtakım ard düşüncelere bağlanmakta, hatta öfke uyandırabilmektedir.

Bu çeşit sayısız gözlemler belki de çağımızın en yaygın belalarından biri olan aşağılık duygularının önemli bir fonksiyonu olduğunu ve bu yüzden benimsendiklerini ve savunulduklarını göstermektedir. Bu gibi duyguların

değeri, bir insanın kendine vermiş olduğu değeri küçültmekle, dolayısıyla onu başka insanlardan daha aşağı bir düzeye indirmek ve hırslarına gem vurmakla, yarışmadan doğan endişeyi yatıştırmış olmaları ile ilgilidir[1].

Bu arada, aşağılık duygularının bir insanın durumunu gerçekten sarsabileceğini, zayıflatabileceğini gözden kaçırmamalıyız; çünkü kendini küçültme eğilimleri insanın kendine olan güvenini sarsmaktadır. Bir dereceye kadar kendine güvenme herhangi bir başarının temel şartıdır: İster salataya konulan bir sosu değiştirmek söz konusu olsun, isterse öteberi satmak, bir görüşü savunmak, yakın bir ilişki kurulabilecek biri üzerinde iyi bir etki uyandırmak söz konusu olsun, bir insanın bir dereceye kadar kendine güvenmesi gerekir.

Kendini küçültme eğilimleri kuvvetli olan bir kimse rüyasında rakiplerinin kendisini geçtiğini ya da kendisinin elverişsiz bir durumda bulunduğunu görebilir. Bilinçaltında, rakiplerini yenmeği istemiş olduğundan şüphe edilemiyeceğine göre, bu gibi rüyalar Freud'un rüyaları «isteklerin gerçekleşmesi» olarak kabul eden görüşü ile çelişmeye düşer gibi görünmektedirler. Bununla birlikte, Freud'un görüşünü çok dar bir anlamda ele almamak ge-

(1) D. H. Lawrence, **The Rainbow** adlı eserinde (s. 254) bu tepkiyi çok güzel bir şekilde anlatmıştır. «Hep tetikte bekleyen ve onun üstüne atılmak için fırsat kollayan bu acayip zalimlik ve çirkinlik duygusu, ***onun gibi olağanüstü bir varlığa**** pusu kurmuş olan bu güruhun haset etme gücünü anlamış olmaktan ileri gelen bu duygu, bu kadının hayatını en çok etkileyen olaylardan biri olmuştu. Nerede olursa olsun, okulda, arkadaşlarının arasında, sokakta, trende, içgüdüsel bir şekilde kendini küçültmüş, daha aşağı bir düzeye indirmiş, olduğundan daha değersizmiş gibi görünmeğe çalışmış ve bütün bunları keşfedilmemiş olan benliği ortaya çıkacak ve ortalama benliğin, sıradan kimselerin kaba saba kinlerinin saldıracakları bir hedef olacak korkusu ile yapmıştır.» (* Siyah kelimeler benimdir.)

rekir. Eğer bir isteğin doğrudan doğruya gerçekleşmesi çok fazla bir endişe yaratıyorsa, bu endişenin yatıştırılması o isteğin gerçekleşmesinden daha önemli olacaktır. Böylece, kendi harisliğinden korkan bir insan, rüyalarında yenilgiye uğradığını gördüğü zaman, bu rüyalar o insanın başarısızlığa uğrama isteğini değil, başarısızlığı «ehvenişer» olarak kabul ettiğini gösterir. Hastalarımdan biri benim kendisini tedavi ettiğim sıralarda bir konferans verecekti; tam da bu sırada beni başarısızlığa uğratmak için şiddetli bir mücadeleye girişmişti. Rüyasında benim başarılı bir konferans verdiğimi, kendisinin ise dinleyiciler arasında alçakgönüllülükle hayran hayran beni dinlediğini görmüştü. Aynı şekilde, haris bir öğretmen de rüyasında kendi öğrencisinin öğretmen olduğunu, kendisinin ise dersini bilmeyen bir öğrenci olarak onun karşısında durduğunu görmüştü.

Kendini küçültme eğilimlerinin hırslara gem vurma aracı olarak ne derece rol oynadığı, küçük görülmek istenen yeteneklerin genellikle insanın en çok göze çarpmak istediği yeteneklerle -yani en üstün olmak istediği konularla- ilgili olduğu gerçeğinden de anlaşılmaktadır. Bir insan entelektüel konularda üstün olmak istiyorsa, bu amaca ulaştıracak araç zekâ olduğu için, küçültülmek istenen yetenek de zekâdır. Aşk konusunda harisse, ancak dış görünüşü ve çekiciliği ile bu harisliğini tatmin edebileceği için, küçültülmek istenen yetenekler de bunlardır. Bazı yeteneklerini küçültme eğilimleri ile harislik arasındaki ilişki o derece sık karşımıza çıkan bir olaydır ki, kendini küçültme eğilimlerinin hangi yetenek üzerinde toplandığını görmek, o kimsenin en çok hangi konuda haris olduğunu kestirmek imkânını vermektedir.

Buraya kadar aşağılık duygularını gerçekten herhangi bir kusur ve yetersizlikle ilgili değilmiş gibi ele aldık ve bu duyguları yalnızca yarışmadan el çekme eğiliminin sonuçları olarak gördük. Aşağılık duygularının gerçekten var olan kusurlar ve yetersizliklerle ilgisi yok mudur acaba? Bu gibi duygular, bu kusurları ve yetersizlikleri kav-

ramış olmaktan ileri gelmiş değil midir? Gerçekten de, aşağılık duyguları gerçek ya da hayal ürünü birtakım yetersizliklerin sonucudurlar: Aşağılık duyguları, endişenin yol açtığı kendini küçültme eğilimleri ile gerçek kusurları kavramış olmaktan ileri gelen bir duygunun birleşmesinden oluşmuşlardır. Birçok defa üzerinde durmuş olduğum gibi, bazı içtepilerimizi bilinç yüzeyine çıkamıyacak şekilde baskı altına alabilirsek de, kendimizi sonuna kadar aldatamayız. Bu bakımdan, üzerinde durduğumuz tipten bir nevrotik, gizlemesi gereken birtakım antisosyal eğilimleri olduğunu, tavırlarında samimi olmadığını, görünüşteki tavırlarının gerçekte gizli içtepilerinden çok farklı olduğunu ta derinlerde hissedebilecektir. Bütün bu farkları ayırt edebilmesi aşağılık duygularının önemli bir nedenidir. Ne var ki, dış görünüşü ile gerçek tavırları arasındaki bu farkların kaynağını hiçbir zaman açık ve seçik bir şekilde bilmeyecektir, çünkü bu farklar, baskı altına alınmış itkilerden ileri gelmektedirler. Bütün bunların kaynağını bilmediği için, kendini aşağı bir durumda görmesini haklı gösterecek birtakım nedenler öne sürmektedir; ama bu nedenler çoğu zaman gerçek olacak yerde, akla uygun bahanelerden başka bir şey değildirler.

Nevrotik bir insanın, aşağılık duygularını gerçekten var olan bir kusurunun ve yetersizliğinin doğrudan doğruya sonucu olarak görmesinin başka bir nedeni daha vardır. Haris bir insan olduğu için kendi değeri ve önemi konusunda birtakım hayaller kurmaktadır. Gerçek başarılarını, bir dâhi ya da kusursuz bir insan olma hayalleriyle karşılaştırarak değerlendirmekte ve bu karşılaştırmanın sonucunda gerçek yeteneklerini ve başarılarını aşağı görmektedir.

Bütün bu yarışmadan el çekme eğilimlerinin genel sonucu, nevrotik bir insanın gerçek başarısızlıklara uğraması, ya da hiç değilse kendi yetenekleri ve imkânları ölçüsünde başarı kazanamamasıdır. Onunla birlikte işe başlayanlar onu geçmişler, daha iyi meslekler edinmiş-

ler, daha başarılı olmuşlardır. Bu şekilde geride kalmış olma yalnızca dış başarılarla ilgili değildir. Böyle bir insan, yaşlandıkça, imkânları ile başarıları arasındaki tutarsızlığı daha çok hissetmektedir. Yetenekleri ne olursa olsun hepsinin ziyan olup gittiğini, kişiliğinin gelişmesine karşı çıkan bir engelin var olduğunu, zamanın geçip gitmesine rağmen bir türlü olgunlaşamadığını çok açık bir şekilde hissetmektedir[2]. Kendi imkânları ile başarıları arasındaki tutarsızlığı bu şekilde kavramış olması, onda belirsiz bir hoşnutsuzluk -masochistic değil gerçek ve haklı bir hoşnutsuzluk- duygusu uyandırmaktadır.

İmkânlarla başarılar arasındaki tutarsızlık, daha önce belirtmiş olduğum gibi, dış şartlara bağlı olabilir. Ama nevrotiklerde karşımıza çıkan ve nevrozların şaşmaz bir belirtisi olan bu tutarsızlık, nevrotik kişinin iç çatışmalarından ileri gelmektedir. Gerçek başarısızlıkları ve bunun sonucu olarak imkânları ile başarıları arasındaki tutarsızlığın artması, nevrotik kişinin gerçekten var olan aşağılık duygularını ister istemez daha da kuvvetlendirmektedir. Böylece, yalnızca kendini aşağı görmekle kalmamakta, gerçekten de kendi imkânları ölçüsünde «olabileceğinden» daha aşağı bir düzeye inmektedir. Böyle bir gelişmenin çok büyük bir etkisi olmaktadır, çünkü aşağılık duyguları bu durumda gerçek bir temele dayanmaktadır.

Bu arada, daha önce söz konusu ettiğim başka bir tutarsızlık -beslenen haris emeller ile, bu emellerle karşılaştırıldığı zaman sönük kalan gerçek başarılar arasındaki tutarsızlık- o derece katlanılmaz bir hal almaktadır ki, bu duruma her ne olursa olsun bir çare bulmak gerekmektedir. Hayaller böyle bir çare olarak ortaya çıkmaktadır. Nevrotik bir insan, erişebileceği amaçların ye-

(2) C. G. Jung, kırk yaşları sırasında gelişmelerinin engellenmiş olduğunu hisseden kimselerin sorununu açık ve seçik olarak ortaya koymuştur. Ama bu duruma yol açan şartlar üzerinde durmadığı için, tatmin edici bir çözüm yoluna ulaşamamıştır.

rine gitgide büyüklük hayallerini koymaktadır. Nevrotik bir insan için bu hayallerin değeri apaçıktır: Katlanamadığı bir hiçlik ve boşu-boşunalık duygusunu gizlemektedir; herhangi bir yarışmaya girmeksizin, böylece başarı ve başarısızlık tehlikesini göze almaksızın kendini önemli bir kişi olarak görmesini sağlamaktadır; her türlü erişilebilir amacın ötesinde hayalî bir büyüklük düşüncesine kendini kaptırmasına yol açmaktadır. Büyüklük hayallerinin tehlikesi, insanı böyle bir çıkmaza götürmüş olmasından ileri gelir; çünkü nevrotik bir insan için bu çıkmazın sağladığı yararlar dümdüz bir yolun sağladıklarından daha çoktur.

Bu nevrotik büyüklük hayallerini normal bir insanın ve psikotik bir insanın büyüklük hayallerinden ayırmak gerekir. Normal bir insan da bazan kendini hayran olunacak bir kimse olarak görebilir, yapmakta olduğu işe gerektiğinden çok önem verebilir, yapabileceği şeyler konusunda hayallere dalabilir. Ama bütün bunlar tatlı hayaller olmaktan öteye gitmez ve normal bir insan onları pek ciddiye almaz. Büyüklük fikrine kapılmış olan psikotik bir insan ise öteki uçta yer alır. O kendisinin bir dâhi olduğuna, Japon İmparatoru, Napolyon, İsa, vb. olduğuna inanır ve bu inancını sarsabilecek her türlü gerçeği inkâr eder; kendisinin gerçekte zavallı bir kapıcı, akıl hastanesinde yatan bir hasta ya da kimsenin saygı göstermediği, herkesin alay ettiği bir insan olduğunu söyleyen birini hiçbir şekilde anlamaz. Gerçek durumu ile hayalleri arasındaki tutarsızlığı biraz olsun fark etmiş olduğu hallerde bile yine büyüklük fikrinden vazgeçmez; başkalarının bu konuda bir şey bilmediğine ya da yalnızca kendisine acı vermek için bile bile bu şekilde saygısızca davrandığına inanır.

Nevrotik bir insan ise bu iki ucun ortasında bulunmaktadır. Kendine aşırı bir değer verdiğini herhangi bir şekilde fark edecek olsa, bilinçli olarak buna normal bir insanın gösterdiği tepkiyi gösterecektir. Rüyasında kendini bir kral olarak görecek olsa, bu rüyalar hoşuna gi-

debilecektir. Büyüklük hayallerinin gerçek olmadığını bilinçli olarak fark ettiği halde, bu gibi hayallerin onun için, tıpkı psikotik bir insan için olduğu gibi, duygusal yönden gerçek bir değeri olacaktır. Her iki durumda da nedenler aynıdır: Bu gibi hayallerin önemli bir fonksiyonu vardır. Her ne kadar zayıf ve güçsüz hayallerden başka bir şey olmasalar da, yine de nevrotik bir insanın kendine vermiş olduğu değeri artırmaktadırlar. Bunun içindir ki, nevrotik bir insan bu hayallere sımsıkı sarılmak zorundadır.

Bu gibi hayallerin bu fonksiyonunun yaratmış olduğu tehlike, insanın kendine vermiş olduğu değere bir darbe indirildiği durumlarda ortaya çıkar. O zaman insanın kendine vermiş olduğu değerin dayandığı temel birdenbire çöker; dolayısıyla o insan da çöker ve kendini bu çöküntüden kurtaramaz. Bir örnek verecek olursak, sevildiğinden şüphe etmesi için hiçbir neden olmayan bir genç kız, ilgilendiği erkeğin onunla evlenmek için duraksadığını fark etmiştir. Bir konuşma sırasında erkek ona evlenmek için kendini henüz çok genç ve tecrübesiz hissettiğini, bir kıza kesin olarak bağlanmadan önce başka kızları tanımasının daha doğru olacağını söylemiştir. Genç kız bu darbenin altından kalkamamış, kendini ruh çöküntüsüne kaptırmış, iş hayatında güvensizlik duymağa başlamış ve şiddetli bir başarısızlık korkusuna kapılmıştır; bunun sonucu olarak da genç kızda her şeyden elini eteğini çekmek, insanlardan olduğu kadar iş hayatından da çekilmek isteği uyanmıştır. Bu korku o derece şiddetli bir hal almıştır ki, erkeğin onunla evlenmeğe karar vermesi ve genç kızın yeteneklerine değer verildiğini gösterecek daha iyi bir iş önerisi gibi cesaret verici olaylar bile ona yitirdiği güveni yeniden verememiştir.

Psikotik bir insanın tersine olarak, nevrotik bir insan, bilinçli hayallerine uygun gelmeyen gerçek hayatın binlerce küçük olgusunu acı veren bir açıklık ve seçiklikle fark eder. Bunun sonucu olarak da kendine vermiş olduğu değerde, büyüklük duyguları ile değersizlik duy-

guları arasında bocalayıp durur. Her an bir uçtan ötekine kayabilir. Aynı zamanda hem kendisinin olağanüstü bir değeri olduğuna inanabilir, hem de bir insanın onu ciddiye almasına şaşabilir. Aynı anda hem kendini zavallı ve ezilmiş bir durumda görebilir, hem de birisinin onu yardıma muhtaç bir insan olarak görmesine öfkelenebilir. Böyle bir insanın aşırı duyarlığı, bütün bedeni ağrılar içerisinde bulunan ve en ufak bir dokunuştan ürken bir insanınkine benzetilebilir. Kolayca incinmekte, küçük görüldüğünü, bir yana itildiğini, kendisine önem verilmediğini, saygı gösterilmediğini sanmakta ve bütün bunlara karşı öç alma duyguları ile dolu bir nefretle tepkide bulunmaktadır.

Burada da bir kısır-döngünün işe karıştığını görüyoruz. Büyüklük fikirleri -yalnızca hayal yolu ile de olsabelli bir güvenlik aracı ve destek olarak rol oynamakla birlikte, yalnızca yarışmadan el çekme eğilimini kuvvetlendirmekle kalmazlar, aynı zamanda, aşırı bir duyarlıktan ötürü daha çok öfkeye ve bunun sonucu olarak da daha büyük bir endişeye yol açarlar. Bu, hiç şüphesiz, şiddetli nevrozlarda karşımıza çıkmaktadır; ama daha az şiddetli derecelerde olmakla birlikte daha hafif vakalarda da bu gibi durumlara rastlanabilir; bu gibi hallerde ilgili kimse bile olup bitenleri fark edememektedir. Ama öbür yandan nevrotik kişi herhangi bir yaratıcı iş yapma gücünü bulabildiği zaman «mutlu bir döngü» başlamaktadır. Bu şekilde kendine güveni artmakta ve büyüklük hayallerine daha az ihtiyacı olmaktadır.

Nevrotik bir insanın başarı kazanamaması -ister meslek ve evlilik, isterse güvenlik ve mutluluk söz konusu olsun, her bakımdan başkalarından geri kalması- başka insanlara haset duymasına yol açmakta; böylece başka nedenlerden ileri gelen ve başkalarından her şeyi esirgeyen, her şeyi onlara çok gören haset duygusunu daha da artırmaktadır. Bu haset duygusunun baskı altına alınmasına yol açan birçok etkenler vardır: Gerçekten iyi kalpli bir insan olması, kendisi için hiçbir şey is-

temeğe hakkı olmadığına kesinlikle inanması, ya da yalnızca mutsuz bir insan olduğunu fark edememesi gibi. Ama bu haset duygusu ne derece baskı altına alınırsa, o derece başka insanlara yansıtılmakta, böylece bazan başkalarının her konuda kendisine haset duyduklarını sanma gibi paranoyak bir korkuya dönüşmektedir. Bu endişe o derece şiddetli olabilir ki, mutlu bir olay karşısında -yeni bir işe girme, gururunu okşayan bir övgüyle karşılaşma, iyi bir şeyler elde etme, sevgi ilişkilerinde talihinin yar olması, vb.- kendisini gerçekten rahatsız hissetmektedir. Bu durum, bir şeyler elde etmek ve bir şeylere ulaşmaktan vazgeçme eğilimlerini büyük ölçüde kuvvetlendirebilir.

Bütün ayrıntıları bir yana bırakacak olursak, güçlü olmak, saygınlık kazanmak, mal-mülk ve para edinmek için gösterilen nevrotik çabadan ileri gelen kısır-döngünün ana hatları şu şekilde özetlenebilir: Endişe, düşmanlık duygusu, kendine verdiği değerin azalması; güçlü olmak, vb. için çaba göstermek; düşmanlık duygusu ve endişenin artması; yarışmadan el çekme eğilimi (bununla birlikte giden kendini küçültme eğilimleri); başarısızlıklar ve imkânlarla başarılar arasındaki tutarsızlıklar; üstünlük duygularının kuvvetlenmesi (başkalarına her şeyi çok gören bir haset duygusu ile birlikte); büyüklük düşüncelerinin artması (başkalarının kendisine haset edeceklerinden korkma ile birlikte); duyarlığın artması (yarışmadan el çekme eğilimlerinin yeniden ortaya çıkması ile birlikte); düşmanlık duygusunun ve endişenin artması, böylece kısır-döngünün yeniden başlaması...

Bununla birlikte, haset duygusunun nevrozlarda oynadığı rolü tam olarak kavrayabilmek için, bu duyguya daha geniş bir görüş açısından bakmamız gerekir. Nevrotik bir insan, farkına varsın ya da varmasın, yalnızca gerçekten çok mutsuz bir kişi olmakla kalmaz, aynı zamanda içerisinde bulunduğu bu içler-acısı durumdan hiçbir kurtulma şansı olmadığını da hisseder. Nevrotik bir insanın güvenliğe ulaşmak için gösterdiği çabalardan

doğan ve dıştan bakan bir gözlemcinin kısır-döngü olarak nitelediği durumu, nevrotik bir insan hiçbir şekilde içerisinden çıkamıyacağı bir ağa düşmüş olma şeklinde hisseder. Hastalarımdan birinin anlatmış olduğu gibi, birçok kapısı olan bir mahzene kapatıldığını ve açtığı her kapının kendisini yeni karanlıklara götürmekten başka bir işe yaramıyacağını hissetmektedir. Ve bu sırada başkalarının dışarıda gün ışığında gezip dolaşmakta olduğunu da bilmektedir. Herhangi bir şiddetli nevrozun, insanı sanki felce uğratan bu umutsuzluğu göz önünde bulundurmaksızın anlaşılabileceğini sanmıyorum. Bazı nevrotikler öfkelerini açık ve seçik deyimlerle açığa vururlar; ama bazılarında bu öfke, bir vazgeçme ve kadere boyun eğme, ya da sözde bir iyimserlik tavrı altında iyice gizlenmiştir. Bu durumda insana tuhaf gelen boş gururların, isteklerin, düşmanlık duygularının arkasında, acı çeken, hayatı çekici hale getiren her şeyden sonsuza dek uzak kalmağa mahkûm olduğunu hisseden, istediği şeye ulaşmış olsa bile tadına varamıyacağını, zevkini çıkaramıyacağını bilen bir insanın bulunduğunu görmek kolay kolay mümkün değildir. Bütün bu umutsuzluğu fark ettiğimiz zamansa, aşırı bir saldırganlık, hatta kötü huyluluk imiş gibi görünen ve herhangi bir özel durumla açıklanamayan özellikleri anlamak güç olmayacaktır. Her türlü mutluluk umudunu bu derece yitirmiş olan bir insanın, katılamadığı bir dünyadan nefret etmemesi için gerçek bir melek olması gerekirdi.

Haset konusuna dönecek olursak, yavaş yavaş artan bu umutsuzluğun, sürekli bir haset duygusuna yol açan bir temel olarak rol oynadığını göreceğiz. Bu haset duygusu belirli bir şeye karşı duyulan hasetten çok, Nietzche'nin **Lebensneid** olarak tanımladığı çok genel bir haset duygusunu dile getirmektedir: Daha rahat, daha dengeli, daha mutlu, daha dürüst olan, kendine daha çok güvenen herkese haset etmek...

Bir insanda böyle bir umutsuzluk duygusu ortaya çıktı mı, o insan bu duygusunun bilincine tam olarak var-

sın ya da varmasın, duyduğu umutsuzluğu ister istemez bir şeye bağlamağa, bir şeyle açıklamağa çalışacaktır. O, bu umutsuzluğu, psikanalistin yaptığı şekilde, kaçınılmaz bir sürecin sonucu olarak görmeyecektir. Ya kendisinin, ya da başkalarının yol açtığı bir duygu olarak görecektir. Çoğu zaman hem kendini, hem de başkalarını suçlayacaktır; ama genellikle ya kendini, ya da başkalarını daha çok suçlayacaktır. Başkalarını suçladığı zaman genellikle alınyazısına, şartlara ya da belli kimselere karşı suçlayıcı bir tavır takınacaktır: Ana-babasını, öğretmenlerini, kocasını, doktorunu suçlayacaktır. Sık sık üzerinde durmuş olduğumuz gibi, nevrotik bir insanın başkalarından beklediği şeyler genellikle böyle bir görüş açısından bakıldığı zaman anlaşılabilir. Nevrotik bir insan sanki şöyle düşünür gibidir: «Benim çektiğim acılardan hepiniz sorumlu olduğunuz için, bana yardım etmek size düşen bir görevdir ve sizden bunu beklemek de benim hakkımdır.» Derdinin kaynağını kendisinde aradığı zaman ise bu sefil ve zavallı durumunu hak etmiş olduğunu düşünecektir.

Nevrotik bir insanın başkalarını suçlama eğiliminde olduğunu söylemek bir yanlış anlamaya yol açabilir. Sanki suçlamaları haksızmış gibi görülebilir. İşin doğrusu, başkalarını suçlamak için belirli ve geçerli nedenleri vardır, çünkü özellikle çocukluğunda gerçekten haksız bir davranışla karşılaşmıştır. Ama suçlamalarında nevrotik unsurlar da işe karışmaktadır: Bu suçlamalar çoğu zaman olumlu amaçların gerçekleşmesi için gösterilecek yapıcı çabaların yerini alırlar ve genellikle fark gözetmeksizin, körü körüne onu bunu suçlama gibi bir nitelik taşırlar. Nevrotik bir insan, sözgelişi, kendisine yardım etmek isteyen kimseleri suçlayabilir de, kendisine gerçekten zararı dokunan kimseleri suçlamak ve suçlu görmek hiçbir şekilde elinden gelmeyebilir.

XIII. BÖLÜM

NEVROTİK SUÇLULUK DUYGULARI

Nevrozların dış görünüşünde suçluluk duyguları çok önemli bir rol oynamaktadır. Bazı nevrozlarda bu duygular açıkça ve bol bol kendilerini gösterirler; bazılarında ise daha gizlidirler, ama davranışlardan, tavırlardan, düşünme ve hareket etme biçimlerinden var oldukları kestirilebilir. İlk olarak, suçluluk duygularının varlığını gösteren çeşitli görünüşler üzerinde kısaca durmak istiyorum.

Bir önceki bölümde belirtmiş olduğum gibi, nevrotik bir insan çoğu zaman çektiği acıları hak etmiş olduğuna inanma eğilimini göstermektedir. Bu eğilim belirsiz bir duygu şeklinde ortaya çıkabilir, ya da cinsel yönden kendi kendini tatmin, yakın akrabalarla cinsel ilişkiler kurma isteği, yakınlarının ölümünü isteme gibi toplumun yasakladığı düşünceler ve faaliyetlerle ilgili olabilir. Böyle bir insan genellikle en ufak bir vesileyle kendini suçlu hissetme eğilimini gösterecektir. Biri onu görmek istese, ilk tepkisi, yapmış olduğu bir hareketten ötürü kendisini suçlayacaklarını sanmak olacaktır. Arkadaşları bir süre onu aramasa ya da mektup yazmasa «Acaba onları kırdım mı?» diye düşünecektir. Bir şey yolunda gitmedi mi, o bundan kendini suçlu tutacaktır. Başkalarının hatalı olduğu apaçık olsa bile, başkaları kendisine kesin olarak kötü davranmış olsa bile, o yine bütün bunlardan kendini suçlu tutacaktır. Başkaları ile kendisi arasında

bir menfaat çatışması ya da bir tartışma olduğu zaman da, körü körüne ötekilerin haklı olduğuna inanacaktır.

Ortaya çıkmak için fırsat kollayan bu gibi suçluluk duyguları ile, ruh çöküntüsü hallerinde görülen bilinçdışı suçluluk duyguları arasında kaypak bir fark vardır. Bilinçdışı suçluluk duyguları çoğu zaman hayal ürünü ya da hiç değilse aşırı derecede büyütülmüş birtakım kendini suçlama eğilimleri şeklinde ortaya çıkmaktadırlar. Nevrotik bir insanın kendine ve başkalarına karşı kendini haklı göstermek için harcadığı sürekli çabalar da -özellikle bu çabaların büyük stratejik değeri açık ve seçik olarak kavranmadığı zaman- belli bir obje üzerinde toplanmamış olan gizli suçluluk duygularının var olduğu izlenimini uyandırmaktadır.

Bu yaygın suçluluk duygularının varlığı, aynı zamanda nevrotik kişinin başkaları onun ne mal olduğunu anlayacaklar ve onu beğenmeyecekler diye duyduğu sürekli korkudan da belli olmaktadır. Psikanalistle tartışırken sanki yargıç karşısına çıkarılan bir suçlu imiş gibi hareket etmekte, böylece psikanaliste yardımcı olması çok güçleşmektedir. Kendisine anlatılmak istenen her şeyi, her türlü yorumlamayı bir beğenilmeme ya da ayıplanma olarak görmektedir. Psikanalist ona bazı savunma mekanizmalarının arkasında gizli bir endişenin bulunduğunu gösterecek olsa, şöyle cevap verecektir: «Bir korkaktan başka bir şey olmadığımı biliyordum zaten.» Psikanalist, insanlara yaklaşmağa cesaret edememesinin onlar tarafından istenmeyeceği, geri çevrileceği korkusundan ileri geldiğini açıklayacak olsa, yine kendini suçlayacaktır: Çünkü bu şekilde hareket etmekle hayatın güçlüklerinden kaçtığını düşünecektir. Kusursuz bir insan olmak için gösterilen zorlu çaba, büyük ölçüde, beğenilmemenin her türlüsünden kaçma ihtiyacından doğmaktadır.

Son olarak, şu noktayı da belirtmek gerekecektir: Parasını-pulunu yitirmek, bir kazaya uğramak gibi mutsuz bir olayla karşılaştığı zaman, nevrotik bir insan kendini daha rahat hissedebilecektir; hatta bazı nevrotik be-

lirtileri ortadan kalkabilecektir. Nevrotik kişinin böyle bir tepki göstermiş olması, hatta bazan birtakım mutsuz olayları hazırlamağa ya da davet etmeğe çalışırmış gibi görünmesi -farkında olmayarak bu şekilde hareket etmiş olsa bile- suçluluk duygularının, bu duygulardan kurtulabilmek için kendini cezalandırmak ihtiyacını duyacak kadar şiddetli olduğu varsayımını akla getirmektedir.

Böylece, nevrotik bir insanda yalnızca son derece şiddetli suçluluk duygularının varlığını göstermekle kalmayıp, aynı zamanda bu suçluluk duygularının nevrotik kişilik üzerindeki etkilerini gösteren çok sayıda kanıt var elimizde. Ama görünüşteki bu açıklık ve seçikliğe rağmen, nevrotik bir insanın bilinçli suçluluk duygularının gerçek olup olmadığını, bilinçdışı suçluluk duygularının var olduğu kanısını uyandırabilecek tavırlarının ise başka türlü yorumlanıp yorumlanamıyacağını tartışma konusu etmek gerekecektir. Bu gibi şüphelere yol açan birçok etkenler vardır.

Suçluluk duyguları da aşağılık duyguları gibi nevrotik kişi tarafından hiç de hoş karşılanmayan duygular değildir. Nevrotik bir insan onlardan kurtulmayı istemekten çok uzaktır. Gerçekte kendi suçları üzerinde ısrarla durmakta ve kendini temize çıkaracak her türlü girişime şiddetle karşı koymaktadır. Yalnızca bu tavır bile nevrotik bir insanın suçluluk duyguları üzerinde ısrar etmesinin arkasında, tıpkı aşağılık duygularında olduğu gibi, önemli bir fonksiyon gören bir eğilimin var olduğunu göstermeğe yeter.

Göz önünde tutulması gereken başka bir etken de vardır. Herhangi bir şeyden samimi bir şekilde pişman olmak ve utanmak acı veren bir şeydir; bu duyguyu bir başkasına açıklamak ise daha da acıdır; gerçekte nevrotik bir insanın bu şekilde hareket etmekten başkalarından çok daha fazla kaçınmış olması gerekirdi, çünkü beğenilmemekten korkmaktadır. Ama bunun böyle olmadığını görüyoruz: Nevrotik bir insan suçluluk duygularını rahatça açıklayabilmektedir.

Ayrıca, çoğu zaman nevrotik kişinin gizli suçluluk duygularının belirtisi olarak yorumlanan «kendini suçlama eğilimleri» akıldışı olduğu apaçık olan birtakım unsurlarla belirlenmiştir. Yalnızca kendini belli suçlarla suçlamasında değil, aynı zamanda insanların kendisine iyi davranmalarını, övülmeyi, başarı kazanmayı hiçbir şekilde hak etmediği şeklindeki yaygın duygularında da en aşırı şişirmelerden salt hayallere varıncaya kadar aşırı bir akıldışı özellik göze çarpmaktadır.

Kendine birtakım suçlar yükleme eğilimlerinin zorunlu olarak gerçek suçluluk duygularının belirtisi olmadığı izlenimini uyandıran başka bir etken de, nevrotik kişinin bilinçdışı olarak kendi değersizliğine hiç de inanmamış olmasıdır. Suçluluk duyguları ile dolu imiş gibi göründüğü zaman bile, başkaları onun kendisine yüklediği suçları ciddiye almaya kalkacak olurlarsa fena halde incinebilecektir.

Bu sonuncu gözlem bizi bu konuda rol oynayan son bir etkene götürmektedir; bu ise melankolide kendini suçlama eğilimlerinin rolü üzerinde tartışırken Freud'un dikkati çekmiş olduğu etkenlerden biridir[1]: Görünüşteki suçluluk duyguları ile, bu duygularla birlikte gitmesi gereken alçakgönüllülüğün bulunmayışı arasındaki çelişme. Nevrotik bir insan bir yandan ne kadar değersiz bir insan olduğunu tekrarlayıp dururken, bir yandan da başkalarının kendisine saygı ve hayranlık göstermesini şiddetle isteyebilecektir; aynı zamanda en ufak bir eleştiriye bile katlanamadığını açıkça belli edecektir. Bu çelişme bazan hemen göze çarpacak kadar belirgin olabilir: Gazetelerde okuduğu her türlü suçtan belirsiz bir şekilde kendini suçlu hisseden, hatta aile içerisindeki her ölüm vakasından kendini suçlu tutan, ama kız kardeşi, oldukça yumu-

(1) Sigmund Freud, «Mourning and Melancholia», **Collected Papers**, Cilt 4, s. 152-170, Psychoanalytisher Verlag. Karl Abraham, **Versuch einer Entwicklungsgeschichte der Libido**, Psychoanalytisher Verlag.

şak bir şekilde, insanlardan çok fazla ilgi ve dikkat görmek istediği için kendisini ayıpladığı zaman düşüp bayılacak kadar şiddetli bir öfkeye kapılan kadının durumunda olduğu gibi. Şu var ki, yukarıda söz konusu ettiğimiz çelişme her zaman bu derece göze çarpmayabilir; ama ilk bakışta görüldüğünden çok daha sık olarak var olması mümkündür. Nevrotik bir insan, kendini suçlama tavrını, kendine karşı takınmış olduğu doğru ve yerinde bir tavır sanabilir. Eleştirilmeye karşı gösterilen aşırı duyarlık, yapılan eleştirilerin çok iyi karşılandığı inancı ile gizlenmiş olabilir -yeter ki dostça yapılmış olumlu ve yapıcı bir eleştiri olsun. Şu var ki, böyle bir inanç, gerçeği gizleyen bir perdeden başka bir şey değildir ve olgular bunun böyle olmadığını ortaya koymaktadır. Dostça olduğu su götürmeyen bir öğüdü bile öfkeyle karşılayabilecektir, çünkü her türlü öğüt onun kusursuz bir insan olmadığını gösteren bir eleştirinin varlığını gerektirir.

Böylece, eğer suçluluk duyguları dikkatle incelenir ve gerçek olup olmadıkları iyice araştırılırsa, suçluluk duygusu olarak görülen şeylerin çoğunun gerçekte ya bir endişeyi, ya da bu endişeye karşı başvurulan bir savunma mekanizmasını dile getirdiği ortaya çıkar. Bu bir dereceye kadar normal insanlar için de doğrudur. Bizim kültürümüzde Tanrıdan korkmak insanlardan korkmaktan daha yüce bir davranış olarak görülmektedir; ya da dini olmayan bir deyimle söyleyecek olursak, vicdanımızın sesine kulak vererek kendimizi herhangi bir hareketten alıkoymak, yalnızca ele geçmek ve yakalanmak korkusu ile o hareketi yapmamaktan daha yüce bir davranış olarak görülmektedir. Yalnızca vicdanının sesini dinleyerek karısına sadık kaldığını sanan birçok kocalar gerçekte karılarından korktukları için bu şekilde hareket etmektedirler. Nevrozlarda endişenin çok fazla olması yüzünden, nevrotik bir insan bu endişesini suçluluk duyguları ile gizleme ihtiyacını normal bir insandan daha çok duymaktadır. Normal bir insandan farklı olarak yalnızca ortaya çıkabilecek sonuçlardan korkmakla kalmamakta,

aynı zamanda gerçek durumla karşılaştırıldığı zaman son derece aşırı olan birtakım sonuçların doğabileceğini de beklemektedir. Bu gibi beklemelerin niteliği duruma göre değişmektedir. Cezalandırılma, tek başına bırakılma, bir misilleme tehlikesi ile karşı karşıya olduğunu hissetme gibi aşırı bir ürküntü duyabilir; ya da büsbütün belirsiz birtakım korkulara kapılabilir. Ama her ne şekilde olursa olsun korkuları aynı noktada toplanmaktadır: Genellikle beğenilmeme korkusu ya da bu korkunun sarsılmaz bir kanı halini aldığı durumlarda «ne mal olduğunun anlaşılacağı korkusu» olarak nitelenebilecek bir korku.

Beğenilmeme korkusu nevrozlarda sık sık karşımıza çıkar. Görünüşte kendine tam olarak güvenmesine ve başkalarının kanılarına aldırış etmemesine rağmen, hemen her nevrotik insan beğenilmemekten, eleştirilmekten, suçlanmaktan ve ne mal olduğunun anlaşılmasından son derece ürker ve bu konuda aşırı bir duyarlık gösterir. Daha önce söylemiş olduğum gibi, bu beğenilmeme korkusu genellikle gizli suçluluk duygularının belirtisi olarak anlaşılmaktadır. Başka bir deyişle, bu gibi duyguların sonucu olarak görülmektedir. Kritik bir gözlem, bu sonucu şüphe ile karşılamamızı gerektirir. Psikanaliz sırasında bir hasta bazı yaşantılarından ve düşüncelerinden söz etmeyi çoğu zaman son derece güç bulacaktır -ölüm dilekleri, cinsel yönden kendi kendini tatmin, yakın akrabalarla cinsel ilişki kurmak istekleri gibi-, çünkü bu konuda epeyce bir suçluluk duygusu hissetmektedir, daha doğrusu suçluluk duyduğuna inanmaktadır. Bu gibi konulardan söz açacak kadar psikanaliste güvenir hale geldiği ve bunlardan söz edecek olursa ayıplanmıyacağından emin olduğu zaman «suçluluk duyguları» ortadan kalkmaktadır. Kendini suçlu hissetmesi, duyduğu endişelerin sonucu olarak kamuoyuna başkalarından daha çok değer vermesinden ve kamuoyunu, safça, kendi yargılarının yerine koymak gibi bir yanılgıya düşmesinden ileri gelmektedir. Ayrıca, beğenilmemeğe karşı gösterdiği genel duyarlık, suçluluk duygularına yol açan yaşantı-

ların' anlattıktan, böylece suçluluk duyguları ortadan kalktıktan sonra da olduğu gibi kalmaktadır. Bu gözlem, suçluluk duygularının beğenilmeme korkusunun nedeni değil, sonucu olduğunu akla getirmektedir.

Suçluluk duygularının gelişmesinde ve anlaşılmasında beğenilmeme korkusu bu derece önemli bir rol oynadığı için, bu korkunun doğurmuş olduğu sonuçlar üzerinde birkaç söz söylemek istiyorum.

Aşırı bir beğenilmeme korkusu, hiçbir ayrım gözetmeksizin bütün insanları kapsayabilir, ya da yalnızca eş-dostla ilgili olabilir; şu var ki nevrotik bir insan genellikle dostunu düşmanını açık ve seçik bir şekilde ayırt edememektedir. Bu korku başlangıçta yalnızca dış dünya ile ilgilidir ve her zaman, belli bir ölçüde, başkalarının nevrotik kişiyi beğenmemiş olmasına bağlıdır; ama aynı zamanda içe mal edilmiş de olabilir ve ne derece içe mal edilmişse, başkalarının kendisini beğenmemiş olması nevrotik bir insan için kendi kendini beğenmemekten o derece önemsiz bir hale gelir.

Beğenilmeme korkusu çeşitli şekillerde ortaya çıkabilir. Bazan insanların canını sıkmaktan duyulan sürekli bir korku şeklinde görünür: Nevrotik bir insan, bir daveti geri çevirmekten, bir fikri kabul etmemekten, isteklerini açığa vurmaktan, belli davranış ölçülerine uymayı becerememekten, şu ya da bu şekilde dikkati çekmekten korkabilir. Başkaları kendisinin ne mal olduğunu anlayacaklar diye duyulan sürekli bir korku şeklinde ortaya çıkabilir: Bir nevrotik, sevildiğini hissetmiş olsa bile, ne mal olduğunu anlamasınlar ve onu yüzüstü bırakmasınlar diye sosyal ilişkilerden el çekme eğilimini gösterebilir. Bu korku aynı zamanda başkalarının kendi özel işleri hakkında herhangi bir şey öğrenmesinden çekinme -bu konuda aşırı bir duyarlık gösterme- ya da kendisi ile ilgili zararsız sorular karşısında bile aşırı bir öfke gösterme şeklini de alabilir; çünkü bu gibi soruları kendi özel işlerine başkalarının burunlarını sokmuş olması olarak görür.

Beğenilmeme korkusu psikanaliz işlemini psikanalist için güç, hasta içinse acı veren bir süreç haline getiren belli başlı etkenlerden biridir. Çeşitli psikanaliz süreçleri birbirinden farklı olmakla birlikte, hepsinde ortak olan bir özellik vardır: Hasta, psikanalistin kendisine yardım etmesini ve durumunu aydınlatmasını istediği halde, aynı zamanda, kendi işlerine en fazla burnunu sokan bir kimse olarak psikanalistle mücadele etmek zorunu duymaktadır. Bu korku, hastayı, bir yargıç önünde bulunan bir suçlu imiş gibi hareket etmeğe götürmektedir: Tıpkı bir suçlu imiş gibi, olanca gücüyle, gizliden gizliye her şeyi inkâr etmeğe ve karşısındakini yanlış yola sevk etmeğe çalışmaktadır.

Bu tavır, birtakım itiraflarda bulunmak zorunda kaldığını hayal etmek ve bu yüzden şiddetli bir acı duymak şeklinde ortaya çıkabilir. Hastalarımdan biri, baskı altına aldığı eğilimlerini ışığa çıkarmak üzere bulunduğumuz bir sırada, anlamlı bir hayale kaptırmıştır kendini. Zaman zaman hayal ürünü bir adaya sığınan bir oğlan çocuk gördüğünü hayal etmiştir. Çocuk orada böyle bir adanın var olduğunu açıklamayı yasaklayan ve zorla adaya girmek isteyenleri ölüm cezasına çarptıran bir yasa ile yönetilen bir topluluğa katılmıştır. Çocuğun sevdiği ve kılık değiştirmiş bir şekilde psikanalisti temsil eden biri bir gün adaya çıkmıştır. Yasaya göre öldürülmesi gerekmektedir. Bununla birlikte, çocuk eğer kendisinin de bir daha adaya dönmeyeceğine söz verecek olursa onu kurtarabilecektir. Psikanaliz sürecinin başından sonuna kadar şu ya da bu şekilde var olan çatışmanın sanat dili ile ifadesidir bu: Hastanın psikanaliste karşı duyduğu sevgi ile, gizli düşüncelerini ve duygularını ortaya çıkarmak istediği için ona karşı duyduğu nefret arasındaki çatışma; kendi sırlarını saklamak için psikanalistle yaptığı mücadele ile, sır saklamaktan vazgeçme zorunluluğu arasındaki çatışma.

Beğenilmeme korkusunun temelinde suçluluk duyguları bulunmuyorsa, nevrotik bir insanın beğenilmemekten

ve ne mal olduğunun keşfedilmesinden niçin bu derece kaygılandığı sorulabilir?

Beğenilmeme korkusunu açıklayan temel etken, nevrotik bir insanın hem kendine, hem de dış dünyaya karşı kendini nasıl göstermiş olduğunu dile getiren dış görünüşü[2] ile, bu görünüşün arkasında gizlenmiş olan baskı altına alınmış bütün eğilimleri arasındaki büyük tutarsızlıktır. Kendi içerisinde bir birliğe, bir bütünlüğe ulaşamamaktan, bütün sahte görünüşlerini sürdürmek zorunda kalmaktan ötürü sandığından daha çok acı çekmesine rağmen, bu sahte görünüşleri bütün gücü ile savunmak zorundadır; çünkü bu görünüşler onu gizli endişesinden koruyacak bir siper olarak rol oynamaktadır. Beğenilmeme korkusunun temelinde, gizlemek zorunda olduğu bazı şeylerin bulunduğunu kabul edecek olursak, bazı «suçluluk duygularının» ortadan kalkmasının nevrotik kişiyi niçin korkusundan kurtaramadığını daha iyi anlayabiliriz. Daha birçok şeylerin değişmesi gerekecektir. Açık ve seçik bir deyimle söyleyecek olursak, beğenilmeme korkusunu açıklayan temel etken, kişiliğindeki tüm samimiyetsizliktir, daha doğrusu kişiliğinin nevrotik bölümündeki samimiyetsizliktir ve nevrotik kişi işte bu samimiyetsizliğinin ortaya çıkmasından korkmaktadır.

Nevrotik kişinin sırlarının özel içeriğine gelince, her şeyden önce, genellikle «saldırganlık» kelimesinin kapsamı içerisine giren her şeyi gizlemek istemektedir. «Saldırganlık» deyimi yalnızca nevrotik kişinin düşmanca tepkilerini -öfke, öç alma isteği, haset, başkasını küçük düşürme isteği, vb.- değil, başkalarından beklediği bütün gizli istekleri de kapsamaktadır. Bütün bunların üzerinde daha önce ayrıntılı bir şekilde durduğum için burada yalnızca şu noktayı belirtmekle yetineceğim: Nevrotik bir insan bağımsız olmak, kendi gücüne dayanarak yaşamak istememektedir; istemiş olduğu şeye ulaşmak için çaba harcamak da istememektedir. Tersine, ya söz geçirerek

(2) C. G. Jung, buna «persona» adını vermektedir.

ve sömürerek, ya da «sevgi» ve itaat gösterme gibi yollara başvurarak hep başkalarına dayanacak şekilde yaşamak istemektedir. Düşmanca tepkileri ve istekleri anlaşılacak olursa, hemen endişeye kapılmaktadır: Yalnızca kendini suçlu hissettiği için değil, aynı zamanda ihtiyaç duyduğu yardım ve desteğe ulaşma imkânlarının tehlikeye girdiğini gördüğü için...

İkinci olarak, kendini ne derece zayıf, güvensiz ve çaresiz hissettiğini, kendini gösterme konusunda ne kadar güçsüz ve beceriksiz olduğunu, ne derece endişeli olduğunu da gizlemek istemektedir. Bu yüzden kendini güçlü bir insanmış gibi göstermeğe çalışmaktadır. Ama güvenliğe ulaşmak için gösterdiği özel çabalar, başkalarına söz geçirme isteği etrafında toplandığı ve böylece her şeyden çok, güçlü olmaktan gurur duyduğu ölçüde, kendini büsbütün küçük görmektedir. Yalnızca zayıf olmanın tehlikelerini sezmekle kalmamakta, aynı zamanda zayıflığı hem kendisinde, hem de başkalarında aşağı bir şey olarak görmektedir; kendi evinde üstün durumda olmamayı, kendi işlerinde karşılaştığı engelleri yenememeyi, başkalarından yardım görmek zorunda kalmayı, hatta kendini endişe duygusuna kaptırmış olmayı zayıflık olarak nitelemektedir. Böylece kendisindeki herhangi bir «zayıflık» belirtisini adamakıllı küçük gördüğü ve başkalarının da, bu zayıflığı fark edecek olurlarsa, aynı şekilde kendini küçük göreceklerine inandığı için, zayıflığını başkalarından gizleyebilmek amacı ile olanca gücünü harcamakta, ama ergeç ne mal olduğu anlaşılacak diye ödü kopmaktadır; bu yüzden endişesi de sürüp gitmektedir.

Böylece, suçluluk duyguları ve bu duygularla birlikte giden kendine birtakım suçlar yükleme eğilimleri, beğenilmeme korkusunun nedeni olacak yerde sonucu olmakla kalmazlar, aynı zamanda bu korkuya karşı bir savunma mekanizması olarak da rol oynarlar. Bir yandan güvenliğe ulaşmayı sağlamak, öbür yandan gerçek sorunu gizlemek gibi iki yönlü bir amaç güderler. Bu sonun-

cu amaca ise ya dikkati gizlenmesi gereken şeylerden uzaklaştırarak, ya da bu gibi şeyleri gerçek olarak ka bul edilemiyecek kadar abartarak ulaşmaktadır.

Birçok vakayı aydınlatabilecek iki örnek üzerinde duracağım. Bir gün bir hasta kendini nankörlükle, psikanaliste yük olmakla, psikanalistin onu az bir ücret karşılığında tedavi etmiş olmasının değerini yeterince bilmemekle acı acı suçlamağa başlamıştır. Ama psikanalistle yaptığı görüşme bitince, o gün ödemeyi düşündüğü parayı getirmeyi unuttuğunu görmüştür. Bu vaka, kendisi hiçbir şey vermeksizin her şeyi elde etme isteğinin birçok belirtilerinden yalnızca biridir. Kendini bol bol ve hemen her konuda suçlamış olması, başka durumlarda olduğu gibi burada da gerçek sorunu gizlemek gibi bir rol oynamaktadır.

Olgun ve zeki bir kadın, çocukken kendisini öfke nöbetlerine kaptırmış olduğu için suçluluk duygularına kapılmıştır; oysa bu öfke nöbetlerinin ana ve babasının akla uygun olmayan davranışları yüzünden olduğunu biliyordu ve ana-babaların hiçbir şekilde hata işlemiyeceği gibi bir inançtan da kendini kurtarmıştı artık. Bununla birlikte, bu konudaki suçluluk duyguları o derece bir kuvvetle sürüp gitmişti ki, erkeklerle aşk ilişkileri kuramamasını, ana-babasına karşı takındığı düşmanca tavrın cezasını çekmek şeklinde yorumluyordu. Erkeklerle aşk ilişkileri kurma konusundaki şimdiki yeteneksizliğini çocukluğundaki bir kusuruna bağlayarak açıklamakla, bu konuda rol oynayan gerçek etkenleri gizlemiş oluyordu: Erkeklere karşı duyduğu düşmanca duygular ve erkeklerin kendisini istemeyip geri çevirecekleri korkusu ile kendi kabuğuna çekilmiş olması.

Kendine birtakım suçlar yükleme eğilimleri, insanı yalnızca beğenilmeme korkusuna karşı korumakla kalmaz, aynı zamanda başkalarının kendi iddialarının tersini öne süren güvenlik verici sözler söylemesine yol açarak güvenliğe ulaşmayı da sağlar. Kendi iddialarının tersini söyleyecek kimseler bulunmadığı zaman bile, bu

şekilde kendini suçlama, nevrotik bir insanın kendine olan saygısını artırarak ona belli bir güvenlik verir; çünkü başkalarının önem vermediği kusurlar için kendini suçlamakla, ahlaki yönden kendini sıkı bir şekilde yargılayabilen bir insan olduğunu kanıtlamış olmaktadır; böylece kendini gerçekten yetkin bir insan olarak görebilmektedir. Bu suçlamalar ona ayrıca bir rahatlama imkânı da verirler, çünkü suçluluk duyguları nevrotik bir insanın kendisinden gerçekten hoşnut olmadığı durumlarla seyrek olarak ilgilidirler; bu bakımdan pek o kadar da kötü bir insan olmadığı inancına gerçekten de gizli bir açık kapı bırakmaktadırlar.

Kendine birtakım suçlar yükleme eğilimlerinin öteki fonksiyonları üzerinde durmadan önce, beğenilmemekten kaçınmak için başvurulan başka yolları göz önünde bulundurmalıyız. Kendini suçlamanın tam karşıtı olan, ama yine aynı amaca hizmet eden bir savunma mekanizması, her zaman haklı ve kusursuz olmağa çalışmak, böylece herhangi bir eleştiriye yer vermeyecek şekilde hareket ederek başkalarının kendisini eleştirmesini önlemektir. Herhangi bir davranışta bu tip bir savunma mekanizması belirgin olduğu zaman, bu davranışın yanlış olduğu apaçık olsa bile, akıllı ve becerikli bir avukata yaraşan birtakım zekâ oyunları ile haklı olduğu kanıtlanabilecektir. Bu tavır en ufak, en önemsiz şeylerde bile hep haklı çıkmak, hiçbir şekilde yanılmamak -sözgelişi, havanın nasıl olacağını her zaman önceden kestirmek istemek gibi aşırı bir şekil alabilir; çünkü böyle bir insan için herhangi bir konuda yanılmak demek, hemen her konuda yanılmak demektir. Böyle bir insan genellikle en ufak bir görüş ayrılığına bile katlanamamaktadır; hatta herhangi bir zevk ya da duygu ayrılığına bile katlanamamaktadır, çünkü en ufak bir uyuşmazlığı bile kendisine yapılmış bir eleştiri olarak görmektedir. Bu çeşit eğilimler «sözde-intibak» dediğimiz olayı büyük ölçüde açıklamaktadırlar. Bu durum, şiddetli bir nevroza rağmen kendilerine, bazan da çevrelerinde bulunan kimselere

«normal» ve çevrelerine iyice uymuş bir insan olarak görünmeyi başarabilmiş olan kimselerde karşımıza çıkmaktadır. Bu gibi nevrotiklerin, başkaları kendilerini beğenmeyecek ve ne mal olduklarını anlayacaklar diye şiddetli bir korku duyduklarından hemen her zaman emin olabiliriz.

Nevrotik bir insanın beğenilmeme korkusundan kendini korumak için başvurabileceği üçüncü yol, bilgisizliğe, hastalığa ve güçsüzlüğe sığınmaktır. Bunun göze çarpan bir örneğine Almanya'da tedavi ettiğim bir Fransız kızında rastladım. Daha önce söz konusu ettiğim kızlardan biriydi bu; geri zekâlı olduğundan şüphe edilerek bana gönderilmişti. Psikanalizin ilk birkaç haftasında ben de onun zekâsından şüphe etmiştim; Almancayı çok iyi anladığı halde söylediğim hiçbir şeyi anlamıyormuş gibi görünüyordu. Aynı şeyleri daha basit, daha yalın bir şekilde anlatmağa çalışıyor, yine de bir sonuç alamıyordum. Sonunda iki etken, durumu aydınlattı. Rüyalarında çalışma odamı bir hapishane ya da kendisini fizik bir muayeneden geçiren bir doktorun muayenehanesi olarak görmüştü. Her iki düşünce de ne mal olduğunun anlaşılacağından endişe duyduğunu göstermektedir. İkinci rüya fizik yönden muayene edilmekten duyduğu korkuyu dile getirmektedir. Durumu aydınlatan ikinci etken, bu kızın bilinçli hayatı ile ilgili olan bir olaydır. Yasaların gerektirdiği şekilde pasaportunu belli bir süre içerisinde vize ettirmeyi unutmuştur. Sonunda ilgili memura başvurduğu zaman cezadan kurtulabilmek umudu ile sanki Almanca bilmiyormuş gibi davranmıştır; bu olayı sonradan bana kendisi gülerek anlatmıştı. Ancak bundan sonra bana karşı da aynı taktiğe başvurduğunu ve aynı nedenlerle bu şekilde hareket etmiş olduğunu kabul etmişti. Bu andan sonra da çok zeki bir kız olduğunu belli edecek şekilde hareket etti. Böylece, suçlanma ve cezalandırılma tehlikesinden kurtulabilmek için bilgisizlik ve budalalık maskesi altına gizlenmiş olduğu ışığa çıkmış oldu.

Kendini ciddiye alınmaması gereken sorumsuz ve

oyun çağında bir çocuk imiş gibi gören ve bu şekilde hareket eden her insan aynı yola başvurmaktadır. Bazı nevrotikler bu tavrı sürekli olarak benimserler. Çocukça hareketlerde bulunmamış olsalar bile, kendi duygularını ciddiye almak istemeyebilirler. Böyle bir tavrın nasıl bir fonksiyon görmüş olduğunu psikanaliz sırasında gözlemek mümkündür. Kendi saldırgan eğilimlerini ister istemez kabul edeceklerini anlayan hastalar birdenbire kendilerini güçsüz hissederler, bir çocuk gibi davranırlar, sevilmek ve korunmaktan başka bir şey istemezler. Ya da rüyalarında güçsüz ve küçük bir çocuk olduklarını, annelerinin karnında ya da kollarında taşındıklarını görürler.

Herhangi bir durumda güçsüzlük etkili olmuyorsa ve işe yaramıyorsa, hastalık aynı amaca hizmet eden bir araç olarak da rol oynayabilir. Hastalığın güçlüklerden kaçabilmek için başvurulan bir araç olabileceği çok iyi bilinmektedir. Bununla birlikte, hastalık aynı zamanda nevrotik bir insanın, çözümlemesi gereken bir durumdan sırf korktuğu için kaçtığını anlamasına engel olan bir perde olarak da rol oynamaktadır. Sözgelişi, şefi ile anlaşamıyan bir nevrotik şiddetli bir hazımsızlık nöbetine sığınmakla işin içinden sıyrılabilir; bu gibi bir durumda hastalığa başvurmanın nedeni, hasta olmanın belli bir faaliyette bulunmayı imkânsız kılması, yani uygun bir mazeret yaratmış olması, böylece nevrotik kişinin korkaklığının ortaya çıkmasına meydan vermemesidir[3].

(3) Franz Alexander'ın **Psychoanalysis of the Total Personality** adlı eserinde yapmış olduğu gibi, böyle bir istek, kendinden üstün durumda olan birine karşı saldırgan içtepiler duyduğu için ceza görme ihtiyacı olarak yorumlanacak olursa, hasta böyle bir açıklamayı seve seve kabul edecektir; çünkü psikanalist bu şekilde hareket etmekle, nevrotik kişinin kendini göstermesi gerektiği, ama bunu yapmaktan korktuğu ve korktuğu için de kendine kızdığı gibi gerçeklerden kaçmasına etkili bir biçimde yardımcı olmaktadır; psikanalist, hastanın

Her çeşit beğenilmeme korkusuna karşı başvurulan sonuncu ve çok önemli bir savunma mekanizması, haksızlığa uğramış bir duruma düşmüş olma duygusudur. Başkalarının kendisini kötüye kullanmış olduklarını sanmakla, nevrotik bir insan, başkalarını kötüye kullanmak için duyduğu kendi eğilimleri yüzünden kendini ayıplamayı önlemiş olmaktadır; kendini ihmal edilmiş bir zavallı imiş gibi görmekle, başkalarına söz geçirme eğilimleri yüzünden herkesin kendisini ayıplamasına meydan vermemiş olmaktadır; başkalarının kendisine yardımcı olmadıklarını düşünmekle, onları başarısızlığa uğratmak için duyduğu kendi isteklerinin ve eğilimlerinin ortaya çıkmasını önlemektedir. Bu şekilde kendini haksızlığa uğramış bir durumda görmek, başka bir deyişle, başkalarının kendisini kötüye kullandıklarını sanmak, sık sık başvurulan ve ısrarla sürdürülüp giden bir yöntem olarak karşımıza çıkmaktadır; çünkü gerçekten de en etkili savunma mekanizması budur. Bu yöntem, nevrotik bir insana yalnızca birtakım suçlamalardan kurtulma imkânını vermekle kalmaz, aynı zamanda bütün suçu başkalarının üzerine atmak imkânını da sağlar.

Şimdi kendine birtakım suçlar yükleme eğilimlerine dönelim; bu eğilimlerin başka bir fonksiyonu daha vardır: Nevrotik kişiyi yalnızca beğenilmeme korkusundan kurtarmak ve ona gerçek bir güvenlik duygusu vermekle kalmazlar, aynı zamanda değişmesi gerektiğini kavramasına da imkân vermemek, daha doğrusu böyle bir değişmenin yerine geçmek gibi bir fonksiyon da görürler. Gelişmiş bir kişilikte şu ya da bu gibi bir değişiklik yapmak herkes için son derece güç bir iştir. Nevrotik bir insanda ise bu iş iki misli güçtür; çünkü hem değişmesi

---

şefine ya da üst'üne karşı kötü duygular beslediği için son derece üzülecek kadar yüce-kalpli bir insan olduğu inancını pekiştirmeğe yardımcı olmakta, böylece hastanın daha önceden var olan masochistic itkilerini, yüksek ahlaki ölçülere bağlayarak kuvvetlendirmektedir.

gerektiğini kabul etmesi daha zor olmaktadır, hem de takınmış olduğu tavırların birçoğu endişe ile belirlenmiştir. Bunun sonucu olarak da değişmekten, kendini değiştirmek zorunda kalmaktan son derece ürkmekte ve değişmesi gerektiğini kabul etmek istememektedir. Bunu kabul etmekten kaçma yollarından biri şudur: Kendine birtakım suçlar yüklemekle «yakayı kurtaracağına» gizliden gizliye inanmak. Bu süreci günlük hayatta sık sık görebiliriz. Bir insan bir şey yaptığı için pişmanlık duyuyorsa ya da tersine o şeyi yapmadığı için pişmansa, bunun sonucu olarak da bu duruma yol açan tavrını değiştirmek ve düzeltmek istiyorsa, kendini suçluluk duygularına kaptırmayacaktır; kaptıracak olursa, «değişme» gibi güç bir işten kaçtığını açığa vurmuş olacaktır. Gerçekten de vicdan azabı duymak değişmekten çok daha kolaydır.

Nevrotik bir insanın değişmesi gerektiğini kabul etmemek için başvurduğu yollardan biri de sorunlarını akıl düzeyine aktarmaktır. Bu şekilde hareket etme eğilimini gösteren hastalar psikolojik bilgiler edinmekten, kendileriyle ilgili birtakım şeyler öğrenmekten büyük bir entelektüel zevk duyarlar, ama daha öteye gitmezler. Bu bakımdan, sorunlarını bu şekilde akıl düzeyine aktarmağa çalışmak, bu gibi kimselerin hiçbir şeyi duygusal yönden anlamalarına imkân vermemekte, bu yüzden değişmeleri gerektiğini bir türlü anlayamamaktadırlar. Sanki kendi içlerine bakıp da «Ne kadar da ilginç!» der gibidirler.

Kendine birtakım suçlar yükleme eğilimleri, aynı zamanda başkalarını suçlama tehlikesini önleme gibi bir fonksiyon da görebilirler; çünkü suçu kendi üzerine almak daha tehlikesiz, daha güvenilir bir yol olarak görülebilir. Başkalarını tehdit etme ve suçlama eğilimlerini engelleyerek kendini suçlama eğilimlerini güçlendirmek nevrozlarda o derece büyük bir rol oynamaktadır ki bu konu üzerinde biraz daha durmak gerekecektir.

Başkalarını suçlama konusundaki inhibition'ların ge-

nellikle bir tarihçesi vardır. Korku ve nefret yaratan ve çocuğun içtenlikle kendine vermiş olduğu değeri baskı altına almasına yol açan bir hava içerisinde büyüyen bir çocuk, çevresindeki insanları ta derinden suçlama eğilimini gösterecektir. Bununla birlikte bu eğilimlerini açığa vurma imkânını bulamamakla kalmayacak, aynı zamanda, iyice gözü korkutulduğu zaman, bu gibi duygularını bilinçli olarak hissetmeğe bile cesaret edemiyecektir. Bu bir bakıma yalnızca ceza göreceği korkusundan, bir bakıma da ihtiyaç duyduğu sevgiyi yitirme korkusundan ileri gelmektedir. Bu çocukça tepkilerin sağlam bir gerçek temeli vardır: Böyle bir hava yaratmış olan ana-babalar, kendi nevrotik duyarlıklarından ötürü, eleştirilmeğe pek katlanamazlar. Bununla birlikte, ana-babaların yanılmaz olduğu kanısının yaygınlığı kültürel bir etkenden ileri gelmektedir[4]. Bizim kültürümüz içerisinde ana-babaların yeri, her zaman itaat etmeğe zorlayan otoriter bir güçle belirlenmiştir. Birçok durumlarda evdeki ilişkilerde, iyi, dostça bir hava vardır ve ana-babalar otoritelerini göstermek ihtiyacını duymamaktadırlar. Bununla birlikte, bu kültürel tavır sürüp gittikçe, arka planda kalmış olsa bile, aile içerisindeki ilişkileri az çok bulandırmaktadır.

Bir karşılıklı ilişki sistemi otoriteye dayandığı zaman, herhangi bir eleştirici tavır takınmak yasaklanacaktır, çünkü böyle bir tavır otoriteyi zayıflatabilecektir. Eleştiride bulunmak açıkça yasaklanabilir ve bu yasak ceza korkusu ile zorla kabul ettirilebilir; ya da çok daha etkili bir yolla, daha üstü kapalı bir şekilde yasaklanabilir ve ahlaki temellere dayandırılmak istenebilir. Böylece çocukların yapabileceği eleştiriler yalnızca ana-babaların bu konuda göstermiş oldukları duyarlıktan ötürü engellenmekle kalmaz; aynı zamanda ana-babayı eleştirmenin günah olduğunu öne süren kültürel tavrı benimsemiş olan

(4) Bu nokta ve bu paragrafın geri kalan bölümü için Erich Fromm'un **Autoritaet und Familie** (Ed.: Max Horkheimer, 1936) adlı incelemesine bakınız.

ana-babaların, doğrudan doğruya ya da dolaylı bir biçimde, çocukları aynı konuda duyarlık gösterecek şekilde etkilemeğe çalışmalarından ötürü de engellenir. Bu gibi şartlar altında pek fazla gözü korkutulmamış olan bir çocuk bir parça başkaldırabilir, ama buna karşılık kendini suçlu hisseder. Daha çok korkutulmuş, yıldırılmış bir çocuk ise otorite karşısında herhangi bir öfke davranışı göstermeğe cesaret edemez ve yavaş yavaş ana-babaların hatalı olabileceğini düşünmeğe bile cesaret edemiyecek hale gelir. Bununla birlikte, birisinin hatalı olması gerektiğini hissetmektedir; böylece, ana-babası her zaman için haklı olduğuna göre, bütün suçu kendi üzerine almaktadır. Bütün bunların genellikle akılla değil duyguyla ilgili bir süreç olduğunu söylemeğe gerek yok. Düşünceyle değil de korku ile belirlenmiş bir süreçtir bu.

Bu şekilde çocuk kendini suçlu görmeğe başlar; daha doğrusu olup bitenleri objektif olarak inceleyip her iki tarafı soğukkanlı bir şekilde tartacak yerde bütün suçu kendinde arama ve kendini suçlu bulma eğilimini geliştirir. Kendinde bulduğu hatalar ve kusurlar onu kendini suçlu görmekten çok, küçük görmeğe sevk edebilir Ya da çocuğun çevresinde geçer olan ahlaki değerlere açıkça ya da üstü kapalı bir şekilde verilen öneme göre her iki eğilim arasında gidip gelebilir. Her zaman kız kardeşine bağımlı olan ve gördüğü haksızlıklara yalnızca korktuğu için katlanan bir kız, başkalarını suçlama eğilimlerini baskı altına alarak, kız kardeşinden daha aşağı bir durumda olduğu için (ondan daha çirkin, daha gösterişsiz olduğu için) bu haksız davranışların yerinde bir hareket olduğunu düşünebilir, ya da kendisi kötü bir kız olduğu için bu gibi davranışları hak ettiğine inanabilir. Her iki durumda da, haksız bir davranışla karşılaşmış olduğunu kavrayacak yerde bütün suçu kendi üzerine almaktadır.

Bu çeşit bir tepki mutlaka aynı şekilde sürüp gitmez; çok derinlere kök salmamışsa, ya da çocuğun çev-

resindeki şartlar değişirse, ona değer veren, duygusal yönden ona destek olan kimseler hayatına girecek olursa, bu tepki de değişebilir. Böyle bir değişiklik olmazsa, başkalarını suçlama tavrını, kendini suçlama tavrına dönüştürme eğilimleri zamanla zayıflayacağı yerde kuvvetlenmektedir. Dünyaya karşı duyulan öfke birçok kaynaklardan beslenerek yavaş yavaş arttıkça, bu öfkeyi açığa vurma korkusu da aynı şekilde artmaktadır; çünkü başkalarının kendi duygularını keşfedecekleri korkusu gittikçe kuvvetlenmekte ve başka insanların da bu konuda aynı duyarlığı gösterecekleri sanılmaktadır.

Şu var ki, bir tavrın eski kaynaklarını bilmek o tavrı açıklamağa yetmez. Pratik ve dinamik yönden daha önemli olan soru, o anda böyle bir tavra yol açan etkenlerin neler olduğudur. Nevrotik bir insanın başkalarını suçlama ve eleştirme konusunda çektiği olağanüstü güçlüklerde o kimsenin yetişkin kişiliği ile ilgili birçok belirleyici etkenin rolü vardır.

İlk olarak, başkalarını eleştirme ve suçlama konusundaki bu güçsüzlük, nevrotik kişinin içinden geldiği şekilde kendini gösterebilme ve başkalarına kabul ettirebilme yeteneksizliğinin bir belirtisidir. Bu yeteneksizliği anlayabilmek için, nevrotik kişinin takındığı tavrı, kültürümüz içerisindeki sağlıklı bir insanın başkalarını suçlama ve bu suçlamalarını açığa vurma konusundaki -daha genel bir deyimle saldırma ve kendini savunma konusundaki- duygu ve davranışları ile karşılaştırmamız gerekecektir. Normal bir insan bir tartışma sırasında kendi görüşünü savunabilir; haksız bir suçlamayı reddedebilir; yersiz bulduğu bir şey kendisine zorla yaptırılmak ya da kabul ettirilmek istendiği zaman karşı koyabilir; ihmal edildiği ya da aldatıldığı zaman içten de, dıştan da tepki gösterebilir; hoşlanmadığı ve geri çevrilmesi mümkün olan bir öneriyi ya da isteği geri çevirebilir. Gerektiği zaman eleştirebilir ve eleştirilerini açıkça söyleyebilir, başkalarını suçlu görebilir ve suçlamalarını açığa vurabilir, canı isterse birinden bile bile el çekebilir ve onunla ilişiğini ke-

sebilir. Ayrıca, aşırı bir duygusal gerginlik duymaksızın saldırgan davranışlarda bulunabilir ve kendini savunabilir; herkesi haksız yere ve şiddetle suçlamaya yol açan aşırı bir saldırganlıkla, aşırı bir kendini suçlama arasında ortalama bir yol tutabilir. Böyle bir mutlu ortalamada kalabilmek, ancak nevrotiklerin az çok yoksun oldukları şartlar içerisinde mümkün olabilmektedir: Bilinçdışı yaygın bir düşmanlık duygusundan bir dereceye kadar kurtulmuş olmak ve kendi değerine bir dereceye kadar güvenebilmek sayesinde...

İnsanın bu şekilde içten gelen bir davranışla kendini kabul etmesi ve başkalarına kabul ettirmesi mümkün olmadığı zaman, bir zayıflık ve güçsüzlük duygusunun ortaya çıkması kaçınılmaz olmaktadır. Belki de üzerinde hiç düşünmeksizin, gerektiği zaman saldırıya geçebileceğini ve kendini savunabileceğini bilen bir insan güçlüdür ve kendini güçlü hisseder. Büyük bir olasılıkla bunu yapamıyacağını fark eden bir insan ise zayıftır ve kendini zayıf hisseder. Bilinçli benliğimizi büyük ölçüde kandırabilsek de, herhangi bir tartışmaya korkudan mı yoksa akıllıca bir davranıştan ötürü mü girmediğimizi, bize yapılan bir suçlamayı zayıflığımızdan mı yoksa adalet duygumuzdan ötürü mü kabul ettiğimizi bir elektrik saatinin dakikliğiyle hissederiz. Nevrotik bir insan için bu şekilde zayıflığını hissetmiş olmak sürekli ve gizli bir öfke kaynağıdır. Ruh çöküntüsü hallerinin çoğu, bir insanın kendi fikrini savunamadığı ya da kritik bir düşüncesini açığa vuramadığı bir durumdan hemen sonra başlamaktadır.

Başkalarını eleştirme ve suçlama konusundaki önemli engellerden biri de doğrudan doğruya temel endişe ile ilgilidir. Dış dünya düşman olarak görülüyorsa, insan kendini dünya karşısında güçsüz ve çaresiz hissediyorsa, bu durumda insanları kızdırmak tehlikesini göze almak büyük bir tedbirsizlik olacaktır. Nevrotik bir insan için bu tehlike çok daha büyüktür ve güvenlik duygusu ne derece başkalarının sevgisine bağlı ise, bu sevgiyi yitirmek-

ten de o derece korkmaktadır. Nevrotik bir insan için başka birinin canını sıkmak, normal bir insan için olduğundan çok daha fazla bir anlam taşır. Başkaları ile olan ilişkileri zayıf ve çarçabuk bozulan cinsten olduğu için, başkalarının kendisi ile olan ilişkilerinin de aynı şekilde olduğuna inanmaktadır. Bu bakımdan, başkalarının canını sıkacak olursa, onlarla her türlü ilişkisinin kopması tehlikesi ile karşı karşıya bulunduğunu sanmaktadır; kesin olarak bir yana itileceğini, kovulacağını, nefretle karşılanacağını beklemektedir. Ayrıca, bilinçli ya da bilinçsiz olarak şunu da düşünmektedir: Başkaları da, tıpkı kendisi gibi, gerçek benlikleri anlaşılacak diye ve eleştirilecekler diye korkmaktadırlar; bunun için başkalarının kendisine nasıl bir incelik ve nezaketle davranmasını istiyorsa, o da onlara o şekilde davranmak istemektedir. Başkalarını açıkça suçlamaktan, hatta başkalarının suçlu olduğunu düşünmekten son derece ürkmüş olması onu özel bir ikilem karşısında bırakmaktadır; çünkü, daha önce görmüş olduğumuz gibi, baskı altına alınmış öfke duyguları ile doludur. Gerçekte, nevrotik davranışlara yabancı olmayan herkesin bildiği gibi, bazan üstü kapalı bir şekilde, bazan da açıkça ve en saldırgan şekillerde ortaya çıkan birçok suçlamalara rastlamak mümkündür. Bununla birlikte, başkalarını eleştirme ve suçlama konusunda adamakıllı çekingen bir davranışla karşılaştığımızı öne sürdüğüm için, bu gibi suçlamaların hangi şartlar altında ortaya çıkabilecekleri noktası üzerinde kısaca durmak istiyorum.

Bu gibi suçlamalar umutsuzluktan ileri gelen bir gerginlik içerisinde ortaya çıkabilirler; özellikle nevrotik kişi bu suçlamaları yapmakla yitirecek hiçbir şeyi olmadığını, her ne olursa olsun ve her ne şekilde hareket ederse etsin başkalarının onu kesinlikle bir yana iteceklerini hissettiği zaman ortaya çıkabilirler: Sözgelişi, nevrotik kişinin başkalarına iyi davranmak ve onlara saygı göstermek için harcadığı özel çabalar gereken karşılığı görmediği ya da geri çevrildiği zaman böyle bir ortam yaratıl-

mış olur. Bu suçlamaların bir sahne halinde mi patlak vereceği, yoksa belli bir zaman mı sürüp gideceği nevrotik kişinin umutsuzluğunun süresine bağlıdır. İnsanlara karşı içinde birikmiş olan bütün şeyleri tek bir bunalım hali içerisinde boşaltabilir, ya da suçlamaları daha uzun bir dönem boyunca sürüp gidebilir. Söylediği şeyleri gerçekten hissetmektedir ve başkalarının bütün bunları ciddiye almasını beklemektedir; bununla birlikte, başkaları onun ne kadar derin bir umutsuzluk içerisinde olduğunu anlayacaklar, dolayısıyla onun kusuruna bakmayacaklar diye gizli bir umut da beslemektedir. Umutsuzluk söz konusu olmasa bile, suçlamaların nevrotik kişinin bilinçli olarak nefret ettiği ve kendilerinden hiçbir iyi davranış beklemediği insanlarla ilgili olması halinde, yine aynı durumla karşılaşabiliriz. Şimdi üzerinde duracağımız başka bir durumda ise samimilik unsurunun bulunmadığını görüyoruz.

Nevrotik bir insan ne mal olduğunun anlaşıldığını ve suçlandığını, ya da böyle bir tehlike ile karşı karşıya bulunduğunu hissettiği anda az çok şiddetle başkalarını suçlayabilecektir. Bu durumda, beğenilmemek tehlikesi ile karşılaştırıldığı zaman, başkalarının canını sıkmak daha hafif bir tehlike olarak görülebilir. Kendini birdenbire bir tehlike içerisinde hissetmekte ve saldırıya geçmektedir: Tıpkı tabiatı gereğince korkak olan, ama tehlike anında birdenbire karşısındakine saldıran bir hayvan gibi. Bazı gizli kapaklı yanlarının açığa çıkacağından en çok korktukları bir sırada ya da psikanalistin beğenmiyeceğini tahmin ettikleri bir şey yaptıkları zaman bazı hastalar psikanalisti şiddetle suçlayabilmektedirler.

Umutsuzluktan ileri gelen bir gerginlik içerisinde yapılan suçlamalardan farklı olarak bu çeşit saldırılar körü körüne yapılmaktadır. Nevrotik kişinin, haklı olduğuna inanmaksızın yaptığı suçlamalardır bunlar, çünkü kullanılan araç ne olursa olsun yalnızca çok yakın bir tehlikeden kurtulma ihtiyacından ileri gelmektedirler. Bazan gerçek bir temele dayanmış olduğu hissedilen suçlama-

ları da kapsamakla birlikte, genellikle aşırı derecede büyütülmüşlerdir ve hayal ürünüdürler. Nevrotik kişi kendi iç dünyasının derinliklerinde bunlara inanmamaktadır, bu suçlamaların ciddiye alınmasını beklememektedir ve bunun tersi olan bir durumla karşılaşacak olursa, sözgelişi, karşısındaki kimse bu konuda ciddi bir tartışmaya girişirse ya da incindiğini belli edecek davranışlarda bulunursa son derece şaşırmaktadır.

Nevrotik bir kişilik yapısına sıkı sıkıya bağlı olan suçlama korkusunu ve bu korkuyu alt edebilmek için ne gibi yollara başvurulduğunu anlayacak olursak, dıştan bakıldığı zaman çoğu hallerde niçin çelişik bir görünüşle karşılaştığımızı anlayabiliriz. Nevrotik bir insan çoğu zaman haklı bir eleştiride bile bulunamaz; oysa içi başkalarını şiddetle suçlayacak şeylerle doludur. Bir şeyini kaybettiği zaman her seferinde bu gibi şeyleri hizmetçi kızın çaldığından emin olabilir, ama onu suçlama gücünü kendinde bulamaz; hatta yemeği vaktinde hazır olmadığı için ona söylenme gücünü de bulamaz kendinde. Açığa vurduğu suçlamalar çoğu zaman gerçek bir temelden yoksun olanlar, temel sorunla ilgili olmayanlar, sahte bir nitelik taşıyanlar, haksız, yersiz, ya da tümüyle hayal ürünü olanlardır. Bir hasta olarak, psikanalisti, kendisini mahvettiği için şiddetli suçlamalarla yaylım ateşine tutabilir de, psikanalistin içtiği sigarayı beğenmediğini açıkça söylemeğe cesaret edemez.

Suçlamaların bu şekilde açığa vurulması, nevrotik kişinin içinde birikmiş olan öfke duygularının boşalması için genellikle yeterli değildir. Bu boşalmanın gerçekleşebilmesi, dolaylı birtakım yollara başvurmayı gerektirir; nevrotik kişiye, öfkesini farkında olmaksızın açığa vurma imkânını veren birtakım yollardır bunlar. Bunlardan bazıları nevrotik kişinin elinde olmayarak, istemeksizin yaptığı suçlamalardır; bazıları ise nevrotik kişinin gerçekten suçlamak istediği kimsenin yerini alan ve o kimse ile hemen hiç ilgisi olmayan birini suçlamak şeklinde gö-

rünebilir -bir kadın, kocasına kızdığı zaman hizmetçisini haşlayabilir, vb.- ya da içinde bulunduğu şartları, alınyazısını suçlayabilir. Bütün bunlar bir çeşit güvenlik-kapağı olarak rol oynamaktadırlar ve yalnızca nevrozlarda karşımıza çıkan özellikler değildirler. Suçlamaları dolaylı bir yoldan ve bilinçdışı bir şekilde açığa vuran ve yalnızca nevrozların özelliği olarak nitelenebilecek bir yol, acı çekmeyi bir araç olarak kullanmaktır. Acı çekmekle, nevrotik bir insan, kendini bir «suçlama simgesi» haline getirmiş olur. Kocası eve geç geldiği için hastalanan bir kadın, öfkesini bir sahne yaratmaktan çok daha etkili bir biçimde açığa vurmuş olacaktır; böylece, aynı zamanda, kendini acı çeken bir zavallı olarak görme gibi bir yarar da sağlayacaktır.

Acı çekmenin suçlamaları ne derece etkili bir biçimde dile getirebileceği, başkalarını suçlama konusundaki inhibition'lara bağlıdır. Korkunun çok şiddetli olmadığı durumlarda, acı dramatik bir biçimde açığa vurulabilir ve genel içeriği şu şekilde özetlenebilecek apaçık şikâyetlerle birlikte gidebilir: «Bakınız, bana ne kadar acı çektirdiniz!» Bu, gerçekte, suçlamaların açığa vurulabildiği üçüncü yoldur, çünkü acı çekmek suçlamaları haklı göstermektedir. Böyle bir yolla daha önce söz konusu ettiğimiz kendini başkalarına sevdirmeğe çalışma yolları arasında sıkı bir ilişki vardır; başkalarını suçlayabilmek için acı çekmek, aynı zamanda kendine acındırmak için bir vesile ve yapılmış olan zararı giderebilecek, başkalarını kendisine iyi davranmağa zorlayacak bir araç olarak da rol oynamaktadır. Başkalarını suçlama eğilimleri ne derece baskı altına alınmışsa, çekilen acı da o derece az açığa vurulmaktadır. Bu o kadar ileri gidebilir ki, nevrotik bir insan, çektiği acıları başkasına hiç göstermeyebilir. Genellikle nevrotik kişinin çektiği acıyı açığa vurma derecelerinde büyük farklar olduğunu görüyoruz.

Kendisini her yandan kuşatan korkular yüzünden nevrotik bir insan kendini suçlama eğilimleri ile başka-

larını suçlama eğilimleri arasında bocalayıp durmaktadır. Bunun sonucu olarak da başkalarını ya da kendini suçlamada haklı olup olmadığını bir türlü kestirememekte, kararsızlık içerisinde bocalamaktadır. Çoğu zaman suçlamalarının yersiz ve temelsiz olduğunu, akıldışı tepkilerinin sonucu olarak ortaya çıktığını deneyleriyle bilebilir ya da hissedebilir. Bunu bilmiş olması da gerçekten haksızlığa uğrayıp uğramadığını fark etmesini güçleştirir ve gereken durumlarda kararlı bir tavır takınmasını engeller.

Olup bitenlere dışarıdan bakan bir gözlemci, bütün bu görünüşleri son derece şiddetli suçluluk duygularının belirtisi olarak görecektir. Bu, olaylara dıştan bakan kimsenin de nevrotik olması demek değildir; bu durum yalnızca şundan ileri gelmektedir: Gözlemcinin de, nevrotik kişinin de düşüncesi ve duyguları kültürel etkilerle belirlenmiştir. Suçluluk duygularına karşı takındığımız tavrı belirleyen kültürel etkileri anlayabilmek için, bu kitabın konusunu aşan birtakım tarih, kültür ve felsefe sorunlarını göz önünde bulundurmamız gerekecektir. Ama problemi tümüyle bir yana bıraksak bile, hiç olmazsa Hıristiyan dininin kavramlarının ahlak sorunları üzerindeki etkisini kısaca belirtmek gerekecektir.

Suçluluk duyguları ile ilgili bu tartışma çok kısa olarak şu şekilde özetlenebilir: Nevrotik bir insan kendini suçladığı ya da herhangi bir suçluluk duygusuna kapıldığını açığa vurduğu zaman sorulacak ilk soru «Gerçekten kendini suçlu hissettiği şey nedir?» sorusu değil, «Böyle bir kendini suçlama tavrının fonksiyonları ne olabilir?» sorusu olmalıdır. Bu tavrın belli başlı fonksiyonlarının şunlar olduğunu gördük: Beğenilmeme korkusunu dile getirme; bu korkuya karşı savunma aracı olma; başkalarını suçlama eğilimlerine karşı savunma aracı olma.

Freud ve onunla birlikte psikanalistlerin çoğu suçluluk duygularını temel neden olarak gördükleri zaman,

kendi çağlarının düşüncesini yansıtmış oluyorlardı. Freud suçluluk duygularının korkudan ileri geldiğini kabul etmiştir, çünkü korkunun «super-ego»nun oluşumuna katkıda bulunduğunu, super-ego'nun ise suçluluk duygularından sorumlu olduğunu düşünüyordu. Ama vicdanın isteklerinin ve suçluluk duygularının, bir kere yerleştikten sonra, temel bir etken olarak rol oynadıklarına inanmıştı. Daha sonraki çözümlemeler şunu ortaya koymuştur: Vicdanın baskısına suçluluk duyguları ile tepkide bulunmayı öğrendikten ve ahlaki ölçüleri kabul ettikten sonra bile, bu duygularımızın arkasında bulunan etken -belli belirsiz bir şekilde ve dolaylı yollardan kendini göstermiş olsa da- doğrudan doğruya hareketlerimizin sonuçlarından duyduğumuz korkuya bağlıdır. Suçluluk duygularının başlı başına bir temel etken olmadıkları kabul edilecek olursa, bu duyguların -özellikle Freud'un bilinçdışı suçluluk duyguları olarak nitelemeğe çalıştığı yaygın duyguların- nevrozlara yol açmada önemli bir rol oynadıkları varsayımına dayanan bazı psikanalitik kuramları yeniden gözden geçirmek gerekecektir. Bu kuramların yalnızca en önemli olan üç tanesine işaret edeceğim: Hastanın, bilinçdışı suçluluk duyguları yüzünden hasta kalmayı tercih ettiğini öne süren görüş -tedaviye karşı gösterilen olumsuz tepki* kuramı[5]; benliğe birtakım cezalar veren bir iç-yapı olarak anlaşılan super-ego kuramı; insanın kendine verdiği acıları, kendini cezalandırma ya da cezalandırılma ihtiyacının sonucu olarak gören manevi masochism (yani manevi bir acı çekmekten haz duyma) kuramı.

(*) Psikanalitik tedavide herhangi bir olumlu ilerlemeden sonra şiddetli bir bozukluğun ortaya çıkması. (Çevirenin notu.)

(5) Bakınız: K. Horney, «The Problem of the Negative Therapeutic Reaction», **Psychoanalytic Quarterly**, Cilt 5, 1936, s. 29-45.

XIV. BÖLÜM

NEVROTİK ACININ ANLAMI
(Masochism Problemi)

İç çatışmaları ile uğraşıp durması yüzünden nevrotik bir insanın çok fazla acı çektiğini, ayrıca çektiği acıyı çoğu zaman belli amaçlara ulaşmak için bir araç olarak kullandığını -çünkü içerisinde bulunduğu ikilemler yüzünden istediği şeylere başka türlü ulaşamadığını- gördük. Her bireysel durumda çekilen acının hangi nedenlerle bir araç olarak kullanıldığını ve böylece hangi amaçlara ulaşılmak istendiğini kavrayabilsek bile, insanların nasıl olup da bu kadar büyük bir bedel ödemeğe razı olduklarını anlamamız güçtür. Acı çekmekten alabildiğine yararlanmak ve hayata etkin bir biçimde yön vermek istememek kabataslak bir şekilde şöyle tanımlanabilen bir itkiden ileri gelmiş gibi görünmektedir: Kendi benliğini güçlendirecek yerde zayıflatmak, mutlu olacak yerde mutsuz olmağa çalışmak.

Bu eğilim insan tabiatı ile ilgili genel kavramlarla çelişmeye düştüğü için psikoloji ve psikiyatri alanında karşımıza çıkan büyük bir engel, büyük bir bilmeceydi. Gerçekte, temel masochism problemidir bu. «Masochism» deyince önceleri cinsel tatmine acı çekmekle -dövülmek, eziyet edilmek, zorla tecavüz edilmek, köle haline getirilmek, küçük düşürülmek, vb. ile- ulaşmayı amaçlayan cinsel sapıklıklar ve hayaller anlaşılıyordu. Freud, bu cinsel sapıklıklar ve hayallerin genel acı çekme eğilimleri-

ne, yani belirli bir cinsel temele dayanmayan eğilimlere yakın olduğunu fark etmiştir; bu sonuncu eğilimler «manevi masochism» kategorisi içerisinde toplanmıştır. Cinsel sapıklıklarda ve hayallerde acı çekmek gerçek bir tatmine ulaşmak amacını güttüğü için, şöyle bir sonuca varılmıştır: Bütün nevrotik acılar belli bir tatmine ulaşma isteği ile belirlenmişlerdir, ya da daha basit bir deyimle söyleyecek olursak, nevrotik bir insan acı çekmek istemektedir. Cinsel sapıklıklarla manevi masochism arasındaki fark yalnızca bir bilinçlilik farkıdır. Cinsel sapıklıkta tatmine ulaşma çabası da, tatmin de bilinçlidir; manevi masochism'de ise her ikisi de bilinçdışıdır.

Cinsel sapıklıklarda bile acı çekmekten zevk duymayı anlamak çok güçtür; ama acı çekmek için duyulan genel eğilimler daha da şaşırtıcıdır.

Masochistic olayları açıklayabilmek için birçok denemeler yapılmıştır. Bu denemelerin en çok dikkati çekmiş olanı Freud'un ölüm içgüdüsü ile ilgili varsayımıdır[1]. Kısaca söylemek gerekirse, bu varsayıma göre, insanın içinde etkin bir halde bulunan iki temel biyolojik kuvvet vardır: Hayat içgüdüsü ve ölüm içgüdüsü. İnsanın kendisini yok etme amacını güden ölüm içgüdüsü, libido ile ilgili itkilerle birleştiği zaman masochism olayına yol açmaktadır.

Burada ortaya atmak istediğim önemli bir soru var: Acı çekme eğilimi, biyolojik bir varsayıma başvurulmaksızın yalnızca psikolojik yönden açıklanabilir mi acaba?

İlk olarak, gerçekten duyulan acıyı, acı çekme eğilimi ile karıştırmaktan ileri gelen bir yanlış anlamayı gidermeliyiz. Acı çekmek dediğimiz şey gerçekten var diye, acı çekmeyi istemek, hatta acı çekmekten zevk duymak gibi bir eğilimin de var olduğu sonucunu çıkaramayız. Sözgelişi, H. Deutsch[2] ile birlikte, bizim kültürümüzdeki ka-

(1) Sigmund Freud, «Beyond the Pleasure Principle», **The International Psycho-Analytical Library, No. 4.**

(2) H. Deutsch, «Motherhood and Sexuality», **Psychoanalytic Quarterly,** Cilt 2 (1933), s. 476-488.

dınların çocuk doğururken acı çekmiş olmalarını, kadınların bu acılardan gizli bir masochistic zevk duymalarının- olağandışı durumlarda böyle bir şey gerçekten söz konusu olsa bile- kanıtı olarak yorumlayamayız. Nevrozlarda karşımıza çıkan acıların büyük bir bölümünün acı çekme isteği ile hiçbir ilgisi yoktur; bu acılar, var olan çatışmaların kaçınılmaz sonuçlarından başka bir şey değildirler. İnsan bacağını kırdığı zaman nasıl acı duyarsa, bu acılar da öyledir. Her iki durumda da acı, ilgili kişinin acı çekmeyi isteyip istememesinden bağımsız olarak ortaya çıkmaktadır ve o, çektiği acılardan hiçbir şey kazanmış değildir. Var olan çatışmaların yarattığı göze çarpan endişe, nevrozlarda karşımıza çıkan bu çeşit bir acının belli başlı örneği olmakla birlikte, biricik örneği değildir. Nevrotik insanın çektiği başka türlü acılar da bu şekilde anlaşılmalıdır: İmkânlarla gerçek başarılar arasındaki gittikçe artan tutarsızlığı fark etmiş olmaktan ileri gelen acı, bazı ikilemlerin içerisinden çıkamayacağını anlamaktan ileri gelen umutsuzluk duygusu, en ufak bir kırıcı davranışa karşı gösterilen aşırı duyarlık, nevrotik bir insan olduğunu fark ettiği için kendini küçük görme gibi. Nevrotik acının bu bölümü kolay kolay dikkati çekmediği içindir ki, problem nevrotik bir insanın acı çekmeyi istemiş olduğu varsayımına dayanılarak çözümlenmek istendiği zaman, bu tip bir nevrotik acı çoğu zaman büsbütün ihmal edilmektedir. Böyle olunca da, meslekten olmayan kimselerin, hatta psikiyatrların, nevrotik insanın kendi nevrozunu aşağı gören tavrını farkında olmaksızın ne kadar benimsemiş olduklarına insan bazan şaşmaktadır.

Acı çekme eğilimlerinden ileri gelmeyen nevrotik acıları bir yana bıraktıktan sonra, şimdi acı çekme eğilimlerinden doğan, bu bakımdan masochistic itkiler kategorisine giren nevrotik acılar üzerinde duracağız. Bu gibi durumlarda, dıştan bakıldığı zaman, nevrotik kişinin gerekenden çok daha fazla acı çektiği izlenimi uyanmaktadır. Ayrıntılara kadar inildiği zaman da, nevrotik bir in-

sanın acı çekmek için fırsat kolladığı, rastgele olayları bile acı veren durumlar haline getirdiği, acı çekmekten kurtulmak istemediği gibi bir izlenim ortaya çıkmaktadır. Böyle bir izlenime yol açan davranışı iyice anlayabilmek için, nevrotik kişinin çektiği acıların onun için ne gibi bir fonksiyonu olduğunu anlamamız gerekir.

Nevrotik acının fonksiyonları ile ilgili olarak, daha önceki bölümlerde üzerinde durmuş olduğumuz konuları özetlemekle yetineceğim. Acı çekmek, nevrotik bir insan için doğrudan doğruya bir savunma mekanizması olarak rol oynayabilir ve çoğu zaman gerçekten de yakında ortaya çıkabilecek tehlikelere karşı kendini koruyabileceği biricik yol olabilir. Kendini suçlamakla başkaları tarafından suçlanmaktan, aynı zamanda başkalarını suçlamaktan kaçınmış olmaktadır; hasta ya da bilgisiz bir kimse olarak görünmekle başkalarının kendisini suçlamalarından kurtulmaktadır; kendini küçültmek ya da küçük görmekle yarışma tehlikesinden kurtulmuş olmaktadır - şu var ki bu şekilde kendine vermiş olduğu acı, aynı zamanda bir savunma aracı olarak da rol oynamaktadır.

Acı çekmek aynı zamanda nevrotik kişinin istediği şeyleri elde etmesine, isteklerini etkili bir biçimde gerçekleştirmesine ve haklı göstermesine imkân veren bir araçtır. Hayattan beklediği şeyler konusunda nevrotik kişi bir ikilem içerisindedir. İstekleri bir bakıma endişeden ileri geldiği için, bir bakıma da nevrotik kişinin başkalarını hiçbir şekilde kaale almaması yüzünden, kesin ve kayıtsız şartsız isteklerdir ya da sonradan böyle olmuşlardır. Ama öbür yandan isteklerini -haklı olduklarını öne sürecek şeklide- dile getirme yeteneğini büyük ölçüde yitirmiştir, çünkü kendini içten bir şekilde kabul edememekte, daha genel bir deyimle söyleyecek olursak temel bir güçsüzlük ve çaresizlik duygusuna kapıldığını hissetmektedir. Bu ikilemin sonucu olarak başkalarının kendi isteklerini dikkate almalarını beklemektedir. Hareketlerinin temelinde, kendi hayatından başkalarının sorumlu olduğu ve işler kötüye giderse başkalarını suçlamak gerektiği

şeklinde bir kanı varmış gibi görünmektedir. Böyle bir kanı ise kimsenin onun için bir şey yapmıyacağı, ona hiçbir şey vermeyeceği kanısı ile çatışmaktadır ve bunun sonucu olarak da başkalarını kendi isteklerini gerçekleştirmek için zorlaması gerektiği gibi bir duygu ortaya çıkmaktadır. İşte bu noktada acı çekmek onun imdadına koşmaktadır. Acı çekmek ve güçsüzlük nevrotik kişinin kendini sevdirmek, başkalarından yardım görmek, onlar tarafından gözetilmek istemek gibi isteklerini gerçekleştirecek belli başlı araçlar halini almakta, aynı zamanda başkalarının kendisinden bekleyebileceği şeylerden kaçmasını da mümkün kılmaktadır.

Acı çekmenin son bir fonksiyonu daha vardır: Nevrotik kişiye başkalarını gizli, ama etkili bir biçimde suçlayabilmek imkânını vermektedir. Bir önceki bölümde bu nokta üzerinde ayrıntılı bir şekilde durmuştuk.

Nevrotik bir insanın çektiği acının fonksiyonlarını anladığımız zaman problemin bazı esrarlı yönleri ışığa çıkmaktadır; ama problem yine de tümüyle çözülmüş değildir. Her ne kadar acı çekmenin stratejik bir değeri varsa da, nevrotik bir insanın acı çekmeyi istediğini öne süren anlayışı destekleyen bir etken de işe karışmaktadır: Çoğu zaman stratejik amacının gerektirdiğinden daha çok acı çekmekte, zavallılığını artırma, güçsüzlük ve çaresizlik, mutsuzluk ve değersizlik duygularına kendini kaptırma eğilimini göstermektedir. Heyecanlarının abartılmış olabileceğini ve ilk bakışta sanıldığı kadar şiddetli olmadığını bilsek bile, nevrotik bir insanın birbiriyle çatışan eğilimlerinden ileri gelen hayal kırıklıklarının onu, içerisinde bulunduğu gerçek durumla orantılı olmayan aşırı bir zavallılığın uçurumuna sürüklediğini görünce şaşırırız. Orta halli bir başarı kazanacak olsa, başarısızlığını dramatik bir şekilde abartarak tam anlamı ile rezil olduğunu sanmaktadır. Yalnızca kendini gösteremediği bir durumla karşılaşacak olsa, kendine vermiş olduğu değer patlamış bir balon gibi sönmektedir. Psikanaliz sırasında yeni bir sorunla karşı karşıya gelmek gibi can

sıkıcı bir durumdan kaçamıyacağını anladığı zaman, tam bir umutsuzluğa düşmektedir. Bu bakımdan, nevrotik bir insanın nasıl olup da stratejik zorunlulukların gerektirmiş olduğundan daha çok acı çekmek ister gibi göründüğünü incelememiz gerekir.

Böyle bir acıda, gözle görülür bir yarar sağlamak ya da bazı kimseleri etkilemek söz konusu değildir; sempati kazanma isteği ve kendi iradesini başkalarına kabul ettirmekten ileri gelebilecek gizli bir zafer duygusu da işe karışmış değildir. Bununla birlikte, nevrotik kişinin bu şekilde hareket etmekle kazanabileceği, ama yukarıda söz konusu edilenlerden farklı bir şey vardır. Bir aşk ilişkisinde başarısızlığa uğramak, bir yarışmada yenilmek, bir kusurunu ya da herhangi bir zayıf tarafını kabul etmek zorunda kalmak kendisini herkesten üstün gören bir kimse için katlanılmaz bir şeydir. Böylece kendine vermiş olduğu değer sıfıra indiği zaman, onun için artık başarı ve başarısızlık, üstünlük ve aşağılık diye bir şey söz konusu değildir; acısını büyütmekle, kendini genel bir zavallılık ve değersizlik duygusuna kaptırmakla, aşırı bir hale sokulmuş olan yaşantılar bir anlamda gerçekliğini yitirmiş gibi olur; acının verdiği sızı yatışır, uyuşur. Bu süreçte diyalektik bir ilkenin işe karıştığını görüyoruz: Belli bir dereceye ulaştığı zaman niceliğin niteliğe dönüştüğü şeklindeki felsefi gerçek... Somut bir şekilde söylenecek olursa, acı çekmek insana zor gelmekle birlikte, kendini aşırı bir acıya bırakmak acıya karşı uyuşturucu bir ilaç yerine geçebilir.

Bu süreç bir Danimarka romanında çok usta bir şekilde anlatılmıştır[3]. Sevgili karısı iki yıl önce tecavüze uğrayıp öldürülen bir yazarın hikâyesidir bu. Katlanılamıyacak bir acıdan ancak olup bitenleri belli belirsiz bir şekilde hissetmekle kurtulabilmiştir. Çektiği acının bilincine varmaktan kaçabilmek için kendini işine vermiş, ge-

(3) Aage von Kohl, **Der Weg durch die Nacht** (Almanca çevirisi).

ce gündüz çalışarak bir kitap yazmıştır. Hikâye, kitabın bittiği gün, yani ister istemez acısı ile başbaşa kalacağı psikolojik bir anda başlamaktadır. Onunla ilk defa, farkında olmaksızın ayakları kendisini mezarlığa sürüklediği gün karşılaşıyoruz. Kafasının içi ölüleri kurtların yiyip bitirdiği, insanların diri diri gömüldüğü gibi korkunç ve acayip düşüncelerle doludur. Bitkin bir halde eve dönüyor ve çektiği azaplar evde de sürüp gidiyor. Olup bitenleri en ince ayrıntılarına varıncaya kadar hatırlamaya çalışıyor. Karısı o akşam arkadaşlarını ziyarete giderken o da onunla birlikte gitmiş olsaydı, ya da karısı ona telefon edip de gelip kendisini almasını isteseydi, ya da o gece arkadaşlarında kalsaydı, ya da kendisi şöyle bir yürüyüşe çıkıp da karısını istasyonda karşılayabilseydi belki de bu cinayet olmayacaktı. Cinayetin nasıl olduğunu bütün ayrıntıları ile hayalinde canlandırmak zorunda kaldığı için duyduğu acı ile kendinden geçiyor ve bayılıyor. Hikâyenin buraya kadar olan bölümü, üzerinde durduğumuz problemle yakından ilgilidir. Daha sonra olup bitenler ise şunlardır: Acının verdiği bu kendinden geçişten kurtulduktan sonra romanın kahramanı hâlâ öç alma sorunu ile karşı karşıyadır; en sonunda acısını gerçekçi bir gözle görmeyi başarabiliyor. Bu hikâyede geçen olaylar zinciri, bir ölüm acısını alabildiğine artırarak ve kendini büsbütün acıya bırakarak duyulan acıyı hafifletmeye yarayan bazı «ağıt yakma» âdetlerine benzemektedir.

Aşırı bir hale getirilmiş olan acının bu uyuşturucu etkisini kavradığımız zaman, masochistic itkilerde anlaşılabilir nedenler bulmamız daha da kolaylaşacaktır. Ama masochistic sapıklıklarda ve hayallerde ve acı çekmek için duyulan genel nevrotik eğilimlerde görüldüğü şekilde, böyle bir acının nasıl olup da insanı tatmin ettiği sorusu yine de cevapsız kalmaktadır.

Bu soruya cevap verebilmek için, ilk olarak, bütün masochistic eğilimlerin ortak unsurlarını, daha doğrusu bu gibi eğilimlerin temelinde bulunan hayata karşı takınılmış olan genel tavrı bilmek gerekecektir. Bu açıdan

gözden geçirildikleri zaman hepsinde karşımıza çıkan ortak özelliğin manevi bir zayıflık duygusu olduğunu kesinlikle söyleyebiliriz. Bu duygu insanın kendine, başkalarına ve genellikle kadere karşı takınmış olduğu tavırda ortaya çıkmaktadır. Kısaca söylemek gerekirse, derin bir önemsizlik duygusu, daha doğrusu bir hiçlik duygusu olarak tanımlanabilir; kendini her türlü rüzgârın kolayca eğip bükebildiği bir saz gibi hissetmek; başkalarına bağımlı olduğunu, başkalarının kölesi olduğunu hissetmek: Aşırı bir boyun eğme eğilimi göstermek ve kendini savunma amacı ile denetime ve direnmeye aşırı bir önem vermek; başkalarının sevgisine ve yargısına aşırı bir değer vermek -birincisi aşırı bir sevilme ihtiyacı, ikincisi ise aşırı bir beğenilmeme korkusu şeklinde ortaya çıkmaktadır- kendi hayatına biçim vermede söz sahibi olmadığını hissetmek, kendi hayatından başkalarını sorumlu tutmak ve kendi yerine başkalarının karar vermesini istemek; iyiliğin ve kötülüğün dışardan geldiğini, insanın kader karşısında büsbütün güçsüz olduğunu hissetmek: Olumsuz yönden, bir felaketin yaklaştığı duygusuna kapılmak, olumlu yönden ise parmağını bile oynatmaksızın bir mucize ile işlerin düzelmesini beklemek; hayatta başkalarının teşviki ve yardımı olmaksızın, amaçları başkaları koymaksızın, gerekli araçları da yine başkaları sağlamaksızın insanın soluk bile alamıyacağı, çalışamıyacağı, hiçbir şeyden zevk duyamıyacağı gibi bir duyguya kapılmak; kendini ustanın ellerinde istenen biçime giren macun gibi hissetmek. Bu manevi zayıflık duygusunu nasıl yorumlamalıyız? Bu duygu, yaşama gücünün bulunmamasından mı ileri gelmektedir? Bazı durumlarda böyle olabilir, ama genellikle nevrotik kimseler arasındaki canlılık farkları başka insanlarınkinden hiçbir şekilde daha fazla değildir. Bu zayıflık duygusu doğrudan doğruya temel endişeden mi ileri gelmektedir? Şüphesiz bunda endişenin de rolü vardır, ama yalnızca endişe söz konusu olduğu zaman ters bir etkide bulunabilir: Güvenliğe ulaşabilmek amacı ile insanı gittikçe daha güçlü ve kuvvetli

olmak için çaba harcamaya götürebilir ve gerçekten de daha güçlü, daha kuvvetli olmasını sağlayabilir.

Bu sorunun cevabı şudur: Bu manevi zayıflık gerçekten var olan bir şey değildir; zayıflık olarak hissedilen ve zayıflıkmış gibi görünen şey, yalnızca zayıf olmak için duyulan eğilimin sonucudur. Bu gerçeği daha önce tartışma konusu ettiğimiz ayırt edici niteliklerden anlamak mümkündür: Nevrotik bir insan kendi zayıflığını bilinçdışı bir şekilde abartır ve zayıf bir insan olduğu konusunda şiddetle ısrar eder. Bununla birlikte, onun bu zayıf olma eğilimi yalnızca mantıksal bir çıkarsama ile keşfedilmekle kalmaz; bu eğilimi çoğu zaman faaliyet halindeyken de gözleyebiliriz. Hastalar, organik bir rahatsızlıkları olduğuna inanabilmek için hiçbir fırsatı kaçırmak istemeyebilirler. Hastalarımdan biri, herhangi bir güçlükle karşılaştığı zaman her seferinde oldukça bilinçli bir şekilde verem olmayı ve bir sanatoryumda yatarak tam bir tedavi görmeyi istiyordu. Böyle bir insandan herhangi bir şey istenecek olursa, ilk tepkisi boyun eğmek olabilir; ama daha sonra öteki uca gidebilecek ve her ne pahasına olursa olsun boyun eğmek istemeyecektir. Psikanaliz sırasında bir hastanın kendine birtakım suçlar yüklemesi, çoğu zaman, karşısındaki insandan gelebilecek bir eleştiriyi kendi kanısı olarak benimsemesinden, böylece herhangi bir yargıyı önceden kabul etmeğe hazır olmasından ileri gelmektedir. Otoriter bir şekilde söylenen şeyleri körü körüne kabul etmek, birisine dayanmak, bir güçlüğü mücadele edilmesi ve alt edilmesi gereken bir şey olarak görecek yerde, çaresiz bir şekilde «yapamam» deyip her zaman güçlükten kaçmak zayıf bir insan olmak için duyulan eğilimin öteki belirtileridir.

Zayıf bir insan olmak için duyulan bu eğilimlerin yaratmış olduğu acılar çoğu zaman bilinçli bir tatmin sağlamazlar; tersine, hizmet etmiş oldukları amaç bir yana bırakılacak olursa, nevrotik bir insanın kendini büsbütün zavallı olarak görmesine yol açarlar. Bununla birlikte, bu eğilimler, herhangi bir tatmine götürmemiş olsalar

bile, hiç değilse görünüşte belli bir tatmin sağlamamış olsalar bile, belirli bir tatmine ulaşma amacını da güderler. Bazan bu amacı gözlemek mümkün olabilir; hatta bazan da böyle bir tatmine ulaşılmış olduğu açıkça belli olabilir. Kırlık bir yerde yaşayan bazı arkadaşlarını ziyarete gitmiş olan bir hasta, hiç kimsenin onu istasyonda karşılamadığını ve bazı arkadaşlarının o geldiği zaman evde olmadığını görünce hayal kırıklığına uğramıştır. Buraya kadar olan yaşantısının tümüyle acı olduğunu söylemiştir. Ama daha sonra kendini son derece yalnız ve kimsesiz hissetmiş ve bu duygusunun ne kadar aşırı, ne kadar ölçüsüz olduğunu çok geçmeden fark etmiştir. Kendini bu derece zavallı, bu derece perişan hissetmek yalnızca acısını uyuşturmakla kalmamış, aynı zamanda ona belli bir zevk de vermiştir.

Masochistic nitelikteki cinsel hayaller ve sapıklıklarda tatmine ulaşma çok daha sık görülmekte ve daha fazla göze çarpmaktadır: Kendisine zorla tecavüz edildiği, dövüldüğü, küçük düşürüldüğü, köle haline getirildiği şeklinde hayaller kurmak ya da bu gibi yaşantılarda bulunmak... Gerçekte bütün bunlar yukarıda söz konusu ettiğimiz o genel zayıf olma eğiliminin başka bir görünüşüdür.

Kendini zavallı bir hale getirerek tatmine ulaşma eğilimi, kendi benliğini kendisinden daha üstün bir güç içerisinde eriterek, bireyselliğini yitirerek, kuşkuları, çatışmaları, acıları, zayıf tarafları ve yalnızlığı ile kendi benliğinden kurtularak tatmine ulaşma gibi genel bir ilkeyi dile getirmektedir[4]. Nietzsche'nin «principium individuationis'ten (bireysel ilkeden) kurtulma» dediği şey budur. «Dionysian eğilim» derken anladığı şey de budur. Nietzsche bunu insanoğlunun temel çabalarından biri olarak görmekte

(4) Masochism'deki tatminin bu şekilde yorumlanması, aslında Erich Fromm'un daha önce adı geçen incelemesinde (Ed.: Max Horkheimer, 1936) yapmış olduğu yorumlamanın aynıdır.

ve hayata etkin bir şekilde yön ya da biçim vermeyi ifade eden «Apollonian eğilim» dediği eğilimin karşıtı olarak nitelemektedir. Ruth Benedict, dionysian eğilimlerin, coşarak kendinden geçme (cezbe) yaşantılarını artırma çabaları ile ilgili olduğunu öne sürmekte ve bu eğilimlerin çeşitli kültürlerde ne kadar yaygın olduğuna ve ne kadar değişik şekillerde ortaya çıktığına dikkati çekmektedir.

«Dionysian» terimi Eski Yunan'daki Dionysos ayinlerinden gelmektedir. Bu ayinler, Trakyalıların eski ayinleri gibi[5], bütün duyguları aşırı derecede kamçılayarak insanları hayal görecek hale getirmek amacını gütmektedirler. Coşarak kendinden geçme halini yaratmak için başvurulan araçlar müzik, flütlerin tekdüze ritmi, geceleyin yapılan çılgınca danslar, sarhoş edici içkiler, cinsel serbestliktir ve bütün bunların amacı çılgınca bir coşkunluğa ve kendinden geçmeye ulaşmaktır («ecstasy» kelime anlamı ile kendini kaybetmek ya da kendinden geçmek demektir). Dünyanın her yerinde aynı ilkeye dayanan âdetler ve ayinler vardır: Grup olarak, bayramlar, şenlikler, dini ayinlerde toplu halde kendinden geçme; birey olarak da, uyuşturucu maddeler kullanarak her şeyi unutacak hale gelme gibi... Acı çekmek de aynı şekilde böyle bir coşkunluk haline ulaştıracak bir araçtır. Büyük yaylalarda yaşayan bazı Kızılderili kabilelerde aç kalma (oruç tutma), bir yerini kesme, kendini acı çekecek şekilde bağlatma gibi yollara başvurularak hayaller görmeğe çalışılmaktadır. Bu Kızılderililerin en önemli törenlerinden biri olan Güneş Danslarında, bedensel işkence kendinden geçme haline ulaşmak için kullanılan çok yaygın bir araçtır[6]. Ortaçağdaki Flagellante'lar (kendi-

(5) Erwin Rohde, **Psyche**, Eski Yunanlarda ölü ruhlar için yapılan ayinler ve ölümsüzlük inancı (1925).

(6) Leslie Spier, «The Sun Dance of the Plains Indians: Its Development and Diffusion, «**Anthropological Papers of the American Museum of Natural History**, 16. Cilt, 7 Bölüm (New York: 1921).

lerini kamçılayanlar) coşarak kendinden geçme haline ulaşabilmek için kendilerini döverlerdi. New Mexico'daki Penitente'lar (tövbekârlar) ise ağır yükler taşıma, kendilerini dövme ya da dikenlerle oralarını buralarını yırtma gibi yollara başvururlardı.

Bu dionysian eğilimlerin kültürel görünüşleri bizim kültürümüz içerisinde yerleşmiş davranış kalıpları olmamakla birlikte, bize büsbütün yabancı da değildirler. «Kendimizden geçmenin» verdiği tatmini bir dereceye kadar hepimiz biliriz. Bedensel ya da ruhsal bir gerginlikten sonra uykuya dalarken ya da bir uyuşturucu madde ile bayılmak üzere bulunduğumuz sırada bir zevk, bir rahatlık duyarız. Aynı sonuca içki içerek de varılabilir. İnsanları içki içmeğe götüren etkenlerden biri hiç şüphesiz inhibition'lardan kurtulmaktır; başka bir etken de kederi ve endişeyi yatıştırmaktır; ama burada da eninde sonunda ulaşılmak istenen gaye kendini unutma ve kendini tümüyle bir şeye verme yolu ile ulaşılan bir tatmindir. İster aşk, isterse tabiat, müzik, bir davaya coşkunlukla bağlanma ya da kendini cinsel içgüdülere bırakma söz konusu olsun, şiddetli bir duygu içerisinde kendinden geçmenin zevkine varmayan pek az insan vardır. Bu tür çabaların bu derece evrensel oluşunu nasıl açıklayabiliriz?

İnsanlara verebileceği her türlü mutluluğa rağmen hayat aynı zamanda kaçınılmaz acılarla doludur. Belli bir acı söz konusu olmadığı zaman bile, yine de yaşlılık, hastalık ve ölüm gibi olgularla karşı karşıyayızdır; daha genel bir deyimle söyleyecek olursak bireyin sınırlılığı ve yalnızlığı -anlayabileceği, başarabileceği, zevk duyabileceği şeyler bakımından sınırlı oluşu; başka insanlardan ve tabiattan ayrı, tek başına bir varlık olması dolayısıyla da yalnız oluşu- insan hayatına sıkı sıkıya bağlı olan bir olgudur. Gerçekten de, kendini unutma ve kendini bütünüyle bir şeye verme ile ilgili kültürel eğilimlerin çoğunun yenmek istediği şey bu bireysel sınırlı-

lık ve yalnızlıktır. Bu çabanın en çarpıcı, en güzel ifadesini Upanishad'larda, akıp giden ve Okyanusa karışarak adını da, şeklini de yitiren ırmak simgesinde görüyoruz. Kendi benliğini daha büyük bir şey içerisinde eritmekle, daha büyük bir varlığın bir parçası olmakla insan bir dereceye kadar kendi sınırlarını aşmış oluyor; Upanishad' larda dile getirildiği şekliyle «Kendimizi hiçlik içerisinde yok etmekle, evrenin yaratıcı ilkesinin bir parçası haline geliyoruz.» Öyle görünüyor ki, dinin insanlara sunduğu büyük bir avuntu, bir tatmindir bu; insanlar kendilerini yitirmekle Tanrı ya da tabiatla bir olurlar. Aynı tatmine büyük bir davaya bağlanarak da ulaşılabilir; benliğimizi bir davaya adamakla kendimizi daha büyük bir bütünün parçası olarak hissederiz.

Bizim kültürümüzde, benlik karşısında, yukarıda söz konusu edilene karşıt olan bir tavır daha çok dikkati çekmektedir: Bireyin özellikleri ve biricikliği üzerinde duran ve buna büyük bir değer veren bir tavır. Bizim kültürümüz içerisinde yaşayan bir insan kendi benliğinin dış dünyadan farklı ya da ona karşıt olan apayrı bir bütün olduğunu şiddetle hisseder. Yalnızca bireysellik üzerinde durmakla kalmaz, aynı zamanda bundan büyük bir tatmin de duyar; kendi imkânlarını geliştirmek, etkin bir çaba ile kendine ve dünyaya egemen olmak, yapıcı olmak ve yaratıcı bir iş yapmak onu mutlu eder. Bu kişisel gelişme ideali için Goethe şöyle demiştir: «Hoechstes Glueck der Menschenkinder ist doch Persoenlichkeit.» (İnsanoğlu için en büyük mutluluk kişiliğini geliştirmektir.)

Şu var ki, tartışma konusu ettiğimiz öteki eğilim de -bireyselliğin kabuğunu kırıp yalnızlıktan ve sınırlı bir varlık olmaktan kurtulma eğilimi- aynı derecede köklü bir tavırdır ve insana birtakım tatmin imkânları vermektedir. Bu eğilimlerden hiçbirini kendi başına patolojik bir eğilim olarak göremeyiz; bireyselliği korumak ve geliştirmek de, feda etmek de insani problemlerin çözümü için haklı ve yerinde görülebilecek gayelerdir.

Benlikten kurtulma eğiliminin doğrudan doğruya ortaya çıkmadığı bir nevroza rastlamak güçtür. Bu eğilim, evden kaçmak ve yalnız başına yaşamak ya da kim olduğunu unutmak gibi hayaller kurmak şeklinde ortaya çıkabilir; kitaplardan ve yazılardan tanıdığı bir kimseyle özdeşleşmek eğilimi şeklinde görünebilir; bir hastamızın ifade ettiği gibi karanlıklar ve dalgalar arasında yalnız başına kalmak, karanlıklar ve dalgalarla birleşmek isteği şeklinde görünebilir. Aynı eğilim hipnotize edilmek, mistikliğe yatkın olmak, gerçekdışı duygulara kapılmak, aşırı bir uyku ihtiyacı duymak, hasta olmayı, aklını kaçırmayı, ölmeyi istemek gibi isteklerde de görülebilir. Daha önce belirtmiş olduğum gibi, masochistic hayallerin ortak özelliği ustanın ellerinde istenilen biçime giren bir macun olmak, bütün iradesini, bütün gücünü yitirmek, kesin olarak başka birine boyun eğmek duygusudur. Bu olayın çeşitli görünüşlerinden her biri, hiç şüphesiz kendine özgü bir biçim almakta ve özel sonuçlara yol açmaktadır: Başka birinin kölesi olduğunu hissetme, kötüye kullanıldığını, zavallı bir durumda olduğunu hissetme gibi daha genel bir eğilimin bir parçası olabilir ve böylece başkalarını köle haline getirme içtepilerine karşı bir savunma aracı olarak rol oynayabilir; ya da onlara söz geçirme fırsatını vermedikleri için başkalarını suçlama şeklinde ortaya çıkabilir. Ama böyle bir eğilim bir savunma mekanizmasını ya da düşmanlık duygusunu açığa vurma gibi bir değer taşımakla birlikte, aynı zamanda kendini tümüyle başkasının iradesine teslim etme gibi gizli bir olumlu değer de taşımaktadır.

Nevrotik bir insan kendini ister başka bir insana, isterse kadere teslim etmiş olsun ve kendi isteğiyle katlandığı acılar ne çeşit olursa olsun, aradığı tatmin kendi benliğini zayıflatmak ya da yok etmektir. Bu durumda kendi hareketlerine kendi başına yön veren bir varlık olmaktan çıkarak iradesiz bir nesne haline gelmektedir.

Masochistic çabalar bu şekilde bireysel benlikten

kurtulma çabası gibi daha genel bir olayın bir parçası olarak görüldüğü zaman, zayıf bir yaratık olmaktan ve acı çekmekten tatmin duymağa çalışmak ya da tatmin duymak artık bize tuhaf gelmeyecektir; bu olayı alışık olduğumuz bir çerçeve içerisinde açıklamak mümkün olacaktır[7]. Masochistic çabaların nevrotiklerde sık sık karşımıza çıkması, bu durumda, şu şekilde açıklanabilecektir: Bu çabalar hem endişeden korunma aracı olarak rol oynarlar, hem de mümkün ya da gerçek bir tatmin sağlarlar. Daha önce görmüş olduğumuz gibi, böyle bir tatmine ulaşma çabası zayıf ve güçsüz bir insan olmak için duyulan genel eğilimlerin önemli bir unsuru olmakla birlikte, cinsel hayaller ya da sapıklıklar bir yana bırakılacak olursa, gerçek bir tatmine seyrek olarak ulaştırmaktadır. Böylece ortada son bir soru kalmaktadır: Nevrotik bir insan kendini unutarak ve kendini tümüyle bir şeye vererek ulaşmağa çalıştığı tatmine nasıl oluyor da bu derece az ulaşabiliyor?

Tam bir tatmine ulaşmayı engelleyen önemli bir etken, nevrotik kişinin kendi bireyselliğinin biricikliğine aşırı bir önem vermiş olmasının, masochistic itkilere karşı çıkan bir etkide bulunmasıdır. Masochistic olayların çoğu, tıpkı nevrotik belirtiler gibi, birbiriyle uzlaşamıyan çabaları uzlaştırmağa çalışan bir çözüm yolu olarak görünmektedirler. Nevrotik bir insan, bir yandan kendini herkesin iradesine boyun eğen bir varlık olarak görme eği-

(7) W. Reich, «Psychisches Korrelat und vegetative Stroemung» ve «Ueber Charakteranalyse» adlı yazılarında masochism problemine bir çözüm yolu bulabilmek için buna benzer bir denemede bulunmuştur. O da masochistic eğilimlerin zevk ilkesine karşı olmadığını öne sürmektedir. Bununla birlikte, o bu eğilimlerin cinsel bir temeli olduğunu kabul etmekte ve benim «bireysel sınırlardan kurtulma çabası» olarak nitelediğim şeyi, orgasm'a ulaşmak için gösterilen bir çaba olarak görmektedir.

limini duymakta, ama öbür yandan da herkesin kendisine uyması gerektiği noktası üzerinde ısrar etmektedir. Başkalarının kölesi olduğunu hissetme eğilimini göstermekte, aynı zamanda başkaları üzerinde kayıtsız şartsız bir güç sahibi olmayı hayal etmektedir. Zayıf, güçsüz, başkaları tarafından korunan bir insan olmak istemekte, aynı zamanda yalnızca kendine yeten bir insan olmakla kalmayıp gerçekten son derece güçlü olmayı amaç edinmektedir. Kendini bir hiç olarak görme eğilimini duymakta, ama başkaları onu bir dâhi olarak görmedikleri zaman öfkeye kapılmaktadır. Özellikle her iki çaba da bu derece kuvvetli olduğu için, bu gibi aşırı uçları birbiriyle uzlaştırabilecek tatmin edici bir çözüm yolu hiç şüphesiz yoktur.

Kendini unutma eğilimi nevrotik bir insanda normal bir insandakinden daha zorludur; çünkü nevrotik bir insan, yalnızca insanoğlunun evrensel özelliği olan korkulardan, sınırlı bir yaratık olmaktan ve yalnızlıktan kurtulmak istemekle kalmaz; aynı zamanda, çözülemiyen birtakım çatışmalar ve bunların sonucu olarak ortaya çıkan acılar içerisinde sıkışıp kaldığını da hisseder. Buna karşılık, güçlü ve büyük bir insan olmak için duyduğu eğilim de aynı derecede zorludur ve normalden daha şiddetlidir. Hiç şüphesiz imkânsız olan bir şeye ulaşmağa çalışmaktadır: Hem her şey olmak, hem de hiçbir şey olmamak. Sözgelişi, güçsüz bir bağımlılık içerisinde yaşayabilir, aynı zamanda zayıflığını başkalarına söz geçirecek bir araç olarak kullanabilir. Bu uzlaştırma denemelerini yanlış bir yorumlama ile «kendini bir şeye verme» yeteneği olarak görebilir. Gerçekten de bazan psikologlar bile iki şeyi birbirine karıştırmakta ve kendini bir şeye verme eğilimini başlı başına masochistic bir tavır olarak görmektedirler. Oysa masochistic bir kimse, tam tersine, kendini herhangi bir şeye ya da bir kimseye verme gücüne sahip değildir; bütün gücüyle, bütün kuvvetiyle bir davaya sarılamamaktadır ya da bir başkasını bütün kalbiyle sevememektedir. Kendini acıya bırakabilmektedir, ama

bu bırakışta tümüyle pasif bir durumdadır ve kendisine acı veren duyguyu, ilgiyi ya da insanı yalnızca kendinden kaçmak için kendini bir şeye verme aracı olarak kullanmaktadır. Kendisi ile başkası arasında etkin bir karşılıklı etki yoktur; yalnızca kendi benliğini kendi amaçları içerisinde eritmek söz konusudur. Bir insana ya da bir davaya gerçekten kendini vermek insanın ruh gücünün belirtisidir; masochistic bir kendini veriş ise, gerçekte bir zayıflıktan başka bir şey değildir.

Ulaşılmak istenen tatmine seyrek olarak ulaşılmasının başka bir nedeni de, nevrotik yapıya sıkı sıkıya bağlı olan yıkıcı unsurlarda aranmalıdır. Kültürel «dionysian» itkilerde bu gibi unsurlar yoktur. Bu itkilerde kişiliği oluşturan tüm unsurlara, mutluluk ve başarıya götürecek tüm imkânlara karşı çıkan nevrotik yıkıcılığa benzeyen bir şeye rastlanmamaktadır.

Eski Yunanların dionysian ayinlerini, sözgelişi, aklını kaçırma ile ilgili nevrotik hayallerle karşılaştıralım. Birincisinde (yani dionysian ayinlerde) hayattan daha çok zevk almaya yarayan geçici bir coşkunluk haline ulaşmağa çalışmak söz konusudur; ikincisinde (yani nevrotik hayallerde) ise kendini unutma ve kendinden kaçma şeklinde ortaya çıkan aynı eğilim, ne bir yeniden doğuşa götüren geçici bir coşkunluktur, ne de hayatı daha renkli, daha zengin hale getiren bir araçtır. Burada gaye, acı veren benlikten -ne kadar değerli olursa olsun- kurtulmak söz konusudur, dolayısıyla kişiliğin bozulmamış olan bölümü buna karşı korku ile tepkide bulunur. Gerçekten de, kişiliğin bir parçasının bütün kişiliği sürüklemek istediği tehlikelerden duyulan korku, genellikle, bilinç alanına çarpan süreçte rol oynayan biricik etkendir. Nevrotik bir insanın bu konuda bildiği tek şey, aklını kaçırmaktan duyduğu korkudur. Ancak bu süreci oluşturan unsurlar birbirinden ayrıldığı zaman -kendi benliğinden kurtulma eğilimi ile buna karşı gösterilen bir tepki olan korku- nevrotik bir insanın belli bir tatmine ulaşmak için

çaba gösterdiğini, ama duyduğu korku yüzünden bu tatmine ulaşamadığını anlayabiliriz.

Bizim kültürümüzle ilgili özel bir etken, kendini unutmak (böylece kendi benliğinden kurtulmak) için duyulan itkilere bağlı olan endişeyi kuvvetlendirecek bir rol oynamaktadır. Batı uygarlığında bu gibi itkileri -nevrotik karakterleri bir yana bırakılsa bile- tatmin edecek kültürel kalıplar yok denecek kadar azdır. Böyle bir imkân sağlayan din, çoğunluğa sesini duyurma yeteneğini ve gücünü yitirmiştir. Bu tatmine ulaştırabilecek etkili bir kültürel araç yoktur; üstelik bu gibi araçların geliştirilmesi de etkin bir biçimde engellenmektedir; çünkü bireyselliğe önem veren bir kültürde insanın kendi gücüne ve imkânlarına dayanması, kendini göstermesi ve başkalarına kabul ettirmesi, gerekirse bu yolda mücadele etmesi beklenmektedir. Bizim kültürümüzde kendinden büsbütün vazgeçme eğilimlerine gerçekten boyun eğmek, toplumun dışında bırakılma tehlikesine yol açmaktadır.

Genellikle nevrotik bir insanın, ulaşmak istediği herhangi bir tatmine ulaşmasını engelleyen korkular göz önünde tutulduğu zaman, masochistic hayaller ve sapıklıkların onun için nasıl bir değer taşımış olduğunu anlayabiliriz. Kendinden vazgeçme (ya da kendi benliğinden kurtulma) itkileri hayaller ya da cinsel alışkanlıklar halinde ortaya çıkacak olursa, nevrotik kişi kendi benliğinin bütün bütün silinip gitmesi tehlikesinden belki de kurtulabilecektir. Dionysian ayinler gibi bu masochistic alışkanlıklar da geçici bir kendini unutma ve kendinden kaçma imkânı verebilirler, böylece benliğin bir dereceye kadar az zarar görmesini sağlayabilirler. Bu alışkanlıklar genellikle bütün kişilik yapısını kaplamaktadırlar; bazan da cinsel faaliyetler üzerinde toplanmaktadırlar; bu durumda kişiliğin öteki bölümleri onlardan pek etkilenmemektedir. Kendi işlerinde canlı, hareketli, mücadeleci ve başarılı olan, ama zaman zaman kadın gibi giyinmek ya da yaramaz bir çocuk gibi hareket etmek ve kendini döv-

dürtmek gibi masochistic sapıklıklara düşen erkekler vardır. Öbür yandan, nevrotik bir insanın kendi sorunlarına tatmin edici bir çözüm yolu bulmasını engelleyen korkular, masochistic itkilerini de kaplayabilir. Bu itkiler cinsel bir nitelik taşıdığı zaman, nevrotik bir insan, cinsel ilişkilerle ilgili şiddetli masochistic hayallerine rağmen cinsellikten büsbütün el çekebilir, karşı cinsten tiksinebilir, hiç değilse ciddi inhibition'ları olabilir.

Freud, masochistic itkileri aslında cinsel bir olay olarak görmüştür. Bu itkileri açıklayabilecek kuramlar öne sürmüştür. Başlangıçta masochism olayını, cinsel gelişmenin biyolojik olarak belirlenmiş bir safhasının (anal-sadistic safhanın) bir görünüşü olarak görmüştür. Daha sonra bu görüşünü, masochistic itkilerin kadınca niteliklerle yakın ilişkisi olduğu ve kadın olma isteğini dile getiren bazı unsurları kapsadığı gibi bir varsayımla tamamlamıştır[8]. Freud'un son varsayımı, daha önce söz konusu edildiği gibi, masochistic itkilerin, kendine karşı yıkıcı bir tavır takınma itkileri ile cinsel itkilerin bir karışımı olduğu ve kendine karşı yıkıcı bir tavır takınma itkilerinin insana zarar vermesini önleme gibi bir fonksiyon gördüğü şeklindedir.

Benim görüş noktam ise şu şekilde özetlenebilir: Masochistic itkiler gerçekte ne cinsel bir olaydırlar, ne de biyolojik olarak belirlenmiş süreçlerin sonucudurlar; masochistic itkiler kişilik çatışmalarından ileri gelmektedirler. Acı çekmeye yönelmiş, acı çekmeyi amaç edinmiş değildirler; nevrotik bir insan da, başka bir insan gibi, acı çekmeyi istememektedir. Nevrotik acılar, belirli fonksiyonlar görmeleri bakımından, ilgili kişinin istediği bir şey

---

(8) S. Freud, «The Economic Principle of Masochism», **Collected Papers**, Cilt II, s. 255-268 ve **New Introductory Lectures on Psychoanalysis.** Aynı zamanda Karen Horney'in «The Problem of Feminine Masochism», (**Psychoanalytic Review**, Cilt 22, 1935) adlı yazısına da bakınız.

değil, ödediği bir bedeldir; nevrotik bir insanın ulaşmağa çalıştığı tatmin acı çekmek değil, kendi benliğinden kurtulmaktır.

XV. BÖLÜM

KÜLTÜR VE NEVROZ

Tek tek analizlerden her biri, en usta psikanalistin bile yeni yeni sorunlarla karşılaşmasına yol açar. Her hastada daha önce karşılaşmadığı birtakım güçlüklerle; anlaşılması güç, açıklanması daha da güç olan tavırlarla; ilk bakışta anlaşılamıyan tepkilerle karşılaşır. Daha önceki bölümlerde ayrıntılı bir şekilde söz konusu ettiğimiz nevrotik karakter yapısının karmaşıklığına ve işe karışan çok sayıda etkene tekrar bir göz atacak olursak, bu farklılıklar bizi şaşırtmayacaktır. Kalıtım farkları ve bir insanın hayatı boyunca -özellikle çocukluğunda- karşılaştığı olayların farklılığı, işe karışan etkenlerin oluşumunda sonsuz değişikliklere yol açmaktadır.

Şu var ki, başlangıçta da belirtmiş olduğumuz gibi, bütün bu bireysel değişikliklere rağmen, bir nevrozun çekirdeğini oluşturan temel çatışmalar hemen her zaman aynıdır. Genellikle kültürümüz içerisinde yaşayan sağlam bir insanın da karşılaştığı çatışmalardır bunlar. «Nevrotik» ile «normal» arasındaki sınırı kesin olarak çizmenin imkânsız olduğunu söylemek, herkesin bildiği bir gerçeği tekrarlamak olsa bile bir kere daha hatırlatmakta yarar vardır. Kendi yaşantılarında karşılaşmış oldukları çatışmalardan ve tavırlardan söz edildiğini gören birçok okuyucular kendilerine «Acaba ben de nevrotik miyim?» diye sorabilirler. Bir insanın kendi çatışmaları tarafından engellenmiş olduğunu hissedip hissetmediğinin en iyi kriteri,

bu çatışmalarla doğrudan doğruya yüz yüze gelip gelemediği ve onları doğrudan doğruya ele alıp alamadığıdır.

Kültürümüz içerisindeki nevrotik kimselerin aynı temel çatışmadan etkilendiklerini ve daha hafif derecede olmakla birlikte normal bir insanın da bu çatışmalarla karşı karşıya bulunduğunu gördüğümüz zaman, karşımıza yine başlangıçta ortaya attığımız soru çıkmaktadır: Nevrozların başka türlü çatışmalar etrafında değil de özellikle yukarıda söz konusu ettiğim çatışmalar etrafında oluşmasına yol açan kültürel şartlarımız nelerdir?

Freud bu sorun üzerinde pek az durmuştur; Freud'da sorunların biyolojik bir yönelişle ele alınmasına karşılık, sosyolojik yöneliş eksiktir; bu yüzden Freud, sosyal olayları daha çok psikolojik etkenlerle ve psikolojik etkenleri de daha çok biyolojik etkenlerle (libido kuramı ile) açıklama eğilimini göstermiştir. Bu eğilim, psikanalitik yazarları, savaşların ölüm içgüdüsünden ileri geldiğini, bugünkü ekonomik sistemimizin köklerinin anal-erotik itkilerde bulunduğunu, makine çağının iki bin yıl önce başlamamış olmasının nedenini bu dönemin kendini beğenmişliğinde (narcissism) aramak gerektiğini, vb. düşünmeğe götürmüştür.

Freud bir kültürü karmaşık bir sosyal sürecin sonucu olarak değil de, daha çok, baskı altına alınmış ya da yüceltilmiş biyolojik itkilerin ve bunun sonucu olarak onlara karşı tepki olmak üzere oluşturulan davranışların ürünü olarak görmektedir. Bu itkiler ne derece kuvvetle baskı altına alınmışlarsa, kültürel gelişme de o derece yüksektir. Yüceltme yeteneği sınırlı olduğu için ve ilkel itkilerin yüceltilmeden şiddetle baskı altına alınması nevrozlara yol açabileceği için, uygarlığın gelişmesinin kaçınılmaz bir şekilde nevrozları artırmış olması gerekmektedir. Nevrozlar insanlığın kültürel gelişme için ödemek zorunda kaldığı bir bedeldir.

Bu düşünce zincirinin temelinde bulunması gereken

varsayım, biyolojik olarak belirlenmiş bir insan tabiatının var olduğu inancı, daha doğrusu «oral», «anal», «genital» ve saldırgan itkilerin bütün insanlarda aşağı yukarı aynı derecede bulunduğu inancıdır. Karakter gelişmesinin insandan insana ve kültürden kültüre gösterdiği değişiklikler, bu durumda, gereken baskının değişik şiddette olmasına ve bu baskının farklı türden olan itkileri farklı derecelerde etkilemesine bağlı olacaktır.

Tarih ve antropoloji alanındaki bulguiar, yüksek kültür ile cinsel ve saldırgan itkilerin baskı altına alınması arasında böyle bir doğrudan doğruya ilişki olduğunu doğrulamamaktadır. Buradaki hata, gerçekte nitel bir ilişkinin yerine nicel bir ilişkinin kabul edilmesinden ileri gelmektedir. Baskı derecesi ile kültür derecesi arasında değil, bireysel çatışmaların niteliği ile kültürel güçlüklerin niteliği arasında ilişki vardır. Nicel etken de gözden kaçırılamaz, ama ancak bütün bir yapının çerçevesi içerisinde değerlendirilebilir.

Bizim kültürümüze sıkı sıkıya bağlı olan bazı tipik güçlükler vardır; her insanın hayatında birtakım çatışmalar yaratan bu güçlükler arttığı zaman nevrozlara yol açabilirler. Sosyolog olmadığım için nevrozlar ve kültür problemiyle ilgili olabilecek ana eğilimlere yalnızca şöyle bir dokunup geçeceğim.

Çağdaş kültür ekonomik yönden bireyler-arası yarışma ilkesine dayanmaktadır. Yalnız başına kalmış olan birey, aynı gruptan olan başka insanlarla mücadele etmek, onları geçmek ve çoğu zaman onları bir yana itmek zorundadır. Genellikle birinin menfaatine uygun gelen şey, başka birinin menfaatine aykırıdır. Bu durumun ruhsal alandaki sonucu, insanlar arasında yaygın ve düşmanca bir gerginliğin ortaya çıkmasıdır. Herkes herkesin gerçek ya da mümkün bir rakibidir. Dürüst olmak ya da birtakım nezaket kuralları ile durumu örtbas etmek çabalarına rağmen, aynı meslekten olan kimseler arasında bu durum çok açık bir şekilde görülebilir. Bununla birlikte

yarışmanın ve yarışma ile bir arada bulunabilecek bir düşmanlığın bütün insan ilişkilerini kapladığına da dikkati çekmek gerekir. Yarışma, sosyal ilişkilerde belirgin olan etkenlerden biridir. Erkeklerle erkekler, kadınlarla kadınlar arasındaki ilişkileri etkiler ve yarışma konusu olan şey ister herkesçe sevilip beğenilmek olsun, isterse ustalık ya da beceriklilik, çekicilik ya da başka bir sosyal değer olsun, güvenilir dostluklar kurma imkânlarına büyük ölçüde zarar verir. Yarışma, daha önce belirtilmiş olduğu gibi, aynı zamanda kadınlarla erkekler arasındaki ilişkileri de etkiler. Bu yalnızca eş seçimi için değil, eşinden üstün olmak için yapılan mücadelenin tümü için de doğrudur. Yarışma okul hayatına da el atar. Ve belki de hepsinden daha önemlisi, aile hayatında da büyük bir rol oynar; böylece çocuk, genellikle hayatının ilk günlerinden bu yana bu mikrobu kapacak şekilde yetişir. Baba ile oğul, anne ile kız, bir çocukla öteki çocuk arasındaki yarışma genel bir insani olay değil, kültürel şartlarla belirlenmiş bir uyarıma gösterilen bir tepkidir. Oedipus kompleksinde ve öteki varsayımlarında ifade ettiği şekliyle yarışmanın aile içerisindeki rolünü görmüş olmak Freud'un büyük başarılarından biri olarak kalacaktır. Bununla birlikte şunu da ilâve etmek gerecektir: Bu yarışma gerçekte biyolojik bir temele dayanacak yerde belirli kültürel şartların sonucudur; ayrıca, yarışma duygusunu harekete getiren şey yalnızca aile durumu değildir; yarışmaya yol açan uyarım beşikten mezara kadar etkin bir rol oynamaktadır.

İnsanlar arasında ortaya çıkabilecek düşmanca gerginlik sürekli bir korkuya yol açar: Başkalarının düşman olabileceğinden korkma ve bu korkunun, kendi düşmanlık duygularının yol açabileceği misilleme hareketinden duyulan korku ile daha da kuvvetlenmesi. Normal bir insanda karşılaştığımız başka bir önemli korku kaynağı da başarısızlık korkusudur. Başarısızlık korkusu gerçek bir temele dayanan bir korkudur, çünkü genellikle başarısızlık şansı başarı kazanma şansından daha çoktur ve çün-

kü yarışmalı bir toplumda başarısızlıklar ihtiyaçların gerçekten engellenmesine yol açar. Başarısızlık yalnızca ekonomik güvensizliği değil, aynı zamanda saygınlığını yitirmeyi ve her çeşit duygusal engellemeyi de ifade eder.

Başarının bu derece büyüleyici bir hayal olmasının başka bir nedeni de kendimize vermiş olduğumuz değeri etkilemesidir. Yalnızca başkaları bizi başarımızın derecesine göre değerlendirmekle kalmaz; kendimize verdiğimiz değer de ister istemez yine başarımıza bağlıdır. Bugünkü düşünce sistemlerine göre başarı bizim gerçek değerlerimize bağlıdır ya da dini bir deyimle söyleyecek olursak, Tanrının lütfunun göze çarpan bir belirtisidir. Oysa gerçekte başarımız bizim denetimimizin dışında kalan birçok etkene bağlıdır: Tesadüflere bağlı şartlar, vicdansızca hareket etme, vb. Bununla birlikte, bugünkü düşünce sisteminin baskısı altında en normal bir insan bile başarılı olduğu zaman değerinin arttığını, başarısız olduğu zaman ise değerini yitirdiğini hissetmek zorundadır. Bunun kendimize verdiğimiz değer için sağlam bir temel olmadığını söylemeğe gerek yok.

Bütün bu etkenler bir araya geldiği zaman -yarışma ve bu yarışmanın insanlar arasında yaratabileceği düşmanlıklar, korkular, insanın kendine daha az değer vermesi- psikolojik yönden, insanda, yalnız bir varlık olduğu duygusuna yol açmaktadır. Başkaları ile birçok ilişkisi olsa bile, mutlu bir evlenme yapmış olsa bile, manevi bakımdan yalnızdır. Manevi yalnızlık herkes için katlanılması güç olan bir şeydir; insanın kendisi hakkında duyduğu kuşkular ve korkular ile bir araya geldiği zaman ise bir felaket halini almaktadır.

Çağımızda yaşayan normal bir insanda bu derde karşı bir deva olmak üzere şiddetli bir sevgi ihtiyacını yaratan şey budur. Başkaları tarafından sevilmek insanın kendisini daha az yalnız hissetmesini, düşmanlık tehlikesi ile daha az karşılaşmasını, kendine daha çok güven-

mesini sağlar. Hayati bir ihtiyacı karşıladığı içindir ki, kültürümüzde aşka, sevgiye bu derece değer verilmektedir. Sevgi de başarı gibi bir hayal, bir serap halini almıştır; her türlü probleme çözüm yolu getirdiği gibi bir yanılgıya yol açmıştır. Aşk ya da sevgi bizim kültürümüzde, çoğu zaman, sevgiyle hiçbir ilişkisi olmayan istekleri tatmin etmek için bir paravana olmakla birlikte, gerçekte bir yanılgı değildir; sevgiden verebileceğinden daha çok şey beklemekle bir yanılgı haline getirilmiştir. Aşka, sevgiye verdiğimiz ideolojik önem, aşırı bir sevgi ihtiyacı duymamıza yol açan etkenleri gizlemeğe yaramaktadır. Bu bakımdan insan -yine normal bir insandan söz ediyorum- aşırı bir sevgiye ihtiyaç duymak, ama bu sevgiye ulaşmada güçlük çekmek gibi bir ikilem içerisindedir.

Bütün bunlar nevrozların gelişmesi için elverişli bir ortam yaratmaktadır. Normal bir insanı etkileyen -onun kendine verdiği değeri sarsan; düşmanca gerginlikler, korku ve düşmanlık duyguları yaratan; yarışmaya ve tedirginliğe yol açan; tatmin edici kişisel ilişkiler için büyük bir ihtiyaç duymasına neden olan- aynı kültürel etkenler, nevrotik bir insanı daha çok etkilemekte ve aynı sonuçların onda daha şiddetli bir şekilde görünmesine yol açmaktadır: Kendisine vermiş olduğu değeri büsbütün yitirmesi; endişe; yıkıcı içtepilere ve endişeye yol açan daha şiddetli bir yarışma; aşırı bir sevgi ihtiyacı gibi...

Her nevrozda, nevrotik kişinin bir türlü uzlaştıramadığı çelişken eğilimlerin var olduğunu hatırladığımız zaman aklımıza şöyle bir soru gelmektedir: Tipik nevrotik çatışmaların temelinde yalnızca bizim kültürümüz için söz konusu olan belli birtakım çelişmeler var mıdır acaba? Bu kültürel çelişmeleri ayrıntılı bir biçimde incelemek sosyologlara düşen bir görev olacaktır. Ben yalnızca kısaca ve ana çizgileri ile bazı temel çelişken eğilimlere işaret etmekle yetineceğim.

Üzerinde durulması gereken ilk çelişme, yarışma ve başarı ile kardeşçe sevgi ve alçakgönüllülük arasındaki

çatışmadır. Bir yandan bizi başarılı olmaya sevk etmek için her türlü yola başvurulmaktadır; bu ise yalnızca kendimizi göstermekle yetinmeyip aynı zamanda saldırgan bir tavır takınmamız ve başkalarını bir yana itmemiz gerektiği anlamına gelmektedir. Öbür yandan, herhangi bir şeyi yalnızca kendimiz için istememizin bencillik olduğunu, alçakgönüllü olmamız gerektiğini, bir yanağımıza tokat vurana öteki yanağımızı da uzatmamızın doğru olacağını, bir vazgeçme, boyun eğme tavrı takınmamız gerektiğini öne süren Hıristiyan ideallerinden adamakıllı etkilenmiş bulunuyoruz. Normal alanda bu çelişmenin yalnızca iki çözüm yolu vardır: Bu çabalardan yalnızca birine önem verip ötekini bir yana itmek; ya da her ikisine de önem verip her iki yönden de ciddi inhibition'larla karşılaşmak.

İkinci çelişme ihtiyaçlarımızın uyarılması ile onların tatmininde karşımıza çıkan gerçek engellemeler arasındadır. Bizim kültürümüzde, ekonomik nedenler yüzünden, ilanlar, reklamlar, «aşırı tüketim» ve «eş-dosttan geri kalmama isteği» gibi birtakım yollarla ihtiyaçlarımız hiç durmadan uyarılmaktadır. Bununla birlikte, büyük çoğunluk için bu ihtiyaçların gerçek tatmini adamakıllı sınırlıdır. Bunun insanda yarattığı ruhsal sonuç, isteklerle bu isteklerin gerçekleşmesi arasında her zaman bir tutarsızlığın var oluşudur.

Başka bir çelişme bireyin sözde hürlüğü ile gerçek sınırları arasındaki çelişmedir. Toplum, bireye hür olduğunu, bağımsız olduğunu, hayatına dilediği gibi biçim verebileceğini söylemektedir; «büyük hayat oyunu»nu dilediği gibi oynayabilecek, etkili ve güçlü olabiliyorsa istediği şeylere ulaşabilecektir. Oysa gerçekte insanların çoğu için bütün bu imkânlar sınırlıdır. Şakacı bir dille söylenen «insanın kendi ana-babasını seçmek kendi elinde değildir» sözü genellikle hayata da uygulanabilir: Bir meslek seçmek ve o meslekte başarı kazanmak, eğlence imkânlarını seçmek, eş seçmek için de durum böyledir. Bu-

nun sonucu olarak birey kendi kaderini belirlemede sınırsız bir gücü olduğu duygusu ile tam bir güçsüzlük duygusu arasında bocalayıp durmaktadır.

Kültürümüz içerisindeki bu çelişken unsurlar, nevrotik kişinin birbiriyle uzlaştırmağa çalıştığı çatışmalardan başka bir şey değildir: Saldırgan eğilimleri ve boyun eğme eğilimleri; aşırı istekleri ve hiçbir zaman hiçbir şey elde edemiyeceği korkusu; kendi benliğini geliştirmek için gösterdiği çabalar ve güçsüzlük, çaresizlik duygusu... Nevrotik bir insan ile normal bir insan arasındaki fark yalnızca bir derece farkıdır. Normal bir insan, içinde bulunduğu güçlükleri kişiliğine herhangi bir zarar gelmeksizin çözebildiği halde, nevrotik bir insanda bütün çatışmalar herhangi bir tatmin edici çözüm yolunu imkânsız kılacak derecede şiddetlenmiştir.

Öyle görünüyor ki, kültürel olarak belirlenmiş güçlükleri şiddetli bir şekilde hisseden kimseler -özellikle çocukluk yaşantılarında bu gibi güçlüklerin etkisini şiddetle duymuş olanlar-, bunun sonucu olarak da bu güçlüklerin içinden çıkamıyanlar ya da kişiliklerinden çok şey yitirerek çıkabilenler büyük bir olasılıkla nevrotiktirler. Onları kültürümüzün üvey çocukları olarak niteleyebiliriz.

İÇİNDEKİLER

	Çevirenin Önsözü	5
	Giriş	21
I.	Nevrozların Kültürel ve Psikolojik Kapsamı	27
II.	Çağımızın Nevrotik Kişiliğinden Söz Etmenin Nedenleri	43
III.	Endişe	52
IV.	Endişe ve Düşmanlık	69
V.	Nevrozların Temel Yapısı	86
VI.	Sevilmek İçin Duyulan Nevrotik İhtiyaç	107
VII.	Sevilmek İçin Duyulan Nevrotik İhtiyacın Başka Ayırt Edici Nitelikleri	119
VIII.	Sevilmek İçin Başvurulan Yollar ve İstenmemeye Karşı Gösterilen Duyarlık	137
IX.	Sevilmek İçin Duyulan Nevrotik İhtiyaçta Cinselliğin Rolü	148
X.	Güçlü olma, Saygınlık Kazanma, Mal-Mülk Edinme Çabası	161
XI.	Nevrotik Yarışma	184
XII.	Yarışma'dan El Çekmek	201
XIII.	Nevrotik Suçluluk Duyguları	222
XIV.	Nevrotik Acının Anlamı (Masochism Problemi)	248
XV.	Kültür ve Nevroz	268
	İçindekiler	276

ÇAĞIMIZIN TEDİRGİN İNSANI

Karen Horney

TUR YAYINLARI

- Çağımızın Tedirgin İnsanı'nda iç çatışmalar içerisinde bocalayan bugünün insanı anlatılmaktadır.

- Katı Freud'cu görüşten ayrılarak, nevrozların oluşmasında biyolojik etkenlerden çok, bireydeki çevre ve kültür etkenlerinin önemli olduğunu ileri sürer.

- Endişe, korku, kararsızlık, düşmanlık...
  Sevilmek için duyulan Nevrotik ihtiyaç,
  İstenmemeğe karşı gösterilen duyarlık,
  Cinselliğin Rolü,
  Güçlü olma, saygınlık kazanma,
  Mal-Mülk edinme çabası,
  Nevrotik yarışma, yarışmadan el çekmek
  Suçluluk Duyguları, Masochism Problemi,
  Kültür ve Nevroz...kitaptan bazı konular.

- "Çağımızın Tedirgin İnsanı" herkesin anlayabileceği bir dille yazılmıştır.



180 Lira