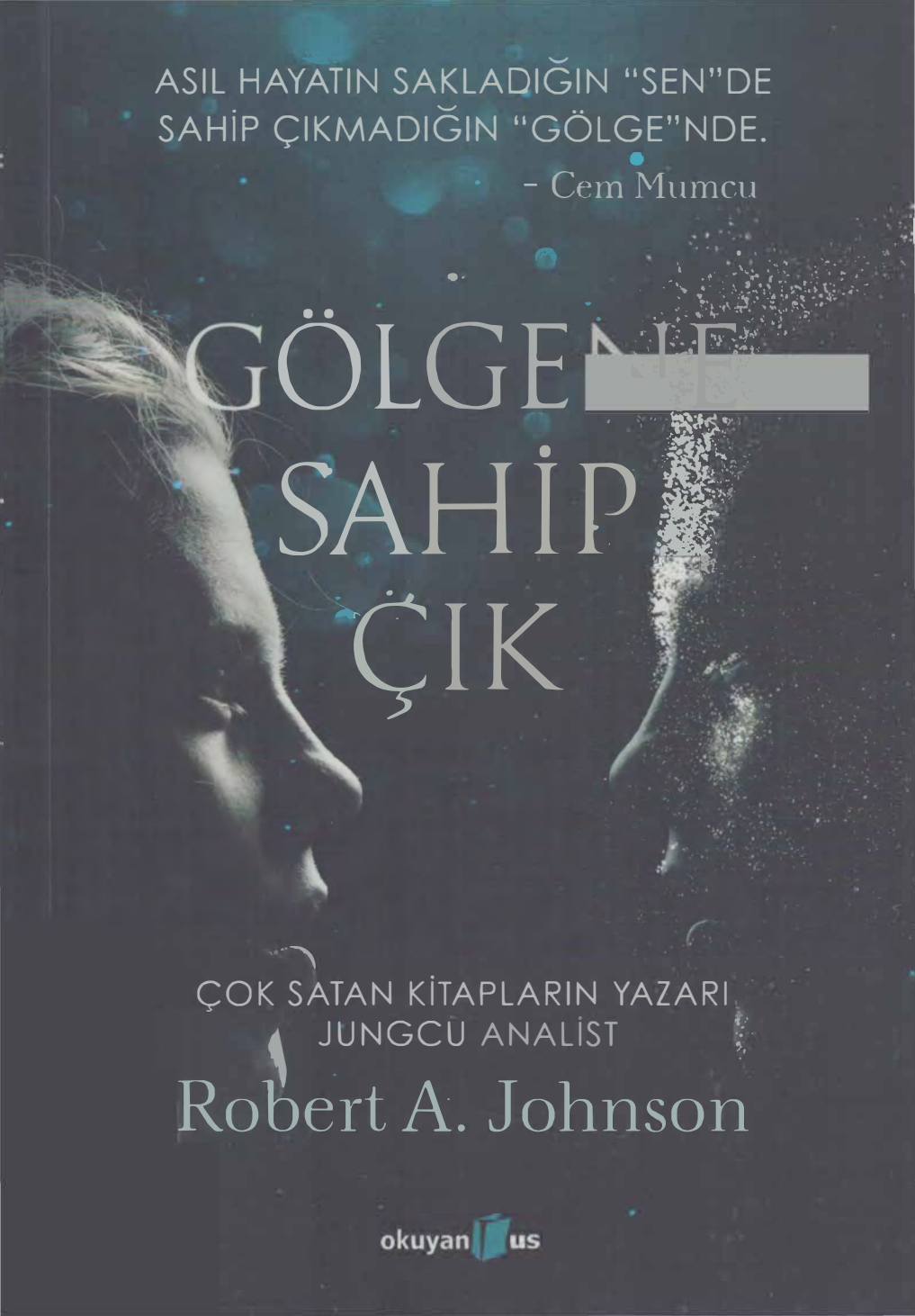
ASIL HAYATIN SAKLADIĞIN "SEN"DE
SAHİP ÇIKMADIĞIN "GÖLGE"NDE.
- Cem Mumcu



GÖLGENE SAHİP ÇIK

ÇOK SATAN KİTAPLARIN YAZARI
JUNGCU ANALİST

Robert A. Johnson

okuyan us

Robert A. Johnson

GÖLGENE SAHİP ÇIK

okuyan us

Psikoloji/Psikiyatri - 76

Gölgene Sahip Çık
Robert A. Johnson

ISBN: 978-605-5134-84-6
Yayıncı Sertifika No. 49055

1. Baskı: İstanbul, Ağustos 2015
4. Basım: İstanbul, Eylül 2022

Genel Yayın Yönetmeni: Cem Mumcu
Yayın Yönetmeni: Meltem Türkeri
İngilizceden Çeviren: Kemal Atakay
Editör: Meltem Türkeri

Kapak Tasarımı: Ebru Demetgül
Sayfa Tasarımı: Deniz Dalkıran

Baskı ve Cilt: Oksijen Basım ve Matbaacılık San. ve Tic. Ltd. Şti.
Seyrantepe Mah. İbrahim Karaoğlanoğlu Cad. Altuntafi Apt. No:35
Kağıthane/İstanbul, Tel: 0212 283 10 15-25
Sertifika No: 40379

Orijinal Adı: *Owning Your Own Shadow: Understanding the Dark Side of the Psyche*
Copyright © 1991 by Robert A. Johnson

Grateful acknowledgment is made for permission to quote from the following copyriht works: From an excerpt fro Four Quartets, by T. S. Eliot. Copyright renewed 1971 by Esme Valerie Eliot. Reprinted by permission of Harcourt Brace Jovanovich Inc., and by permission of Faber and Faber Ltd.

Bu eserin yayın hakları Akçalı Telif Ajansı aracılığı ile satın alınmıştır. Yayın hakları Okuyan Us'a aittir. Her hakkı saklıdır. Tanıtım için yapılacak kısa alıntılar dışında yayıncının yazılı izni olmaksızın hiçbir yolla çoğaltılamaz.

©Okuyan Us Yayınevi Ticaret ve Sanayi A.Ş.

Kurucu: Cem Mumcu

Özgür ve Ebru, hep bizimlesi

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

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

Robert A. Johnson

GÖLGENE SAHİP ÇIK

Asıl hayatın sakladığın "sen"de,
sahip çıkmadığın "gölge"nde.
-Cem Mumcu

İngilizceden çeviren:
Kemal Atakay

okuyanus

Yazar Hakkında

Robert A. Johnson, 1921 yılında Portland, Oregon'da dünyaya geldi. Psikoterapist, Jung kuramı analisti ve yazardır.

Johnson, Oregon ve Stanford Üniversitelerinde eğitimini tamamladıktan sonra 1945 yılında Jiddu Krishnamurti ile çalışmak üzere Kaliforniya'da Ojai şehrine gitmiştir. 2 yıl sonra ise Fritz Kunkel ile Jung terapisi çalışmalarına başlamıştır. Ardından İsviçre'nin Zürih kentindeki C.G. Jung Enstitüsü'ne kabul edilmiştir. 1950'lerin başlarında Helen Luke ile birlikte Los Angeles'ta analitik uygulama merkezi kurmuştur. 10 yıl sonra ise Michigan'da bir manastıra gitmiş ve 4 yıl süreyle orada kalmıştır.

Johnson 1967 yılında Kaliforniya'ya dönerek hayatına terapist olarak devam etmiş, aynı zamanda da John Sanford ile yakın çalışarak San Diego'daki St. Paul's kilisesinde konuşmalar yapmıştır. 1974 yılında, konuşmalarından oluşan ilk kitabı, *He: Understanding Masculine Psychology*, Pensilvanya'da küçük bir yayınevi tarafından yayımlanmış, ardından Harper&Row tarafından hakları satın alınınca kitap çok satanlara girmiş ve büyük başarı elde etmiştir.

Derinlik psikolojisi, mitoloji ve düş çalışmalarını, sadelik ve incelikle Jung teorisiyle dokuyarak ortaya koyma yeteneği, halen dünya çapında çok kişiyi etkisi altına almaktadır. Johnson'ın kitapları 2,5 milyondan fazla satış rakamına ulaşmıştır.

Yazarın en bilinen kitapları:
He: Understanding Masculine Psychology
She: Understanding Feminine Psychology
Inner Work
We: Understanding the Psychology of Romantic Love (*Biz/Romantik Aşkın Psikoloji* adıyla 2001 yılında Okuyan Us Yayınevi tarafından yayımlanmıştır.)

İçindekiler

Giriş.....**9**

1. Gölge.....13

2. Gölge Olarak Aşk.....55

3. Mandorla.....81

Giriş

Jung'un en sevdiği hikaye şuymuş: Yeryüzünde bilinmek isteyen abıhayat, bir artezyen kuyusundan yükselip zahmetsizce ve sınırsızca akmaya başlamış. İnsanlar gelip bu büyülü sudan içmeye, onunla beslenmeye başlamışlar çünkü pek temiz, saf ve canlandırıcıymış. Ama insanlar yaşamın bu cennet hali içinde sürüp gitmesiyle yetinmemişler. Zamanla kuyunun çevresine çit çekmiş, giriş ücreti almaya, kuyunun çevresindeki arazinin kendilerine ait olduğunu iddia etmeye, kimin kuyuya gelebileceğine dair ayrıntılı yasalar oluşturmaya, kapılara kilit vurmaya başlamışlar. Çok geçmeden, kuyu güçlü ve seçkin zümrenin mülkü haline gelmiş. Su öfkelenip alınmış, akışına son verip bir başka yerde yeryüzüne yükselmiş. İlk kuyunun çevresindeki araziye sahip olan kişiler, iktidarları ve mülk sahiplikleri ile öylesine meşgullermiş ki, suyun yok olduğunu fark etmemişler. Var olmayan suyu satmaya devam etmişler ve gerçek gücün yitip gittiğini pek az kimse fark etmiş. Ama durumdan hoşnut olmayan bazı kimseler büyük bir cesaretle aramaya koyulup, yeni artezyen kuyusunu bulmuşlar. Bir süre sonra o kuyu da mülk sahiplerinin eline geçmiş ve aynı şeyler bir kez daha olmuş. Su da gene bir başka yere göç etmiş ve bu, tarih tarih olalı böyle sürüp gitmekteymiş.

Bu son derece üzücü hikaye Jung'u özellikle etkiliyordu çünkü Jung temel bir hakikatin nasıl kötüye kullanılıp

benmerkezci bir oyuncağa dönüştürülebileceğini görüyordu. Bilim, sanat ve özellikle psikoloji bu karanlık sürecin olumsuz etkilerine maruz kalmıştır. Ama hikayenin olağanüstü yanı, suyun her zaman bir yerlerde akıyor olması ve halihazırdaki biçimiyle hayat veren suyu arama cesareti olan akıllı herhangi bir kimse için mevcut bulunmasıdır.

Su sıklıkla insanlığın en derin ruhsal gıdasının simgesi olarak kullanılmıştır. Kuyu, misyonuna sadık olduğu için bugün su her zaman olduğu gibi akıyor ama bazı sıra dışı yerlerde. Çoğu zaman bildik yerlerde akışına son vermiş, bazı çok şaşırtıcı yerlerde yeniden ortaya çıkmıştır. Ama neyse ki, su hala yerli yerinde duruyor.

Bu kitapta, abıhayatın bu günlerde aktığı sıra dışı yerlerden bazılarını gözden geçireceğiz. Su her zamanki gibi özgür ve diri, her zamanki gibi canlı/canlandırıcı. Asıl güçlük, onu en ummadığımız yerde bulabilmemiz. Yuhanna İncili'ndeki "Nasıra'dan iyi bir şey çıkabilir mi?" sözünün anlamı budur. Nasıra artık Hıristiyanlar için kutsaldır, Kurtarıcı'nın doğum yeridir ama İnciller döneminde yoksul ve düşkündü, ruhsal aydınlanmaya kavuşma olasılığının en düşük olduğu yerdi. Pek çok kişi Tanrı vergisi abıhayatlarını bulamazlar çünkü onu olağandışı yerlerde aramaya hazır değildirler. Büyük ihtimalle o bir kez daha Nasıra'da belirecek ve tıpkı eskisi gibi görmezden gelinecektir.

Bu tür beklenmedik bir kaynak kendi gölgemizdir: O, kişiliğimizin reddettiğimiz bütün özelliklerinin çöplüğüdür. Daha sonra göreceğimiz gibi, bu reddedilen kısımlar son derece değerlidir ve hiçe sayılamaz. Can veren suyun bir vaadi olarak gölgemiz hiçbir bedel gerektirmez, doğrudan ve şaşırtıcı bir şekilde hep

mevcuttur. Kişinin kendi gölgesine itíbar etmesi ve onu kabullenmesi derin bir ruhsal disiplindir. Gölge bütünleştiricidir, dolayısıyla kutsaldır ve ömrümüzün en önemli deneyimidir.

1.

Gölge



Gölge: Kertenkele kuyruğu gibi bizi takip eden ve psikolojik dünyamızda inatla peşimizden gelen bu ilginç karanlık öğe nedir? Modern ruhta nasıl bir rol üstlenir?

Persona, ne olmayı istiyor ve dünya tarafından nasıl görülmeyi diliyorsak odur. Psikolojik giysimizdir ve gerçek benliklerimiz ile çevremiz arasında aracılık eder, tıpkı fiziksel giysimizin karşılaştığımız kişilere bir imge sunması gibi. Ego, ne isek ve bilinçli olarak ne biliyorsak odur. Gölge, benliğimizin göremediğimiz ya da bilemediğimiz kısmıdır.[1]

Gölge Nasıl Oluşur?

Hepimiz bütün doğar ve bütün ölmeyi umut ederiz. Ama yaşam yolumuzun başlarında bir yerde bilgi ağacının

1 Jung, *gölge* terimini, kavramlaştırmasının erken döneminde bu genel anlamda kullanmıştır. Daha sonra, terim cinsiyetimizin [bilincini] yitirdiğimiz özelliklerini gösterir olmuştur. Bu kitapta, gölge terimini genel anlamıyla kullanıyoruz.

olağanüstü meyvelerinden birini yeriz, şeyler iyi-kötü şeklinde ayrışır ve gölge oluşturma sürecine adım atarız, yaşamlarımızı böleriz. Kültürel süreçte, Tanrı vergisi özelliklerimizi toplumumuzca kabul edilebilir olanlar ile vazgeçilmesi gerekenler şeklinde sınıflandırırız. Bu olağanüstü ve gerekli bir şeydir: İyi-kötü ayrımına gidilmese, uygar davranış diye bir şey var olamazdı. Ama reddettiğimiz ve kabul edilemez bulduğumuz özellikler çekip gitmez, yalnızca kişiliğimizin karanlık köşelerinde birikir. Uzunca bir süre gizli kaldıklarında, kendilerine özgü, gölge yaşam dediğimiz bir yaşam sürmeye başlarlar. Gölge, bilince uygun şekilde girmemiş olandır. Varlığımızın hor görülen kısmıdır. Çoğu zaman egomuzunki kadar büyük bir enerji potansiyeline sahiptir. Gölge, egomuzdan daha fazla enerji biriktirirse bastırılamayan bir öfke ya da önüne geçemediğimiz bir düşüncesizlik olarak patlak verir ya da kendine özgü bir amacı varmış gibi görünen bir depresyon ya da bir kaza geçiririz. Özerk hale gelen gölge, ruhsal yuvamızda korkunç bir canavardır.

İnsanlığın en parlak başarısı olan uygarlaşma süreci, ideallerimizin düzgün işleyişi açısından tehlikeli olan bu özellikleri seçip ayırmaktan ibarettir. Bu süreçten geçmeyen kişi 'ilkel' kalır ve böyle bir kişinin uygar bir toplumda yeri olamaz. Hepimiz bütün doğarız ama kültür bir biçimde doğamızın yalnızca bir kısmını yaşayıp, mirasımızın öteki kısımlarını reddetmemizi gerektirir. Bu, Yeryüzü Cenneti'ndeki bilgi ağacının meyvesini yememizin mirasıdır. Kültür, içimizdeki yalın insanı alıp götürür ama daha karmaşık ve incelikli bir güç verir bize. Şöyle güçlü bir tez öne sürülebilir: Çocukları çok küçük yaşta bu ayrıma tabi tutmamak gerekir, aksi halde çocukluklarından mahrum

kalırlar. Kültürel sürece, onun tarafından ezilmeden katlanacak güce erişinceye dek, Yeryüzü Cenneti'nde kalmalarına izin verilmelidir. Bu güç farklı bireylerde, farklı yaşlarda ortaya çıkar ve çocukların ne zaman toplumun kolektif yaşamına uymaya hazır olduklarını bilmek keskin bir gözlem gerektirir.

Dünyanın değişik yerlerini dolaşıp çeşitli kültürlerin hangi özellikleri egoya, hangi özellikleri gölgeye bağladıklarını görmek ilginç olacaktır. Bunu yaptığımızda, kültürün yapay olarak dayatılan ama kesinlikle zorunlu olan bir yapı olduğu netlik kazanır. Bir ülkede yolun sağ tarafından, bir başkasında sol tarafından araba kullanıldığını görürüz. Batı'da erkek sokakta kadınla el ele dolaşabilir ama bir başka erkekle bunu yapamaz; Hindistan'da erkekler erkek arkadaşlarıyla el ele dolaşabilir ama bunu bir kadınla yapamazlar. Batı'da kişi resmi ya da dini yerlerde ayakkabılarını çıkarmayarak saygısını ortaya koyar; Doğu'da tapınak ya da eve ayakkabıyla girmek saygısızlık göstergesidir. Hindistan'da tapınağa ayakkabılarıyla giren kişi dışarı çıkarılır, biraz yol yordam öğrenmeden geri gelmemesi söylenir. Ortadoğu'da, yemeğin sonunda kişi beğenisini belli etmek için geğirir; Batı'da bu çok büyük bir görgüsüzlük addedilir.

Seçme süreci oldukça keyfidir. Örneğin, bireysellik bazı toplumlarda büyük bir erdem, bazılarında en büyük kusurdur. Ortadoğu'da özverili olmak bir erdemdir. Büyük bir resim ya da şiir ustasının öğrencileri yapıtlarını çoğu zaman kendi adlarıyla değil, ustalarının adıyla imzalarlar. Batı kültüründe kişi adını olabildiğince duyurmaya çalışır. Bu karşıt bakış açıları arasındaki ihtilaf tehlikelidir çünkü modern dünyanın hızla yayılan iletişim ağı bizi birbirimize daha fazla yaklaştırmaktadır. Bir

kültürün gölgesi, bir başka kültürün potansiyel sorunlar yumağıdır.

Bazı çok iyi özelliklerin gölgede kendini gösterdiğini görmek de şaşırtıcıdır. Genel olarak sıradan, gündelik özellikler normu oluşturur. Bu özelliğe erişemeyen her şey gölgeye gider. Ama daha iyi herhangi bir özellik de gölgeye gider! Kişiliğimizin som altın yönlerinden bir kısmı gölgeye gönderilir çünkü kültür dediğimiz o büyük eşitleyici/düzleştirici süreçte kendine yer bulamaz.

İşin ilginç yanı şu ki, insanlar gölgelerinin soylu yönlerine, karanlık yanlarına sakladıklarından daha büyük bir gayretle direnirler. Utanılacak sırları açığa vurmak görece kolaydır ama gölgenin içinde altın olması dehşet vericidir. Büyük bir karakter soyluluğuna sahip olduğunuzu keşfetmeniz, serserinin teki olduğunuzu keşfetmenizden daha altüst edicidir. Elbette, kişi bu özelliklerin ikisine birden sahiptir ama bu öğeleri aynı anda keşfedemeyiz. Altın, daha yüce isteklerimizle bağlantılıdır ve yaşamın belli aşamalarında bunu kabul etmek güç olabilir. Altını göz ardı etmek, ruhun karanlık yanını göz ardı etmek kadar zararlı olabilir ve bazı insanlar altını açığa çıkarmayı öğreninceye dek ciddi bir şok ya da hastalık yaşayabilirler. Gerçekten de önemli bir parçamızın uyumakta olduğunu ya da kullanılmadan durduğunu görmemiz için, bu tür yoğun bir deneyim gerekli olabilir. Kabile kültürlerinde şamanlar ya da şifacılar sıklıkla bir hastalığı yaşantılar, bu yaşantıdan kendilerini iyileştirmek için ihtiyaç duydukları kavrayışı edinir, sonra edindikleri bilgeliği toplumlarına taşırlar. Günümüzde bizim için de çoğu zaman durum budur. Hala kendini iyileştirmeyi öğrenip yaşantısında altını bulan yaralı şifacı arketipiyle iş görüyoruz.

Her nereden başlarsak başlayalım ve hangi kültürden gelirsek gelelim, yetişkinliğe net olarak tanımlanmış bir ego ve gölge ile ulaşırız: Bir yanlış-doğru sistemi ile, iki yanlı bir tahterevalli ile.[2] Dinsel süreç, bize kişilik bütünlüğümüzü yeniden kazandırmaktan ibarettir. *Religion* ('din') sözcüğü yeniden bağlantı kurmak, yeniden birleştirmek, ayrılık yaralarını sarmak anlamına gelir. Hayvani halimizden kendimizi kurtarmak için kültürel sürece katılmamız kesinlikle zorunludur; parçalanmış, yabancılaşmış dünyamızı yeniden bir araya getirme şeklindeki manevi görevi gerçekleştirmemiz de aynı derecede zorunludur. Kişi Yeryüzü Cenneti'nden kopmak zorunda olduğu gibi, göksel Kudüs'ü de kurmak zorundadır.

Demek ki şurası açık: Gölge oluşturmak zorundayız yoksa kültür olmazdı. Öyleyse, kültür idealleri içinde yok olan kişiliğimizin bütünlüğünü onarmak zorundayız yoksa evrimimiz boyunca giderek daha sancılı hale gelen bir bölünmüşlük hali içinde yaşarız. Genel olarak, yaşamın ilk yarısı kültür sürecine -beceri edinme, aile kurma, çok çeşitli yollardan benliğimizi disipline etme- ayrılır; ikinci yarısı yaşamın bütünlüğünü onarmaya (kutsal kılmaya) ayrılır. Bunun anlamsız bir gidiş dönüş seferi olduğundan yakınabilirsiniz: Ne var ki,

2 Bütün kültürlerde *ego* ile *doğru* eşanlamlı görülmüştür, *gölge* ile *yanlışı* da eşleştirmek gerekir. Neyin doğru, neyin yanlış olduğunu tam olarak bilip buna göre konum almak, büyük bir kültürel güç anlamına gelir. Bu kültürel 'doğruluk' olup, son derece etkili ama son derece hantaldır. Orta Çağ Engizisyonu birini yargıladığında ve çoğu zaman onu diri diri yakılmaya mahkum ettiğinde, bu tür bir kararın sorgulanmaz bir temeli olması gerekiyordu. Batı ruhunda bireysellik ve inanç özgürlüğünün evrilmekte olması, bu tek yanlı tutumu daha da olumsuz kılıyordu. Fanatizm her zaman henüz bilince kaydolunmamış bilinçdışı belirsizliği gösterir.

başlangıçtaki bütünlük bilinçsiz ve çocuksu iken, sondaki bütünlük bilinçlidir. Bu evrim, gereksiz görünse de, malolduğu onca acı ve ıstıraba değer. Yegane felaket, sürecin ortasında yitip gitmek ve tamamlanmışlığımıza ulaşamamaktır. Ne yazık ki birçok Batılı tam da bu zor noktada tutuklu kalır.

Kültür ile Gölgeyi Dengeleme

Kişiliği bir tahterevalli gibi düşünmek yararlı olacaktır. Kültürel uyum Tanrı vergisi özelliklerimizi elekten geçirmek, kabul edilebilir olanlarını tahterevallinin sağ yanına, uyumsuz olanlarını ise sol yanına koymak demektir. Hiçbir özelliğin çıkarılıp atılamaması, değişmez bir yasadır; yalnızca tahterevalli üzerinde farklı bir noktaya hareket ettirilebilir. Kültürlü kişi, istenen özellikleri sağ tarafta görünür olan, yasak özellikleri ise solda gizli kalan kişidir. Bütün özelliklerimiz, bu envanterin bu ya da şu noktasında belirmek zorundadır. Hiçbir şey dışarıda bırakılamaz.

Çok az insanın anladığı ve kültürümüzün neredeyse bütünüyle göz ardı etmeyi seçtiği korkunç bir yasa hüküm sürmektedir. Başka bir deyişle, kişinin dengede kalması söz konusuysa, tahterevallinin dengelenmesi zorunludur. Kişi sağ yandaki özelliklere öncelik tanırsa, bunların sol yanda eşit bir ağırlıkla dengelenmesi gerekir. Tersi de aynı derecede geçerlidir. Bu yasa ihlal edilirse, tahterevalli kayar ve dengemizi yitiririz. Kişiler, bu yolla bildik davranışlarının zıddına kayarlar. Birden mizaç olarak fanatikleşen alkol bağımlısı ya da bütün sakınımına aniden boşveren muhafazakar, bu tür bir kayma gerçekleştirmiş olur: Tah-

terevallisinin bir yanını diğer yanı ile değiştirmiş ve kalıcı bir yarar elde edememiştir.

Üzerine çok fazla yük bindirilirse, tahterevalli dayanak noktasından kırılabilir de. Bu bir psikoz ya da ruh durumu bozulmasıdır. Konuşma diline özgü ifadeler, bu deneyimleri tam olarak betimler. Kişinin dengeyi koruması gerekir ama bu çoğu zaman büyük bir enerji sarfını zorunlu kılar.

Beden nasıl kendi ısısını, asit-alkali oranını ve başka birçok hassas polariteyi titizlikle dengeliyorsa, ruh da aynı şekilde kendi dengesini titizlikle korur. Bu fiziksel dengeler için 'normal olanı böyle olmalarıdır' diye düşünürüz ama bunların psikolojik muadillerini nadiren kabulleniriz.

Bir resimli Orta Çağ yazması, bize bilgiyi canlı bir biçimde aktarıyor. Burada, altın meyvesi ile stilize bir bilgi ağacı Adem'in göbeğinden yukarı uzanır. Adem, sanki ne ürettiğini tam olarak anlamamışçasına biraz uykulu görünür. İki kadın ağacın yanında dururlar. Bir keşişe gibi giyinmiş olan Hazreti Meryem soldadır, ağaçtan meyve koparıp kurtuluşları için uzun bir sıra halinde bekleyen tövbekarlara uzatır. Çıplak Havva sağda durur, aynı ağaçtan meyve koparır, uzun bir sıra halinde cehennem cezalarını bekleyenlere uzatır. Burada, ikili meyve veren tek bir ağaç üzerine canlı bir yorum söz konusudur. Ne tuhaf bir ağaç! Ne zaman altın ağaçtan yaratıcılık meyvesini koparsak, öteki elimiz yıkım meyvesini koparır. Bu içgörüye (derin kavrayışa) direncimiz çok fazladır! Yıkımsız yaratıcılığa sahip olmayı çok isteriz ama bu mümkün değildir.



1. Yaşam ve Ölüm Ağacı. Berthold Furtmeyer'in Minyatürü. Kaynak: Salzburg Başpiskoposu Dua Kitabı (1481). Münih'teki Bavyera Devlet Kütüphanesi'nin izniyle.

Halihazırda hakim olan yaklaşımdan üzüntü duyuyorum: Buna göre, iyilik ya da azizlik olabildiğince tahterevallinin sağ yanında, iyi yanında yaşamaktır. Azizlik karikatürize ediliyor, her yönüyle dürüst kişinin, her şeyi kişiliğinin kusursuz yanına aktarmış kişinin imgesi olarak görülüyor. Böyle bir durum bütünüyle istikrarsız olur ve hemen devrilirdi. Denge bozulur, yaşam olanaksız olurdu.

Dayanma ya da merkez noktası, bütünlüklü (kutsal) yerdir. Katılıyorum: Dış dünyayla, iyi yanımızın rafine ürünü ile ilişki kurmak zorundayız ama bunu ancak sol yanı sağ ile dengede tutarak yapabiliriz. Karanlık yanımızı genel olarak toplumdan saklamak zorundayız yoksa çekilmezin teki olur çıkarız; ama onu asla kendimizden gizlemeye çalışmamalıyız. Gerçek azizlik -ya da kişisel etkililik- tahterevallinin merkezinde durmak ve yalnızca kendi karşıtıyla dengelenebilen şeyi üretmektir. Bu, idealimiz olarak gösterilen duygusal iyilik görüşünden çok farklıdır.

Elbette bir gölgemiz olacaktır! Aziz Augustinus, *De Civitate Dei (Tanrı'nın Şehri)*'de vurguluyordu: "Eylemde bulunmak günah işlemektir." Yaratmak aynı anda yok etmektir. Ortalığı aydınlatmamız, o aydınlığa karşılık gelen karanlık yoksa mümkün olmaz. Hindistan, yaratı tanrısı Brahma'yı yıkım tanrısı Şiva ile dengeler ve Vişnu ortada oturup karşıtları bir arada tutar. Hiç kimse yaşamın karanlık yanından kaçamaz ama o karanlık yanı zekice dengi ile karşılayabiliriz. Aziz Antonius kutlu görüsünü gece korkunç görüntülerle, önünde geçit töreni yapan kötülük görüleriyle ödüyordu. Bu karşıtlar arasındaki gerilime katlandı ve sonunda gerçekten azizlik olarak adlandırabileceğimiz yüksek sezgiye ulaştı.

Sonuçta, ışık ile karanlık dengesi mümkün ve katlanılabilirdir. Doğanın tamamı polarite içinde yaşar: Işık ile karanlık, yaratı ile yıkım, üst ile alt, erkek ile kadın.[3] Aynı temel yasaların psikolojik yapımızda işlediğini görmemiz şaşırtıcı değildir. Almancada *Doppelgänger* terimi vardır; anlamı 'kişinin ikizi', 'kişinin karşıtı'dır. Goethe, bir akşam evine yaklaşırken *Doppelgänger*'inin görüntüsüyle -kişiliğinde yaşayan öteki ile- karşılaştığında, derinden etkilenmişti. Pek azımız gölgesi ile ilgili böylesine canlı bir deneyim yaşamıştır ama ister bilelim ister bilmeyelim, ruh ikizimiz bizi bir akis gibi takip eder.

Birçok kimse, evinin tek efendisi olduğunu sanır. Kişinin gölgesini kabul edip sonra ona sahip olması, dünyanın genel olarak görmediği daha birçok yönümüzün olduğunu kabul etmek demektir. Dr. Jung, ruhunda 'öteki'nin varlığını ilk nasıl sezdiğini şöyle anlatır:

> Beni hem korkutan hem yüreklendiren bir rüya gördüm. Bilinmeyen bir yerde gece vaktiydi ve güçlü bir rüzgara karşı ağır ağır ve büyük bir güçlükle yol alıyordum. Dört bir yanı yoğun sis kaplamıştı. Avucumun içinde her an sönmeye hazır, küçücük bir ışık tutuyordum. Her şey, bu küçük ışığı canlı tutmama bağlıydı. Birden, arkamdan bir şeyin gelmekte olduğu hissine kapıldım. Geriye baktım ve beni takip eden dev bir kara figür gördüm. Ama aynı zamanda, hiçbir tehlikeyi umursamadan gecenin ve rüzgarın içinde küçük ışığımı korumam gerektiğinin bilincindeydim. Uyandığımda hemen farkına var-

3 Dilimiz, kadından son derece asil sözlerle konuşma becerisini yitirmiştir. Felsefemiz, kullandığımız dil itibarıyla dengesizdir. Nasıl olur da karanlıktan söz edip, ona ışıkla aynı saygınlığı ve değeri veririz?

> dım: Bu figür, taşıdığım küçük ışık sayesinde varlık kazanan, sis bulutları üzerindeki kendi gölgemdi. Bir şeyi daha biliyordum: Bu küçük ışık bilincimdi, sahip olduğum yegane ışıktı. Karanlığın güçlerine kıyasla küçücük ve kırılgan olsa da bir ışıktı, benim tek ışığımdı.[4]

Jung, İsviçreli katı bir Protestan evdeki çocukluğundan tıp öğreniminin katı disiplinine, son derece rafine bir kültür edinme sürecinden geçmişti. Saatler süren yoğun dikkat, ona son derece odaklı bir kişilik kazandırmıştı. Ama bu, rüyasında beliren karanlık ve ilkel yönleri göz ardı etme pahasına olmuştu. Bilinçli kişiliğimiz ne kadar rafine ise, öte yanda o kadar çok gölge oluştururuz.

Jung'un en büyük sezgilerinden biri budur: Ego ile gölge aynı kaynaktan gelirler ve birbirlerini tam olarak dengelerler. Aydınlatmak, gölgelemek demektir; biri olmazsa diğeri var olamaz.

Kişinin gölgesine sahip olması, başka herhangi bir yolla ulaşılamayan kutsal bir yere -bir iç merkeze- ulaşması demektir. Bunu yapamamak, kutsallığımızı gerçekleştirememek ve hayatımızın anlamını kaçırmak demektir.

Hindistan'ın bu kutsallık alanını betimleyen üç terimi vardır: *Sat*, *çit*, *ananda*. *Sat*, yaşamın varoluşsal özüdür (çoğunlukla dengenin sol yanı); *çit*, ideal kapasite (çoğunlukla dengenin sağ yanı); *ananda*, aydınlanma mutluluğu, neşesi, esrimesidir, tahterevallinin dayanma noktasıdır. *Sat* ile *çit* bir araya gelir ve yeterince bilinçli olursa, *ananda*,

---

4 Bkz. C. G. Jung, *Memories, Dreams, and Reflections*, İng. çev. Richard Winston ve Clara Winston (New York: Pantheon, 1963), s. 87-88.
Kitabın Türkçesini Can Yayınları, İris Kantemir'in çevirisiyle *Anılar, Düşler, Düşünceler* ismiyle yayınlamıştır. (e.n.)

yani yaşam neşesi ortaya çıkar. Buna, kişinin kendi gölgesine sahip olmasıyla erişilir.

Aşırı sağ uçtan yola çıkarak eylemde bulunursak, bilerek ya da bilmeyerek bunu sol yandan bir eylemle dengelememiz gerekir. Eşit derecede karanlık bir içerik oluşturduğumuzu bilmek için etrafı kolaçan etmemiz bile gerekmez. Birçok sanatçının özel yaşamlarında çoğu zaman bu denli güç kişiler olmalarının nedeni budur. Ne var ki, karanlığı hazır ürüne katıp gölgede tamamlanmışlık duygusunu yaşayan daha kapsamlı bir yaratıcılık türü vardır. Bu, katışıksız dehadır. Nitelikleri bütünlük, sağlık ve kutsallıktır. Kutsallıktan söz ederken, sözcüğün özgün anlamını da kastediyoruz: Dirim ya da yaşamdan yoksun tek yanlı bir iyilik değil, insanlığımızı bir bütün olarak kucaklama.

Geçenlerde, bir arkadaşım niçin bunca yaratıcı insanın bu açıdan böylesine içler acısı bir halde olduğunu sordu. Tarih, büyük kişiler arasındaki şoke edici ya da eksantrik davranışların hikayeleriyle dolup taşar. Sınırlı yaratıcılık her zaman beraberinde sınırlı bir gölge getirir, oysa kapsamlı yetenekler karanlıktan daha büyük bir payı açığa çıkarırlar. Besteci Schumann delirmiştir; herkes Picasso'nun yaşamının son derece karanlık yanını bilir; keza herkes sıra dışı alışkanlıkları olan yerel dehalar hakkında anlatılanları duymuştur. En yetenekli kişiler en üst derecede acı çekiyor gibi görünseler de, hepimiz yaratıcılığımızı nasıl kullandığımızın ve yeteneklerimize eşlik eden karanlık yanın bilincinde olmalıyız. Bir sanat eseri üretme, nazik bir söz söyleme, başkalarına yardım etme, evimizi süsleme ve ailemizi korumanın, bütün bu eylemlerin terazinin karşı kefesinde eşit ağırlığı olacak ve bizi günaha götürebilecektir. Yaratıcılığımızı reddedemeyiz ya da kendimizi bu şekilde ifade etmekten vazgeçemeyiz; gene de bu dina-

miğin farkında olabilir ve onu telafi etmek için küçük ama bilinçli bazı hareketlerde bulunabiliriz.

İsviçre'nin Küsnacht kasabasında aynı evi paylaşan Dr. Marie-Louise von Franz ile Barbara Hannah'nın bir alışkanlığı vardı: Kim özellikle talihli bir durum yaşamışsa, çöpü hafta boyunca onun dışarı çıkarmasını isterlerdi. Bu yalın ama güçlü bir eylemdir. Simgesel bir dille söylemek gerekirse, bu iki kadın olumlu bir şeyin karanlık yanını ortadan kaldırıyorlardı. Dr. Jung, çoğu zaman arkadaşlarını "Son zamanlarda korkunç başarıların oldu mu?" sorusuyla karşılardı; çünkü o da ışık ile karanlık arasındaki yakın ilişkinin farkındaydı.

Son derece zorlu misafirlere katlandığım bir hafta sonunu hatırlıyorum: Davet edildikleri sürenin ötesinde, günlerce kalmışlardı. Büyük bir sabır ve nezaketle davrandım ve gittiklerinde derin bir oh çektim. Erdemimle güzel bir şey edindiğimi düşündüm, bu yüzden bahçem için güzel bir şey satın almak üzere fidanlığa gittim. Ne yaptığımı bile anlamadan fidancıyla kavga ettim ve kendimi küçük düşürdüm. Gölgemi bilinçli olarak algılayamadığım için, suçu bu zavallı kişinin üzerine atmıştım. Dengeme kavuşmuştum ama kaba saba ve budalaca bir yolla.

Birçok kadın, yaratıcı bir erkeğin karanlık yanının bedelini ödeme yükünü üstlenir; birçok erkek, kadının karanlık yanını -kadının yaratıcılığının yan ürünü olan karanlık yanını- taşıyarak kendini tüketir. En kötüsü, çocukların sık sık yaratıcı anne babalarının karanlık yanını taşımak durumunda kalmalarıdır. Rahibin çocuğunun zorlu bir kişi olacağı, zengin adamın çocuğunun ise anlamsız bir yaşam sürme tehlikesi içinde olduğu herkesçe bilinir.

Üstelik, kültürel icatlarımızın acısını çekiyoruz. Teknolojinin sunduğu olağanüstü imkanlar, seyahat kolay-

lığı ve gündelik yaşamın ağır ve bıktırıcı işlerinden yeni kurtulmuşluğumuz sayesinde tarihteki en yaratıcı çağda yaşıyoruz. Araştırmacılar, ortalama bir evde mekanik aygıtlarımızın yürüttüğü işin yalnızca bir kısmını yerine getirmek için yirmi sekiz hizmetçiye gerek olduğunu tahmin ediyorlar. Nasıl da harika bir çağ! Ama çağın gölgesi, kaçınılmaz olarak, can sıkıntısı ve yalnızlık olarak kendini gösteriyor: Bunlar, oluşturduğumuz verimli toplumun tam zıddı yönler. Küresel düzeyde, savaşı ve siyasal çatışmayı ütopya ve Cesur Yeni Dünya vizyonlarımıza denk düşecek şekilde tırmandırdık. Modern toplumumuzun yüksek yaratıcılığını, ancak ona eşlik eden gölgeyi tanırsak ve o gölgenin bedelini zekice ödersek koruyabiliriz.

Öyleyse, kişi güzel ya da iyi bir şeyi ona denk bir yıkıma yol açmadan nasıl üretebilir? Gerçekliğin bu diğer boyutunu *ritüel olarak* kabul edersek, ideallerimizi yaşamamız, elimizden gelenin en iyisini yapmamız, nazik olmamız, işimizde başarılı olmamız ve düzgün, uygar bir yaşam sürmemiz mümkün olur. Bilinçdışı, 'gerçek' bir edim ile simgesel bir edim arasındaki farkı ayırt edemez. Bu, şu anlama gelir: Güzellik ve iyiliği hedef edinebilir ve o karanlığın bedelini simgesel bir yolla ödeyebiliriz. Bu, bize bakım giderini hesabın sol yanında tutma olanağı verir. Kutsal Kitap örfüne göre, kişi bunu gün batımından önce ya da en azından Sebt Günü'nden önce başarabilirse, iç ahengini koruyabilir.

Örnek: Gölgemin bedelini zorlu misafirleri ağırladıktan sonra ödersem, gölgemi masum bir yabancının üzerine atmamış olurum. Gölgeme itibar etmem gerekir çünkü o benim bütünleyici bir parçamdır; ama onu başkasının omuzlarına yükleyemem. Misafirlerim gittikten sonra gölge birikimime beş dakikalık bir tören ya da tanıma

süresi ayırma onu tatmin edecek ve çevremi karanlıktan koruyacaktır.

Gölgenin, kişinin mesleğinde belirdiği zamanlar vardır. Konferanslarımda ve kitaplarımda disiplin ve sıkı çalışma yoluyla en iyi sunumu ortaya koymak için büyük bir çaba harcarım. Kişi böyle bir disipline sahip olmasa, bütün kültür dünyası çökerdi. Ama bu hemen içimdeki en kötüyü devreye sokup gölgemi harekete geçirir. Elimden geldiğince onu gözden uzak tutarım, zaman zaman kendini gösterdiğinde de aşırı derecede sıkılırım. Gene de gölgeyi bilinçdışında bırakır ve onunla ilgili akıllıca hiçbir şey yapmazsam, büyük bir bedel ödemem gerekir. Bu dengesizliği hemen gidermezsem, çok geçmeden birine kabalık ederim, karakterimin son derece itici bir yanını sergiler ya da depresyona yakalanırım. Gölge, bir biçimde -akıllıca ya da budalaca- hakkını talep edecektir.

Bu, yaratıcı olduğum kadar yıkıcı, aydınlık olduğum kadar karanlık olmam gerektiği anlamına mı gelir? Evet ama karanlık bedeli nasıl ya da nerede ödeyeceğimi belli ölçüde denetleyebilirim. Belli bir yaratıcı çalışmanın hemen ardından, bir merasim ya da ritüel yapıp dengemi bu yolla sağlayabilirim. En iyisi, bunu tek başımayken yapmam ve çevreme ya da yakınımdaki herhangi bir kimseye zarar vermememdir. Sıradan bir vurdulu kırdılı hikaye yazabilirim (karakterleri çok uzaklarda aramam gerekmeyecektir çünkü tahterevallimin öteki yanı çoktan harekete geçmiştir) ya da karanlık yanı onurlandıracak aktif bir düş gücü[5] ortaya koyabilirim. Bu simgesel edimler hayatımı dengelemeye yarar, kimseye zarar vermez ve kimseyi in-

5 Bu sanatın bir tarifi için bkz. Robert A. Johnson, *Inner Work: Using Dreams and Active Imagination for Personal Growth* (San Francisco: Harper & Row, 1986).

citmez. Dinsel törenin büyük bir bölümü, dengenin sol yanının telafi edici şekilde işlemesini sağlama amacı güder.

Katolik Ayini, kültürel yaşamımızı dengelemenin başyapıtıdır. Kişide görme cesareti varsa, Ayin en karanlık şeylerle doludur: Ensest, ihanet, ret, işkence, ölüm ve daha kötüleri. Bütün bunlar kişiyi aydınlanmaya götürür ama ancak karanlık yan olabildiğince canlı resmedildikten sonra. Kişi üst derecede bir bilinç hali içinde Ayin'e gittiyse, onun korkunçluğu karşısında titrer ve dengeleyici etkisiyle günahlarından arınır. Ayin modernize edilip kültürel sürece hizmet eder hale getirilince, etkisinden çok şey yitirdi. Kişinin Ayin'de korkudan sararıp solması gerekir.[6]

Hıristiyanlığın merkezi simgesi haç, ortada iki eksenin buluştuğu ikili bir tahterevallidir. Haç, sağ ile solu ve aynı zamanda yüksek ile alçağı dengelemek için bir çerçeve sunar. Kişi bu dengeye ve onun imlediği kapsayıcılığa saygı gösterebilirse, gerçekten 'katolik' ('tüm' ya da 'tam' anlamında) olacaktır. Bu sözcüğü mezhepçi dar kapsamı dışına çıkarıp, ona özgün anlamının genişliğini vermek gerekir. O zaman, olağanüstü bir aydınlanma sunacaktır bize.

Batı Hıristiyanlığı, haçın bir kolunu ötekinden daha uzun yaparak, kendi dengesizliğini açığa vurur. Toprakla ilintili, dişil ve duygusal öğelerden çok gerçekliğin ruhsal öğesini vurguladığımız için, bunu haçın aşağıdaki kolunu

---

6 Ayin'in yüce dengeleyici etkisi eski günlerdeki gibi etkili olmadığından, bugün daha az etkili dengeleme yollarına başvuruyoruz. Korku filmleri, gangster hikayeleri, şiddet, manşetlerimizde gösterişli ya da şoke edici bir şeylerden söz etme modası, cinayet gizlerinin popülerliği... Bütün bunlar, yüksek üretkenliğimizi ve yaratıcılığımızı telafi eden unsurlardır. Ama bunlar, daha önceki kültürlerin sanat yapıtlarına kıyasla hantal öğelerdir.

öteki üçünden daha büyük yapmakla telafi ediyoruz. Rum Ortodoks ve Doğu Ortodoks kiliseleri, bu konuda daha bilinçlidirler ve haçlarının kolları eşit uzunluktadır.

Batı haçının nasıl bu şekle dönüştüğünün bir açıklaması var. Hıristiyanlık yaşamın topraksı, dişil yönlerinin şimdiye göre varlığın çok daha geniş bir bölümünü kapladığı bir dönemde biçim kazanmıştı. Pek çok kişi kuyudan su çekiyor, ulaşım için yürüyor ya da binek hayvanlarına biniyor, tarla sürüyor ve ürün hasat ediyordu. Yazgıları, doğanın ve cinselliklerinin insafına kalmıştı. Hıristiyanlık, yaşamın daha az bilinen manevi yönünü vurgulamaya çalıştı. Bu, kırsal kesim dışında yaşayanlar için doğruydu. Ama bugün durumumuz bunun oldukça tersidir. Ayağımızı toprağa değdirmeden haftalarca yaşayabiliyoruz ve pek az şehir sakininin bitki yetiştirmekle ilgisi var. New York mandırası yetkilileri, birçok yoksul çocuğun sütün nereden geldiğini bile bilmediklerini keşfettiklerinde, küçük bir mandıra kurup okullarda sütün nasıl sağıldığını göstermişlerdi.

Modern insanlara yönelik bir ilahiyat, yeni bir vurgu da gerektirir. Aynı temel yasalar egemenliğini sürdürmektedir ama bütünlüğe doğru ilerlemenin ve kendimizi dengelemenin farklı yollarına ihtiyacımız var. İdeal devlette haçın oranları eşittir ama koşullara ve bu incelikli ilişkiyi irdelediğimiz yaşam dilimine bağlı olarak tek tek her birey için değişiklik gösterecektir (erkek ile kadın için perspektif farklı olabilir). Ne zaman kendimizi bulsak, yaşamımızın gölgede uzanan kısmına itibar etmemiz, unuttuğumuz ya da göz ardı ettiğimiz nitelikleri rehinden kurtarmamız gerekir.

Kişinin kendi doğasının karanlık yanını reddetmesi, karanlık depolamak ya da biriktirmek demektir. Bu daha

sonra kasvetli bir ruh hali, psikosomatik hastalık ya da bilinçdışının neden olduğu kazalar şeklinde dışa vurulur. Halihazırda, aydınlık yanına tapıp karanlığı reddeden bütün bir toplumun birikimiyle uğraşıyoruz ve bu kalıntı savaş, ekonomik kargaşa, grevler, ırksal hoşgörüsüzlük olarak kendini gösteriyor. Herhangi bir gazetenin ilk sayfası, kolektif gölgeyi üzerimize fırlatıyor. Hoşumuza gitse de, gitmese de bütün olmalıyız; şu ikisinden birini seçmek durumundayız: Gölgemizle bilinçli olarak ve belli bir saygınlıkla bütünleşmek ya da bunu belli bir nevrotik davranışla yapmak. George Bernard Shaw, işkencenin tek alternatifinin sanat olduğunu söylemiştir. Bunun anlamı şudur: Ya yaratıcılığımız törensel ya da simgesel dünyayla uğraşır ya da onun alternatifi olan kabalıkla yüzleşmek durumunda kalırız.

Parçalanmış dünyamızın onarımı, kendi gölgelerine sahip olma içgörüsüne ve cesaretine sahip bireylerle başlamalıdır. İnsanlığın içsel yansıtma mekanizması güçlü şekilde işliyorsa, 'dışarıdaki' hiçbir şeyin yararı olmayacaktır. Kişinin kendi gölgesini 'dışarıdaki' komşusu ya da bir başka ırk ya da kültürde görme eğilimi, modern ruhun en tehlikeli yönüdür. Bu, yirminci yüzyılda iki yıkıcı savaşa yol açmıştır ve bizi modern dünyamızın bütün önemli başarılarının yıkılması tehdidiyle karşı karşıya bırakmaktadır. Hepimiz savaşı kötülüyoruz ama toplu olarak ona doğru ilerliyoruz. Bu kaosu meydana getiren dünyanın zalimleri değil, her birimizin katkıda bulunduğu kolektif gölgedir. İkinci Dünya Savaşı, bize gölge yansıtmasının sayısız örneğini sunmuştur. Dünyanın en uygar milletlerinden biri olan Almanya, kötücül gölgesini Yahudi halkına yansıtma budalalığına kapılmıştır. Dünya bu tür bir yıkımın benzerini görmemişti, gene de naif bir tutumla bu

yıkımın üstesinden geldiğimizi düşünüyoruz. 1990'lı yılların başlarında, Berlin Duvarı'nın yıkılması ve Sovyetler Birliği ile yeni bir ilişkiyle kısa bir coşku dönemine girdik, üstelik karanlık günleri geride bıraktığımızdan emindik. Yıllar süren Soğuk Savaş'tan sonra, Amerika Birleşik Devletleri ile Sovyetler Birliği arasındaki gölge yansıtmasının bitmeye yüz tutması adeta bir mucize gibi görünmüştü. Oysa burada insan yaratıcılığının neler yapabileceğine dair bir örnek var karşımızda: Bu ilişkiden salıverilen enerjiyi bilinçsizce alıp gölgeyi bir başka yere koyduk!

Yalnızca aylar sonra, ardında ürkütücü bir teknolojik güç bulunan bir başka mücadeleye giriştik. Amerika Birleşik Devletleri Basra Körfezi'nde savaşmaya gittiğinde, ilkel psikolojinin yükselişini bir kez daha gördük (her iki yanın, karşıtına şeytanlar ve iblisler yansıtmasıyla birlikte). Nükleer silahlardan destek alan bu tür bir davranış, dünyanın tahammül edemeyeceği bir davranıştır. Gölgeyi gölgeye kırdıran ve sonu kesinlikle felaketle bitecek olan bu savaşları engellemenin bir yolu var mı?

Batı geleneği, az sayıda insanın bile bütünlüğe ulaşması halinde bütün dünyanın kurtulacağını vaat eder. Tanrı, Sodom ve Gomorra'da tek bir dürüst kişinin bulunması halinde bu şehirlere dokunulmayacağı vaadinde bulunmuştur. Bu vaadi tarihsel bağlamından alıp kendi içsel şehrimize uygulayabiliriz. Gölge çalışması, büyük bir olasılıkla dış şehre yardım etmenin ve daha dengeli bir dünya yaratmanın tek yoludur.

Korkunç bir atasözüne göre, her kuşak kendi savaşını yapmalı, bu sayede gençler savaş alanının kan ve kargaşasını tadabilmelidir. Kara ve deniz kuvvetlerimizin toplumumuzda yüksek bir yeri vardır ve herhangi bir geçit töreni ya da askeri bando, genç olsun yaşlı olsun insan-

ların damarlarındaki kanı kızıştırır. Savaşı ve onun akıllı bir toplumdaki yerini bilinçli olarak sorgulasam da, soğuk bir akşam Strazburg'da damarlarımdaki bu kızışma duygusuna ben de kapıldım. Sokaktan renkli üniformaları, arkadaşlıkları ve neşeli şarkılarıyla geçen bir Fransız yabancı lejyon birliği gördüm ve onlara katılmak için her şeyimi verirdim. Kendi gölgem yüze çıkmış ve bir an damarlarımdaki kızışmış kan, akıl ile düşünceyi bütünüyle egemenliği altına almıştı.

Bütün bir nesil, gölge mizacının büyük bir bölümüne hiç dokunmadan modern, uygar bir yaşam sürebilir. Sonra, öngörülebileceği üzere -geçmesi gereken süre yirmi yıldır- o yaşanmamış gölge patlak verecek ve hiç kimsenin istemediği ama kadın erkek herkesin katkıda bulunduğu bir savaş çıkacaktır. Belli ki, gölgenin dışavurumuna yönelik toplu ihtiyaç, karanlığı zaptetmeye yönelik bireysel kararlılığı aşar. Bundan ötürü, disiplinli bir yaratıcılık çağını her zaman şaşırtıcı bir yıkım sergileme izler. Gölgeyle baş etmenin daha iyi yolları vardır ama onlar herkesçe bilinir hale gelinceye kadar, bu patlak vermeleri en yıkıcı biçimiyle yaşamaya devam edeceğiz.

Dr. Jung, Birinci ve İkinci Dünya Savaşları gibi uzun ve karmaşık bir savaşı vermenin incelikli ve disiplinli bir toplumu gerektirdiğini belirtmiştir. Jung'a göre, ilkel insanlar söz konusu olsa savaşlarından birkaç hafta içinde sıkılır, evlerine giderlerdi. Daha dengeli hayatlar yaşadıkları ve merkezden hiçbir zaman bizim gibi uzaklaşmaya kalkışmadıkları için, büyük bir gölge birikimine sahip olmazlardı. Savaşı yüksek gelişme aşamasına getirenler uygar insanlar olmuştur. Dolayısıyla, uygarlık ne kadar büyükse, kendi yıkımı üzerine o kadar odaklanır. Umarız evrim, her birimizin karanlık yanımızı alıp onu zor kazanılmış ışıkla

birleştirebileceğimiz ve karanlık yanımızı iki yanın karşıtlığından daha iyi bir şeye dönüştürebileceğimiz kadar hızlı yol alır. Bu gerçek bir kutsallık durumu olurdu.

Yansıtmadaki Gölge

Dengenin sol yanına ilişkin bilincimizi korumaz ve ona saygın bir dışavurum olanağı sağlamazsak ne olur?

Gölge üzerinde bilinçli olarak çalışmazsak, gölge hemen her zaman yansıtılır. Başka bir deyişle, gölgeyi başka bir kişinin ya da başka bir şeyin üzerine atar, böylece onun sorumluluğunu üstlenmeyiz. İşler beş yüz yıl önce böyle yürüyordu, çoğumuz hala bu Orta Çağ bilincine takılı kalmış durumdayız. Orta Çağ dünyası, karşılıklı gölge yansıtmasına dayalıydı ve şu unsurlar üzerinden serpiliyordu: Kale [içi yaşama] zihniyeti, zırh, surla çevrili şehirler, zor kullanarak işgal, kadına ait her şeye erkeğe tanınan ayrıcalıkla el konulması, kraliyet kayırmaları, birbirlerinin kapılarında sürekli kuşatma halindeki şehir-devletler. Orta Çağ toplumu neredeyse bütünüyle, tek yanlılıklarıyla bilinen ataerkil değerlerle yönetiliyordu. Kilise bile gölge siyasetine katılıyordu. Yalnızca aziz adını verdiğimiz bireyler (hepsi ad olarak bilinmez ya da ünlü değildir), Benedikten manastırları ve batıni topluluklardan bazıları, bu yansıtma oyunundan uzak durmuşlardır.

Bugün pek çok sektör gölgelerimizi kendimize saklamamız için uğraşır. Sinema sektörü, moda tasarımları ve romanlar gölgemizi yerleştireceğimiz kolay yerler sunarlar bize. Gazeteler her gün felaketlerden, cinayetler ve korkunç haberlerden payımıza düşeni sunup gölge mizacımızı dışsal olarak beslerler, oysa yapılması gereken kişiliğimizin bütünleyici bir parçası olarak gölgenin içsel-

leştirilmesidir. Karanlığımızı dışımızdaki bir şeye yatırdığımızda, geriye bütünlükten yoksun kişiliklerimiz kalır. Yansıtma her zaman özümsemeden daha kolaydır.

İnsanların kendi gölgelerini kendi adlarına başkalarına taşıttıkları bu dönem, insanlık tarihinde kara bir sayfadır. Erkekler gölgelerini kadınlara, beyazlar siyahlara, Katolikler Protestanlara, kapitalistler komünistlere, Müslümanlar Hindulara yüklüyorlar. Mahalleler bir aileyi günah keçisi ilan ediyor ve bu insanlar bütün topluluğun gölgesini taşıyorlar. Gerçekten de her grup, üyelerinden birini bilinçdışı olarak günah keçisi seçiyor ve ona topluluğun karanlığını taşıtıyor. Kültürün başlangıcından beri bu böyle. Aztekler her yıl gölgeyi taşımaları için bir delikanlı ile bir genç kızı seçiyor, sonra onları törenle kurban ediyorlardı. Umacı sözcüğünün ilginç bir kökeni vardır: Eski Hindistan'da her topluluk bir kişiyi 'umacı' seçiyordu. Bu kişi yılın sonunda öldürülüyor ve topluluğun kötü eylemlerini kendisiyle birlikte götürüyordu. İnsanlar bu hizmetten ötürü öyle minnettardı ki; umacı ölünceye kadar herhangi bir iş yapmıyor ve ne isterse sahip olabiliyordu. Ona öte dünyanın temsilcisi gibi davranılıyordu. İçinde toplu gölgenin gücü olduğu için, son derece güçlü ve korkulan bir kişiydi. Hindistan'dan Batı'ya, aynı tehdit hala varlığını sürdürür: "Uslu durmazsan, seni umacı alıp götürür!" Çocukları yaşamın karanlık yanıyla böyle korkutup, iyiliğe yönlendiriyoruz.

Eski Ahit'te bir halkın gölgesini (günahlarını) uzaklaştırmanın aracı olarak pek çok Tanrı'ya kurban verme örneği vardır. Antik Çağ ve Orta Çağ insanının, gölgesi ile onu bir düşmana yansıtarak başa çıkabildiği öne sürülebilir. Ama modern insan, bu tehlikeli süreci devam ettiremez. Bir Yeni Çağ üretmek istiyorsak, bilincin evrimi gölgeyi benliğimizin parçası kılmamızı gerektiriyor.

Bu olağanüstü bir konudur, gene de gölge kendini çoğu zaman olağan ve sıradan yollarla belli eder. Babası emekli bir Cambridge profesörü olan bir arkadaşım vardı. Ailenin yaşlı ve geçimsiz köpeğinin her kış bir kulübeye koyulması gerekiyordu. Gene de her bahar yeniden eve getirildiğinde, bütün ev halkı mutlu oluyordu. Yaşlı adam artık kendi gölgesini öteki aile üyelerine yansıtacağına, köpeği tekmeliyordu. İnsanların karanlık yanlarını taşıması için bir ev hayvanını barındırmaları az rastlanan bir şey değildir.

Büyük bir olasılıkla, en kötü zarar anne ve babalar kendi gölgelerini çocuklarına yansıttıklarında olur. Bu o kadar yaygındır ki, birçok insan anne ve babasının gölgesini üzerinden atıp kendi yetişkin yaşamına başlayabilmek için çok büyük bir çaba göstermek zorundadır. Anne ya da baba gölgesini küçük bir çocuğa yansıtırsa, bu, çocuğun kişiliğini böler ve ego-gölge savaşını harekete geçirir. Bu çocuk büyüdüğünde, büyük bir gölgeyle (hepimizin taşıdığımız kültürel gölgeden daha fazlasıyla) başa çıkmak zorunda kalacak ve o gölgeyi kendi çocuklarına da yansıtma eğilimi gösterecektir. Kutsal Kitap bize, 'babanın işlediği suçun hesabının çocuklarından, üçüncü, dördüncü kuşaklardan sorulacağını' söyler. Çocuklarınıza en iyi armağanı, yaşama olabilecek en iyi girişi vermek istiyorsanız gölgenizi üzerlerinden çekin. Psikolojik olarak söylemek gerekirse, onlara temiz bir miras vermek en büyük mirastır. Üstelik, gölgenizi kendi özel psikolojik yapınıza -gölgenizin ilk kez ortaya çıktığı ve bütünlüğünüz için olması gereken yere- geri çekmekle kendi gelişiminizde de çok büyük bir aşama kaydedersiniz.

Dr. Jung, hiç rüya görmediğinden yakınarak analize gelen bir erkek hastasından söz eder. Adam bu yakınmanın ardından, beş yaşındaki oğlunun çok canlı rüyalar gördü-

günü belirtir. Jung, oğlanın rüyalarını babanın yaşanmamış gölgesi olarak alır ve bunları adamın kendi psikolojisinin bir parçası olarak değerlendirir. Bundan bir ay sonra, baba kendi rüyalarını görmeye başlar ve oğlanın canlı rüyaları son bulur. Artık Jung'un hastası, kendi yüklerini bilinçdışı olarak oğluna taşıtmak yerine kendisi üstlenmiştir.

Benim babam sakatlığa sığındı ve potansiyelinin çok azını yaşadı. Bunun bir sonucu olarak, uğraşmam gereken iki hayatım varmış gibi hissediyorum: Kendi hayatım ve babamın yaşamadığı hayatı. Bu ciddi bir yük ama bu görevi bilinçli olarak üstlenirsem yaratıcı boyutları olabilir. Bu tür şeyler, ancak ne yaptığımızı bilecek yaş ve olgunlukta olduğumuz zaman mümkündür; gene de orta yaşa ulaşmadan bu tür bir bilgelikten yoksunuzdur.

Kuşaktan kuşağa aktarılan acı çekmenin boyutları gerçekten azımsanacak gibi değildir. Harry Truman ABD başkanı olduğunda, masasının üzerinde "Bütün sorumluluk bende" yazan küçük bir levha vardı. Bir tek sorumluluğu çocuklarımızın üzerine atmaktan vazgeçsek, çocuklarımıza en büyük iyiliği etmiş oluruz.

Bana sık sık bir başka kişiden gelen gölge yansıtmasını geri çevirmenin mümkün olup olmadığı sorulur. Ama bu ancak kişi kendi gölgesini gereğince idare edebiliyorsa sonuç verir. Bir gölge yansıtması aldığımızda genellikle kendi gölgemiz patlak verir ve savaş kaçınılmaz olur. Kendi gölgemiz, içine düşecek bir kibrit bekleyişindeki benzin kutusu gibiyse, sizi sinirlendirmek isteyen herkesin oyuncağı olursunuz. Başkasının gölgesini kabul etmemek için karşı tarafla savaşmaz, iyi bir matador gibi boğanın geçip gitmesine izin verirsiniz. Uzun süre önce bana başvuran bir kadını hatırlıyorum; kocası, kendi gölgesini ona yansıtmayı emeklilik eğlencesi haline ge-

tirmişti. Kadın daha önce her gün ağlamaya başlamış ve ikisi de belli ki bu yıkımı durduramamıştı. Kadına, kocasının gölgesini reddetmesini öğrettim: Ne kavga etmeli ne soğuk davranmalıydı, yalnızca kendi duygularına hakim olmalıydı. Kadın kocasının tuzağına düşmediği için, ev günlerce gölgenin gücüyle sarsıldı. Sonunda adam ne yaptığını gördü ve aralarında nitelikli bir sohbet mümkün hale geldi. Gölge asıl kaynağına döndü ve son derece yapıcı bir nitelik edindi.

Mahatma Gandi'ye atfedilen harika bir söz vardır: "Eski adalet yasasının -göze göz, dişe diş- izinden giderseniz, sonunuz kör ve dişsiz bir dünya olur." Kendi gölgenizi bilinçli olarak denetlediğinizde, gölge yansıtmasını reddedebilir ve sonsuz bir intikam döngüsünü durdurabilirsiniz. Başkasının gölgesiyle karşı karşıya olup karşılık vermemek, dehanın ta kendisidir. Kimsenin kendi gölgesini size yüklemeye hakkı yoktur ve kendinizi savunma hakkına sahipsiniz. Gene de hepimiz bu saldırılara uğramanın ne kadar kolay -ve ne kadar insani- olduğunu biliriz. Zaman zaman içimizdeki bilinçli gözlemci geriye çekilip şöyle der: "Bakıyorum da halime şükrediyorum." Jung, düşmanlarımız için şükredebileceğimizi, çünkü onların karanlıklarının kendi karanlığımızdan uzak durmamızı sağladığını söylüyordu.

Biriken istismar yalnızca başkalarına değil, kendimize de çok zarar verir; çünkü gölgemizi yansıttığımızda, kendi psikolojimizin temel bir unsurundan vazgeçmiş oluruz. Bu karanlık yön ile kendi gelişimimiz için bağlantı kurmamız gerekir; ayrıca onu başkalarına atmaya, bu tuhaf ve istenmeyen duyguları başkalarına hileyle benimsetmeye çalışmaya hakkımız yoktur. Zorluk şuradadır: Birçoğumuz her iki tarafı da potansiyel bütünlü-

günden yoksun bırakan çetrefilli bir gölge değiş tokuşu ağı içinde yaşarız. Gölge, önemli ölçüde enerji de içerir ve dirimselliğimizin esasını oluşturur. Çok kültürlü ve kültürüyle eşit derecede güçlü gölgesi olan bir bireyin büyük bir kişisel gücü vardır. William Blake, benliğin bu iki parçasını uzlaştırma gereğinden söz ediyordu. Blake cennetten biçimi, cehennemden ise enerjiyi alıp bu ikisini birleştirmemiz gerektiğini söylüyordu. İç cennetimiz ve iç cehennemimiz ile yüzleşebildiğimizde, bu en yüksek yaratıcılık biçimidir.

Genel olarak gölge yansıtmasını savuşturmamız ve başkalarının bize yönelik saldırılarına karşı kendimizi korumamız gerekirken, bazen onların gölgesini bilinçli bir şekilde taşıyarak çok yararlı olabiliriz. Bu konuyla ilgili olağanüstü bir öykü vardır; öykü bize geri çekilip hiçbir şey yapmadığımızda ve yansıtmanın seyrini tamamlamasına izin verdiğimizde nelerin olacağını gösterir. Küçük bir balıkçı köyündeki genç bir Japon kızı hamile kalmış ama hala anne ve babasının evinde yaşıyormuş. Bütün köylüler çocuğun babasının adını vermesi, haini açığa vurması için kıza baskı yapıyormuş. Pek çok öfkeli sözden sonra, nihayet kız itiraf etmiş. "Çocuğun babası rahip" demiş. Köylüler bu konuda rahiple yüzleşmişler. Rahip, "Demek öyle" demekle yetinmiş.

Sonraki aylar boyunca, insanlar bu basit rahibe karşı diş biler olmuşlar. Sonra, bir süredir köyden uzak olan genç bir adam geri dönmüş ve kızla evlenmek istemiş. Onun çocuğun babası olduğu ve kızın onu korumak için muhtemel olmayan bir hikaye uydurduğu anlaşılmış. Bunun üzerine köylüler rahibe gidip özür dilemişler: "Demek öyle" demiş rahip.

Bu hikaye, başkaları gölge çalışmalarını yürütürken beklemenin gücünü ortaya koyar. Rahip, sessizliğiyle

köylülere büyük bir iyilikte bulunmuştur; duruma karşı çıkmayarak ya da durumu yadsımayarak insanların soruna kendi aralarında çözüm bulmalarına alan tanımıştır. İnsanlar sonradan şunları sormak zorundaydılar: "Niçin kıza inanmaya bu kadar hazırdık? Niçin rahibe karşı taraf olduk? İçimizde duyduğumuz huzursuzluk ve kaygısızlıkla nasıl yüzleşebiliriz?"

Bu tür şeylerin başarılması ancak kendi gölgemizi gereğince idare edebiliyorsak ve kendi misillememizi planlama ayartısına kapılmıyorsak mümkündür. Bir armağan verip, daha sonra onu arka planda gizlenen gölgemsi bir nitelikle bozmanın ne kadar kolay olduğunu hatırlamak zorundayız.

Düşmanlarımızı sevmemiz tavsiye edilir ama iç düşmanımız, kendi gölgemiz saldırmak ve kışkırtıcı bir durumu olabildiğince kullanmak üzere beklerken bu mümkün değildir. İç düşmanı sevmeyi öğrenebilirsek, o zaman dış düşmanı sevme -ve bağışlama- şansımız da olur.

Belki de edebiyatta ego ile gölge buluşmasının en büyük örneği olan Goethe'nin *Faust*'u, egosu ile gölgesi arasındaki yaşanmaz uzaklık yüzünden intihar noktasına gelen -tahterevallisinin dengesi neredeyse kırılacak kadar zorlanan- solgun, yaşam enerjisini yitirmiş bir profesörü ele alır. Bu noktada Faust, aynı derecede olanaksız gölgesi Mefisto ile karşılaşır; Mefisto onun karşısına majesteleri şeytan olarak çıkar. Karşılaşmadaki enerji patlaması aşırıdır. Gene de direnirler ve ikisi arasındaki uzun, canlı hikaye ego ile gölgesini uzlaştırma yönündeki en iyi derstir. Faust, cansızlığından kurtulup tutkulu, dinç bir kişi haline gelir; Mefisto ahlakdışı yaşamından kurtulur ve aynı zamanda sevme yeteneğini keşfeder. *Sevgi*, Batı geleneğinde bu ego-gölge sentezini betimlemeye elverişli tek sözcük-

tür.[7] *Faust*, büyük bir güçle şunu ortaya koyar: Egonun kurtuluşu, ancak gölgenin kurtuluşunun ona paralellik göstermesi ile mümkündür. Gölge bilince çekildiğinde daha yumuşak, daha esnek, daha uysal hale gelir. Faust'un karakteri, gölgesinin eklenmesiyle bütünlenir. Mefisto ile karşılaşması Faust'un bütünlüğünü kazanmasını sağlar, bunun tersi de doğrudur. Daha doğru bir deyişle, egonun da gölgenin de kurtuluşu için ikisinin dönüştürülmesi şarttır.

Bu ikisinin birbiriyle teması, onları başlangıçtaki bütünlüklerine döndürür. Bu, cennet ile cehennem arasındaki bölünmeyi iyileştirmenin ta kendisidir. Şeytan (gölgemizin bir başka adı), bir zamanlar cennet topluluğunun bir parçasıydı ve kıyamet günü geldiğinde doğru yerine geri döndürülmesi zorunludur. Bu geniş kapsamlı mitolojik ifade, bireysel ruh için de geçerlidir: Bu söz bize, gölgeyi aslına döndürmenin ve reddedilmiş niteliklerimizi redden kurtarmanın her erkek ve kadının görevi olduğunu söyler.

Gölgedeki Altın

Gölgenin kişinin karanlık, kabul edilemez parçası olduğunu yazdım. Ama kişinin en iyi yönlerini bir başka kişi ya da duruma yansıtmasının mümkün olduğunu da belirttim. Kahramanlara tapma kapasitemiz katışıksız gölgedir; bu durumda en iyi niteliklerimizi reddeder, bunları bir başkasının üzerine atarız. Anlaması zordur ama çoğu zaman soylu özelliklerimizi taşımayı reddeder, onların ye-

---

7 Bu büyük tiyatro yapıtının ayrıntılı bir incelemesi için bkz. Robert A. Johnson, *Transformation: Understanding the Three Levels of Masculine Consciousness* (San Francisco: Harper-Collins, 1991).

rine gölge bir ikame buluruz. On dört yaşındaki delikanlı, on altı yaşındaki bir gence kahraman gibi tapar ve ondan on dört yaşındaki birinin henüz yapamayacağı şeyleri üstlenmesini ister; birkaç ay içinde o kapasiteyi özümser ve daha kısa bir süre önce gölgeye sürdüğü şeyi yaşamaya başlar. Büyük bir olasılıkla, daha sonra on sekiz yaşındaki biri kahramanı olur ve çok geçmeden ona yetişir. Genellikle gelişme, bu aracı -ilerlemesinin bir sonraki aşamasını devreye sokma- kullanır. Bugünün kahramanı, yarının sıradan kişisidir.

Analizimin başlarında irkiltici bir rüya görmüştüm: Rüyamda o zamanlar kahramanım olan Albert Schweitzer'i yiyordum. Abartılı niteliğini özüne indirgemek gerekirse, rüya şunu söylüyordu: Schweitzer benzeri bir niteliği kabul edip, artık bu niteliği dışarıdaki bir kahramana yansıtmaktan vazgeçmeliydim. Elbette bu bir derece meselesi ama rüya artık bir Albert Schweitzer olduğumu söylerken haklıydı. Bütün kahramanların içselleştirilmesi gerekir. Elbette benliğimin çocuksu kısmı bu gelişmeye var gücüyle direniyordu.

O zamanlar şunu düşünmüştüm: "İnsan kişiliğinin bunca çok yönünü yaşamak nasıl mümkün oluyor?" Schweitzer'in müzik, tıp ve felsefe alanlarında doktora derecesi vardı ve büyük bir iyilikseverdi. Açık olarak bir Rönesans insanıydı. Gene de kendi potansiyelimi onun taşımasına izin veremezdim; kendi ilgi alanlarımın -müzik, psikoloji ve tıp- izinden gidip, onları yeteneklerimin elverdiğince birleştirmek bana düşüyordu.

En iyi niteliklerimizi yansıtma kapasitemizi irdelediğimizde şaşırırız. Adeta cennete çok erken kavuşmaktan korkar gibiyizdir! Egomuz açısından, yüce bir özelliğin belirmesi bütün kişilik yapımızı altüst edebilir. T. S. Eliot,

Katedralde Cinayet adlı oyununda bunu çok güçlü bir biçimde betimlemiştir:

> Bağışla bizi, Rabbim, kabul ediyoruz: Sıradan insanlarız biz,
> Kapıyı kapatıp ateşin başına çöken kadınlarla erkekleriz;
> Biz ki, korkarız Tanrı'nın lütfundan, Tanrı'yla gecenin yalnızlığından,
> istenen teslimiyetten, yoksunluğun ezasından;
> Biz ki, Tanrı'nın adaletinden çok insanların adaletsizliğinden korkarız;
> Biz ki, penceredeki elden, saman damdaki yangından,
> meyhanedeki yumruktan, suyolundaki saldırıdan korkmayız,
> Tanrı sevgisinden korktuğumuz kadar.[8]

Jungçu bir analist ve San Diego'da Episkopal Kilisesi rahibi olan dostum Jack Sanford, ustaca hazırladığı konferanslarından birini veriyordu ve bildik özenli üslubuyla şu şaşırtıcı yorumda bulundu: "Bilmelisiniz ki, Tanrı gölgenizi egonuzdan çok daha fazla sever!" Göklerden bir şimşek ya da en azından dinleyicilerden büyük itirazlar bekliyordum. Kimse tek kelime etmedi ama onunla daha sonraki bir konuşmamızda yorumunu açtı:

---

8 T. S. Eliot, *Murder in the Cathedral, The Complete Poems and Plays: 1909–1950* içinde (New York: Harcourt Brace, 1971), s. 221.
Kitabın Türkçesini Binbirdirek Kitabevi, Turgut Akman'ın çevirisiyle *Katedralde Cinayet* ismiyle yayınlamıştır. (e.n.)

> Ego ...öncelikle kendini savunmakla ve tutkularının ilerlemesiyle uğraşır. Buna müdahale eden her şey bastırılmalıdır. [Bastırılan] öğeler ...gölge haline gelir. Çoğu zaman bunlar özü itibarıyla olumlu niteliklerdir.
>
> Kanımca iki 'gölge' vardır: (1) egonun karanlık yanı (bu yan, egodan özenle gizlenir ve yaşamın zorlukları egoyu zorlamadıkça ego onu kabul etmez); (2) ego merkezciliğimize karışmasın diye bastırılan ve ne kadar şeytani olursa olsun, temel olarak benlik ile bağlantılı olan yan.
>
> Bir restleşmede Tanrı (benlik), gölgeyi egoya tercih eder çünkü gölge, ne kadar tehlikeli olursa olsun, merkeze daha yakın ve daha sahicidir.[9]

İnsan doğasının aydınlık ve karanlık yanları üzerine bu yeniden değerlendirmeyi dinlemeye pek de hazır olmayan bir çağda yaşıyoruz. Ama uygarlığın tamamının büyük bir olasılıkla yok olacağı çatışmadan uzak durmak istiyorsak, dinlemek zorundayız. Artık yaşanmamış yanımızı bir başkasına yüklemeye devam edemeyiz.

Jung, analizdeki bir hastadan utanç verici bir sırrı açmanın o kadar da zor olmadığı ama gölgeden altın elde etmenin son derece zor olduğu konusunda bizi uyarıyordu. İnsanlar en karanlık yanlarından ne kadar korkarlarsa, soyluluk kapasitelerinden de o kadar korkarlar. Bir kişide altın bulursanız, gücünün son zerresine kadar ona karşı koyacaktır. Kahramanlara bu kadar sık tapınmaya başvurmamızın nedeni budur. Bir Dr. Shweitzer'e uzaktan hay-

---

9 Bu konu hakkında ayrıntılı bir irdeleme için, John Sanford'un mükemmel kitabı *The Strange Trial of Dr. Hyde*'a (San Francisco: Harper & Row, 1987) bakınız.

ranlık duymam, o niteliklerin (daha aşağı) bir versiyonu olmamdan çok daha kolaydır.

Bir başka kişideki altın konusunda neredeyse altıncı hisse sahibim ve yüksek değer ve itibarı olan başkalarına bu yönlerini bildirdiğimde büyük bir memnunluk duyuyorum. Çoğu zaman, bu sürece olanca enerjileriyle direniyorlar. Ya da o değeri kendilerinin saymak yerine bana mal edebiliyorlar: Bu, niteliği geri çevirmek kadar etkili bir kaçıştır. Güzellik (ya da değer), bakanın bakışındadır.

Ne çok enerji gölgeye bürülü halde duruyor. Egoyu fazla kullanmış ve bilinen kapasitelerimizi yıpratmışsak, kullanılmamış gölgemiz yaşamda olağanüstü bir yeni soluk verebilir bize.

Gölgemizi yansıtırsak, iki şey ters gider: İlki, karanlığımızı -ya da aydınlığımızı (çünkü başkasına bizim adımıza kahraman rolünü oynatmamız aynı derecede ağır bir yüktür)- üzerine yıkmakla bir başkasına zarar vermiş oluruz. İkincisi, gölgemizi üzerimizden atarak kendimizi kısırlaştırmış oluruz. O zaman değişme şansını yitirir ve hayatlarımızın dayanağını, esrimeli boyutunu kaçırırız.

Bir keresinde, akıllı bir kadın bana konferanstan önce bitkinlikten yakındığımda nasıl daha fazla enerji edineceğimi göstermişti. Konferanstan hemen önce özel bir odaya gitmemi, bir havlu almamı, onu top şeklinde derip iyice ağırlaşıncaya kadar suyla ıslatmamı, sonra top şeklindeki havluyu olabildiğince güçlü şekilde yere fırlatmamı ve bağırmamı önerdi. Tarzım olmadığı için, bunu yaparken tam bir budala gibi hissettim kendimi. Ama bu tür bir egzersizden sonra konferans kürsüsüne yürüdüğümde, gözlerim ışıl ışıldı. Enerjim, dayanıklılığım ve sesim yerli yerindeydi. Nazik, iyi hazırlanmış bir konferans sundum. Gölgem bana destek oldu ama beni ezmedi.

Gölgenize (usulüyle) dokunur, bildik kalıbınız dışında bir şeyler yapabilirseniz, ondan büyük bir enerji akacaktır. Bu dinamiğe dayalı ilginç bir olgu vardır. Papağanlar küfürleri sıradan sözlerden daha kolay öğrenirler çünkü küfürlerimizi son derece enerjik söyleriz. Papağan, bu sözlerin anlamını bilmez ama onlara yatırılan enerjiyi işitir. Hayvanlar bile gölgede gizlediğimiz gücü kavrayabilmektedir!

Orta Çağ'da Gölge

Orta Çağ'da insan, tahterevallinin iki ucu arasında irade dışı 'git-gel'lerden bıkar. Uyanıksak, zamanla farkına varırız: Orta nokta en iyisidir. Şaşırtıcı olan şudur: Orta nokta, çekindiğimiz iç bunaltıcı taviz değil, esrime ve neşe yeridir. Dinsel dünyaya dair büyük görüler -Vahiy Kitabı'nda karşılaştığımız türden- üstün bir simetri ve denge duygusunu temel alır. Bunlar, bize iki uca da saygı göstermenin ürünü olan orta noktanın bir görünümünü sunarlar. Eski Çin buna Tao adını veriyor ve orta yolun bir taviz değil, yaratıcı bir sentez olduğunu söylüyordu.

Bu orta yerde çok uzun kalınamaz çünkü bıçak sırtı, dışarıda bir mekan ve zamandır. Ondan bir an, sıradan yaşamın uzun yıllarına anlam vermek için yeterlidir. Hint kültürü bizi uyarır: Kişi o yere biraz uzun temas ederse, yön duygusunu yitirip ölür. Ne var ki, bununla ilgili küçük bir tehlike çoğumuz için geçerlidir.

Batılı yaşama daha uygun olanı, kolayca dengeyi sağlayabilmek için iki ayağımız yere dayalı olarak tahterevallinin ortasında durma kavramıdır. Bu, ikiliğe saygı gösterir ama her iki öğeyi belli bir mesafede tutar. Biri diğerini

dengeler ve ciddi bir bölünme meydana gelmez. Bu iç bunaltıcı bir taviz değil, güçlü ve dengeli bir yaşamdır.

Erişkinliğin erken dönemi, neredeyse bütünüyle disipline adanır. Kişi bir mesleğe hazırlanır, toplumsal gelenek göreneği öğrenir, evlenir ve para kazanma kapasitesini artırır ve bütün bu faaliyetler kaçınılmaz olarak büyük bir gölge oluşturur. Arkamızda bırakmak zorunda kaldığımız unsurlar vardır: Bunlar, kültürlü bir yaşam sürmek için 'seçmemek' zorunda kaldığımız unsurlardır. Orta yaşa geldiğimizde, kültürel süreç neredeyse tamamlanmış olur ve son derece yavandır. Neredeyse yapımızdaki bütün enerjiyi çekip almış oluruz ve bu noktada gölgenin enerjisi çok büyüktür. Birden, yaratmak için çok yoğun emek verdiğimiz ürünü tersyüz edecek gücü olan patlamalara maruz kalırız. Kendimizi bu tekdüzelikten kurtarmaya çalışırken aşık olabilir, bir evliliğe son verebilir, bir işi umutsuzluk içinde aniden bırakabiliriz. Bunlar son derece tehlikeli anlardır ama gölgenin enerjisini nasıl idrak edip doğru kullanacağımızı öğrenirsek, bu anlar yepyeni bir yaşam aşaması için zemin oluşturabilirler.

Bir ara sanatçı bir hastam vardı; çizgi filmi oluşturan binlerce selüloit resme kaş çiziyordu. Anlamlı kaş çizme konusunda o kadar iyiydi ki, başka hiçbir şey yapmıyordu. Bu günlerce, yıllarca böyle sürüp gitmişti. Ta ki bir gün masasından başını kaldırıp küfrü basıncaya ve çekip gidinceye kadar. Danışma odama bu orta yaş bunalımıyla geldi: O güne dek gayet güzel yararlandığı bir uzmanlık artık tükenmişti. Ona yaşamının o kısmını bütünüyle tüketmiş olduğunu ve yeni bir canlılığa kavuşmak istiyorsa, yaşanmamış gölgeyle temasa geçmesi gerektiğini belirttim. Çok hassas bir kişi olduğu için, bu teması kurmada epey zorlandı. İrade dışı küfretmesi, iyi bir başlangıç

noktası oluşturuyordu. Düzgün şekilde ele alındığında, bu onu yeni bir yaratıcılık kaynağına götürebilir ve onun için yaşamda yeni bir başlangıç oluşturabilirdi. Budalaca ele alınırsa, yalnızca yıkıma ve biçim ve yapı kaybına yol açacaktı. Cennet ile batakhaneyi birbirinden yalnızca bir bilinç edimi ayırır.

Psychology Today dergisinin ilk sayılarından birinde, elli yaşında meslek değiştirmemizi öngören çok güzel bir yazı vardı. Yazar, meslekleri doruk noktasına ulaştığında ve geriye artık o meslekten öğrenecek pek az şey kaldığında, birçok insanın yaşadığı yıpranmışlık duygusunu betimliyordu. Yazar cesurca sözlerini sürdürüp, bir iki yıl kendimize zaman ayırarak yepyeni bir kariyer için kendimizi hazırlamamızı öneriyordu. Deniz kuvvetleri amirali bakan ya da film yıkayıcı satıcı olabilirdi.

Doğu Avrupa'da gene bu enerjiyi yararlı şekilde kullanan ve yaşanmamış yaşamı devreye sokan bir 'yetişkinlere dil öğretme sistemi' vardır. Bu yoğun öğrenim kursunda, kişi asıl yaşamındakinden bütünüyle farklı bir kimlik seçer. Üniversite profesörü kendini korsan olarak, düzenbaz kendini rahip olarak sunabilir. En şaşırtıcı enerji patlamaları bu şekilde meydana gelir! Bu enerji, yeni bir dilin özümsenmesine yardımcı olur: Bu, kişinin sıradan kişiliğiyle yapılsa, bir başka sıkıcı iş olabilecek bir uğraştır.

Tören Dünyası

Gölgeye yaklaşmanın ve onunla yaratıcı bir ilişkiye sahip olmanın ritüel yolları olduğundan söz etmiştim. Gene de kişi bu tür bir töreni nasıl yapar? İlk olarak, hem egonuzun hem gölgenizin içeriği avucunuzun içinde olmalıdır: Bu,

gerçekleştirilmesi zor bir iştir! Hiç kimse, mizacının hakkında hiçbir şey bilmediği bir parçası ile herhangi bir şey yapamaz. Orta Çağ kahramanları ejderhalarını öldürmek zorundaydılar; modern kahramanlar ejderhalarını geri götürüp, kendi kişilikleri ile bütünleştirmek durumundalar.

Bu ritüelde kişiliğinizin sol taraftaki içeriklerinden birini bulmak ve onu o tarafın tatmin edici bulduğu ama sağ taraftaki kişiliğe herhangi bir zarar vermeyen bir biçimde dile getirmek zorundasınız. Onu çizebilir, heykelini yapabilir, onun hakkında canlı bir hikaye yazabilir, onunla dans edebilir, herhangi bir şey yakabilir ya da onu gömebilirsiniz: Zarara yol açmadan o malzemeyi dile getiren herhangi bir şey yapabilirsiniz. Belirttiğimiz gibi, en korkunç şeyler törensel olarak Komünyon Ayini'nde süregider ama parmaklıklarla çevrili Ayin alanı bir muhafaza olup, dramaya neredeyse acımasızca yakın olan rahip olayın çok büyük gücünden korunacak şekilde giyinmiştir. Ayrıca rahip, yakardığı insanüstü güçten kendini korumak için Ayin'den önce ve sonra kutsal eşyaların saklandığı odada kendi ritüellerini de yapar. Unutmayın: Simgesel ya da törensel bir yaşantı gerçektir ve kişiyi gerçek bir olay kadar etkiler.

Ruh, dış eylem ile iç eylem arasındaki farkı bilmez. Her iki durumda da gölge niteliklerimizi sonuna kadar yaşarız (benliğin bakış açısından). Kültür, ancak istenmeyen unsurları simgesel olarak yaşarsak iş görebilir. Bütün sağlıklı toplumların zengin bir tören yaşamı vardır. Daha az sağlıklı olanlar, bilinçdışı dışavurumları temel alırlar: Savaş, şiddet, psikosomatik hastalık, nevrotik acı çekme ve kazalar gölgeyi yaşamanın çok düşük dereceli yollarıdır. Tören ve ritüel, aynı şeyi gerçekleştirmenin çok daha akıllıca yollarından biridir.

Bütün dünyadaki ve her çağdaki törenler çoğunlukla yıkım niteliklidir: Kurban, yakma, törensel öldürme, kan akıtma, oruç ve cinsel perhiz. Niçin? Bunlar, simgesel yoldan gölgenin bedelini ödeyerek kültürü koruyan ritüel dillerdir. Yıkıcı unsurları yok ederek kültürü koruduğumuzu düşünme hatasına kolayca düşebiliriz. Ama göreceğimiz üzere, bu yıkıcı unsurları özümsemeden bir kültürü harekete geçirmenin yolu yoktur. Bu yüzden, gerçek bir dinsel tören aydınlık kadar karanlık içermek durumundadır. Bir kez daha belirtelim: Katolik Ayini'ne baktığınızda yıkım ile yaratmanın, kötülük ile kurtuluşun kusursuz bir dengesini görürsünüz.

Bütün bunlar, geleneksel düşünceye son derece aykırı düşer. Halihazırdaki modelimiz sanki şöyle: Yeterince yaratıcı bir şey yapabilirsek, bu, karanlık güçleri alt eder, biz de zafere ulaşırız. Ama çok farklı bir çözüm gereklidir.

Yaratıcı edim, gerçekliğin bütününü kabul eder. Kısmi bir karşılık değildir. Aydınlığa olan eğilimimiz, daha büyük gerçekliğe karşı gözümüzü kör eder ve bizi daha büyük bir görünümden alıkoyar. Gerçekliğe (eğer bu Tanrı değilse, ne olduğu konusunda fikrim yok demektir), ne kadar çekici olursa olsun, tekil bir dünya görüşüyle değil, deneyimimizin bütünlüğüyle ulaşılır.

Gölgeyi özümsemeye yönelik bir girişimin özellikle dokunaklı bir örneğini Marie Antoinette'in hikayesinde görürüz. Kraliçe, dünyadaki en gösterişli sarayda sürdürdüğü yaşamdan sıkılmıştır. Bir gün topraktaki bir şeye dokunmak istediğine karar vermiş ve saray alanında inek besleyeceği çiftlikler yapılmasını emretmiş. Sütçü kız olacakmış! Fransa'nın en iyi mimarları bu işle görevlendirilmiş, ahırlar inşa edilmiş (güzellikleri nedeniyle büyük bir özen gösterilen bu ahırları bugün de Versailles'da görebi-

lirsiniz) ve İsviçre'den iyi süt inekleri ithal edilmiş. Her şeyin hazır olduğu gün, kraliçe hazırlanıp üç ayaklı bir tabureye oturmuş ve sütçü kız kariyerine başlamış. Ne var ki, son anda bu işten hazzetmemiş ve sağma işini hizmetçilerine havale etmiş.

Kraliçenin başlangıçtaki dürtüsü doğruydu: Sarayındaki resmiliği dengeleyecek bir şeylere ihtiyaç duyuyordu. Süt sağma törenine devam etseydi, hayatı -ve Fransa'nın tarihi- farklı olabilirdi. Onun yerine, başı vurularak idam edildi. Bu acımasız edimde sarayın toprakla bağlantılı yönü gün yüzüne çıkıyordu, oysa aynı yön bir sütçü kızın basit hareketleriyle yaşanabilirdi.

Marie Antoinette, haklı olarak son derece rafine yaşamını bazı köylü işleriyle dengelemeye çalışıyordu. Ama meselenin özünü anlayamadı ve birebir süt sağma edimini itici buldu. Kraliçe, eşzamanlı olarak topraktan gelen dürtüye itibar etmenin ve saraydaki rafineliği korumanın bir yolunu bulsaydı, bu katışıksız dahilik olurdu. Kim bilir dışsal olarak yıkıcı kaç şey gölgeye tören yoluyla sesini duyurma olanağı versek engellenebilirdi?

Zıtları kucaklama cesaretimiz olsa, yazgımız gerçekten değişebilir. Bu durumda süt sağma gölgedeki altındı, yani durumu kurtaran olumlu şeydi. Birçok ritüel kişiliğin karanlık yanı üzerinde odaklanırken, önemle vurgulamamız gerekir ki altın fırsatlar da aynı kaynaktan gelir. Ve bu fırsatlar, onları içselleştirme çabalarımıza karanlık öğelerden bile daha fazla direnebilirler!

Amerikalılar yaşamlarında bu denge idealini her gün görür ama nadiren fark ederler. Sık sık elimizde tuttuğumuz bir ABD dolarını inceleyin. Bir piramit ve piramidin doruğunda bir göz vardır. Üçgenin altı, algımızdaki ikiliği gösterir. Ego-gölge ekseninde, karşıtlar çiftlerini görürüz:

Doğru ile yanlış, iyilik ile kötülük, aydınlık ile karanlık. Bu ölçekle ilgilendiğimiz sürece, ulaşmayı umabileceğimiz en iyi şey bitmek bilmez bir çelişmedir. Ama bilincimiz yeterli ise bu çatışma halindeki unsurları senteze ulaştırabilir ve orta noktadaki her şeyi bilen göze erişebiliriz. Dolarda göz, onun üstün konumunu göstermek üzere karşıtların üzerinde yükselir.

Bu orta yerdeki ışığın karşıtı yoktur. Kutsal Kase Şatosu gibi zamanın ve uzamın dışındadır.[10] Ve onu bir aşkınlık anında buluruz. Bir anda iç bunaltıcı bir taviz gibi görünen şey, şaşırtıcı parlaklıktaki bir sentez haline gelir. Yeni Ahit'te şu söylenir: "Gözünüz sağlamsa, bütün bedeniniz aydınlık olur" (Matta İncili 6:22). Gözün benzersizliği, tahterevallinin merkezi aydınlanma yeridir. Bu, bütün bir yeni bilinç düzenini temsil eder; dolardaki yazı -Novus Ordo Seclorum (Yeni Dünya Düzeni)- bu yeni çağı vaat eder.

---

10 Kutsal Kase Şatosu'na dair bir betimleme için bkz. Robert A. Johnson, *He: Understanding Masculine Psychology*, gözden geçirilmiş basım (New York: Harper & Row, 1989). Kitabın Türkçesini Gül Yayınları, Kemal Kutlu'nun çevirisiyle *He: Erkek Psikolojini Anlamak* ismiyle yayınlamıştır. (e.n.)

2.

Gölge Olarak Aşk



Kişinin yaptığı en güçlü ve en değerli yansıtmanın aşık olmak olduğunu keşfetmek son derece şaşırtıcıdır. Bu da bir gölge yansıtmadır ve büyük bir olasılıkla kişinin sahip olabileceği en derin dinsel deneyimdir. Gölgenin, Jung'un ilk dönemdeki kullanımıyla, kişinin kişiliğinin bilinçdışı kısmında uzanan herhangi bir şey olduğunu hatırlayın. Şunu da hatırlayın: Burada ele aldığımız mesele sevme edimi ile değil, aşık olma ile ilgilidir.

Aşık olmak, kişinin en soylu ve son derece değerli parçasını bir başka insana yansıtmasıdır; şu var ki, bazen seyrek koşullarda bu değerli parça insandan başka bir şeye yansıtılabilir. Tanrı vergisi potansiyelini bir mesleğe, sanata, hatta bir yere yansıtan insanlar vardır. Dil, böyle bir kişi için onun aşkı tıptır, Picasso'nun yapıtlarıdır ya da Ojai Vadisi'dir derken doğru bir şey söyler. Ne var ki, örneklerimizin büyük bir bölümü kendi tanrısallık imgemizi bir başka insanda görme yaşantısından alınacaktır. Bu irdelemeyi daha da zor kılan şey şudur: Başkalarında gördüğümüz tanrısallığın gerçekten de orada olduğunu söylemek durumundayızdır ama kendi yansıtmalarımızı

çekip çıkarmadan onu görmeye hakkımız yoktur. Nasıl da zor! Kişi yansıtmanın gerçek olmadığını, buna karşılık sevdiği kişinin tanrısallığının gerçek olduğunu nasıl söyleyebilir? Bu ince ayrımı yapmak, yaşamdaki en hassas ve en zor görevdir.

Aşk ya da aşık olma, her zaman daha sakin ve insani olarak daha dengeli bir yaşantı olan sevmeden farklıdır.

Tanrı İmgemizi Yansıtmak

Aşık olmak, kişinin gölgesinin özellikle altın parçasını, tanrısal imgesini -ister erkek ister kadın olsun- bir başka kişiye yansıtmaktır. Hemen o kişi, üstün ve kutsal her şeyin taşıyıcısı olur. Kişi, sevgiliyi överken güzel ve etkili konuşur hale gelir ve tanrısallığın dilini kullanır. Ama bu deneyim tahterevallinin en sağ ucundan gelir ve her zaman karşıtını gündeme taşır. Aşkın karşıtına dönüşmesi, insan yaşantısındaki en acı şeydir. Batı'da birçok evlilik yansıtmayla başlar, gerçekleri görme döneminden geçer ve kısmetse daha insani hale gelir. Başka bir deyişle, öteki kişi dediğimiz derin gerçekliği temel alır hale gelir. Aşk Tanrı'ya çok yakın olmak iken, gerçekliğe dayalı sevgi mütevazı durumumuza çok daha iyi hizmet eder.

Zamanında kimse fark etmese de, aşk sevgilinin insaniliğini silip yok eder. Kişi başkasına aşık olmakla ona ilginç bir hakarette bulunmuş olur; çünkü öteki kişiye değil, kendi Tanrı yansıtmamıza bakmaktayızdır. İki kişi birbirine aşık olduğunda, bir süre ayakları yerden kesilir ve mutlu yaşarlar. Bu tanrısallık deneyimi, onlar için zamanı yok ettiği sürece devam eder. Ancak ayakları yeniden yere basmaya başladığında, birbirlerine gerçekçi bir gözle bakmak

durumunda kalırlar ve ancak o zaman yetişkin bir sevgi olanağı varlık kazanır. Kişi aşıksa ve karşısındaki aşık değilse, aşık olmayan büyük bir olasılıkla şöyle diyecektir: "Bendeki kendi imgene değil de bana baksaydın, belki daha iyi bir ilişkimiz olabilirdi."

Çizer James Thurber'in bir karikatürü, gerçekleri görme aşamasını özetler. Orta yaşlı bir koca ile eşi şu sözlerle birbirlerine sorarlar: "İyi de kim aldı bu ilişkinin büyüsünü?" Doğrudur, aşk yansıtması sona erdiğinde gerçekliğin öteki yanı -ve insan iletişiminde son derece karanlık olasılıklar- galebe çalar. Bunu atlatabilirsek, insan sevgisine ulaşırız: Bu, tanrısal sevgiden daha az heyecan verici ama daha istikrarlıdır.

Gölge, evlilikte çok önemlidir ve bunun ne kadar bilincinde olduğumuza bağlı olarak bir ilişkiyi ayakta tutabilir ya da bitirebiliriz. Aşık olurken karşımızdakinde ve kendimizde sıkıcı ve tatsız -hatta düpedüz katlanılmaz- bulduğumuz yönlerle de uzlaşmamız gerektiğini unuturuz. Oysa en büyük gelişmeye bizi yönelten tam da bu yüzleşmedir.

Yakınlarda duyduğuma göre, bir çift düğün öncesi törende gölgeyi çağırmak gibi bir sağduyulu davranış göstermiş. Evliliklerinden önceki gece 'gölge yeminleri'ni ettikleri bir ritüel yapmışlar. Damat, "Sana bir kimlik verecek ve dünyanın seni benim bir uzantım gibi görmesini sağlayacağım" demiş. Gelin karşılık vermiş: "Uysal ve tatlı olacağım ama bunun altında gerçek kontrolüm var. Herhangi bir şey ters giderse, paranı ve evini alırım." Sonra şampanya içmişler ve bu gölge figürlerin evlilik sürecinde kaçınılmaz olarak ortaya çıkacağını bildikleri için zaaflarına gönülden gülmüşler. Gelinle damat oyunun bir adım önündeydiler çünkü gölgeyi tanımış ve maskesini düşürmüşlerdi.

Tanrı imgemizi eşlerimize yansıttığımızda, bu, karanlığımızı, korkumuzu ve kaygımızı yansıtmamız kadar tehlikelidir. Sevdiğimize şunu söyleriz: "Bana tanrısal esin vermeni, yaratıcılığımın yegane kaynağı olmanı bekliyorum senden. Sana hayatımı değiştirme gücünü veriyorum." Bu yolla manevi disiplinlerimizin geçmişte yaptığını yapmasını isteriz sevgilimizden: Bizi yenilemesini, arındırmasını, ruhlarımızı kurtarmasını.

On ikinci yüzyılda olağanüstü bir şey oldu: Batı'nın kolektif bilinçdışından romantizm çağı ortaya çıktı ve bir başka insanda Tanrı'yı görme sanatını keşfettik. Bu, Doğu dünyasında çok daha önce biliniyordu ama mürşit ile müridi arasındaki ilişkiyle sınırlıydı. Doğu dünyası bu yaşantının büyük gücünün bilincinde olarak, onu din yaşamının dar sınırları içinde tutmuş ve sıradan ilişkilerde geçerli olmasını yasaklamıştır. Bu tür bir gücü, onu taşıyabilecek büyüklükte bir muhafazaya koymak akıllıca olur. Bu tanrısal dramayı oynadığımız sıradan insan ilişkileri bu çapta değildir.

Aşık olma yetisi, aşk tarihimizde görece yakındır. Onunla birlikte Batı insanlığı insanın elindeki en yüce duyguyu açığa vurmuş ve kendini gelmiş geçmiş en büyük ıstıraba hazır hale getirmiştir. Hemen her modern roman aşık olma yönündeki güçlü motivasyonumuzu -ya da biten veya karşılıksız aşkın kaygısını- ele alır. İyi ya da kötü, modern insanlık aşkı yaşama gücüne sahiptir. En iyi durumda insan soyunun en üstün yetisidir; en kötü durumda belki de bildiğimiz en acı verici deneyimdir. On ikinci yüzyılda ekilen rüzgarlar, yirminci yüzyılın fırtınaları olmuştur.

Biz on ikinci yüzyılda su yüzüne çıkan iki mitin mirasçılarıyız. Kutsal kitap miti, bireysellik ile manevi arayış ilişkisini anlatır; Tristan ile İsolde miti, bize aşkın gücünü

tanıtır. İki mit de doğrudan Tanrı deneyimi ile ilgili yeni bir kapasiteyi gösterir. Bu son derece yüklü deneyimin özümsenip özümsenemeyeceğini zamanla görmek gerekiyor. Bu iki büyük mitten önce, Batılılar Tanrı'nın büyüklüğüne her zaman kolektif bir muhafaza içinde itibar göstermiştir. Tanrı, Kilise'nin çadır–tapınağında ikamet ediyor ve insanın kişisel yaşamına çok doğrudan müdahale etmiyordu. İnsan, mikro kozmos ölçeğinde tapınıyor, kendi küçük boyutuna uygun hareketler yapıyordu. Bu güvenlik, sağlık, ritüeldir. Bu, diğer bütün kültürlerde hala böyledir. Gene de on ikinci yüzyılda inanılmaz bir olanağa kavuştuk: Tanrı'nın yüksek enerjisi ile kişisel yoldan temasa geçme. Bu iki mitte insanoğlu "Hz. Musa'nın Tanrı'yı doğrudan görmesine izin verilmemiş olabilir ama ben göreceğim!" demiştir. Bu iki miti anlamak, modern ikilemi anlamak demektir. Gerçek bir mit, bütün bir kültüre dair dinamik bir okuma ve o kültürün karakteri ve yazgısına dair değerli bir içgörü sunar.[11]

Tristan ile İsolde, aşkın sonuçlarından birini koyar ortaya. Bu ikili bize tanrısallığımızı bir başka insana yansıtmanın gizli tuzaklarını gösterir. Korkunç bir katılıkla bu düzeyleri karıştırmaya çalıştığımızda ortaya çıkan kaosu görürüz. Bu, evin elektrik tesisatını 10 bin voltluk elektrik hattına bağlamak gibi bir şeydir. Bildik 110 voltluk bir yapı bu aşırı yükü hiçbir biçimde kaldıramaz. 10 bin volt fikri çekici olsa da, ancak onun gücüne denk bir muhafaza içinde korunabilir. Sıradan bir insan, asla 10 bin voltluk etkiye dayanıp hayatta kalamaz. Gene de kültürümüz bu

11 Kutsal Kase mitine ilişkin bir değerlendirme için bkz. Robert A. Johnson, *He: Erkek Psikolojisini Anlamak*, çev. Kemal Kutlu (İstanbul: Gül Yayınları); aşka ilişkin bir değerlendirme için bkz. Robert A. Johnson, *Biz/Romantik Aşkın Psikolojisi*, çev. Işılar Kür (İstanbul: Okuyan Us Yayınevi)

10 bin voltluk deneyimi her evliliğin temeli olarak öngörür. Evlilikler varlığını sürdürdüğünde, bunun nedeni iki eşin de 110 voltluk insani düzeye inmesi ve sevme sanatını öğrenmesidir.

110 voltluk sevgi, 10 bin voltun abartılı havai fişek gösterisinden çok daha değerli ve insanca özümsenebilirdir. İnsani oranlarıyla sevgi, ayaklarımızın yerden kesildiği aşk deneyiminden çok daha değerlidir.

Kişisel Aşk Deneyimi

Tristan ile İsolde'nin öyküsü koruyucu gelenek örtüsünü yırtıp, ikisinin de katlanamayacağı bir gerçeklik düzeyine sürüklenen iki sevgiliyi anlatır. Sevgililer kazara kral ile kraliçeye ayrılmış olan aşk iksirini içerler ve idare edemeyecekleri kadar fazla bir tanrısal gücü içlerine alırlar. O zamandan bu yana pek az kişi bu deneyimden sonra hayatta kalabilmiştir. En iyi durumda -yeterli zaman olursa- geliştirebileceğimiz yeni bir yeti edinmiş oluruz. En kötü durumda, yapısı itibarıyla çok büyük ve çok yansız bir şeyi ele geçirme söz konusu olabilir ki bu bağışlanması olanaksız bir günahtır. Her durumda, artık 10 bin voltluk enerji ile temas halindeyiz ve onu hiç de iyi değerlendiremiyoruz.

İnsanoğlunun bu korkunç güçten vazgeçmesi pek olası değil ve elimizde olsa onun geldiği yere geri döndürülebileceğinden emin değilim. Biz modern insanlar dayanamadığımız ama bir yandan da vazgeçemediğimiz bir gücü üstlenmiş olma ikilemi içinde buluyoruz kendimizi.

Her aşık çift Tristan ile İsolde mitini yeniden yaşar ama ilişkiyi bilinçli bir sanata dönüştürürsek, bu mitin evrimi-

ne katkıda bulunma şansına sahip oluruz. Tanrı'nın görkemini görebilsek -hem aydınlık hem karanlık yönleriyle- bu deneyim düş kırıklığı ve kırgınlıkla sona ermezdi.

Yüzyıllar sonra bedenlenmiş Tanrı görüsü birden bizim için erişilebilir hale gelmiştir ve bu deneyimin olgunluk ve istikrar kazanmasının belli bir süre alacak olması şaşırtıcı değildir.

Gölgemizde bulunan güce sahip olmak özellikle zor bir iştir. Ona bir mülke sahip olma anlamında sahip olamayız çünkü ego çok küçük bir muhafazadır ve kontrolsüzce şişecektir. Ona sahip olsaydık, kişi kendisinin Tanrı olduğunu söyler ya da aynı derecede saçma şekilde Tanrı'nın öldüğünü dile getirirdi. Nietzsche, tehlikeli şekilde bu konuma yaklaşmış ve bedelini sağlığı ile ödemiştir. Bu gücü yansıtmak, karşıdaki kişiye taşınması olanaksız insanüstü özellikleri yüklemektir. Bu büyük insanüstü güçle uzlaşmanın bir yolunu bulmak, dinsel yaşamımıza kalmaktadır.

Bu ikilemin kendi yaşamımdaki varlığını gösteren yaklaşık otuz yıl önceki bir rüyayı hatırlıyorum:

> Takana büyük güç veren bir yüzük vardır. Onunla kişi görünmez hale gelebilir, anında istediği yere gidebilir, başkaları üzerinde egemenlik kurabilir. Ama zaman geçtikçe kişinin bu güç üzerindeki denetimi azalır ve yüzük onu takanın kontrolünü ele geçirir. Yüzüğü takan ve tamamıyla onun egemenliği altındaki bir çocuk bana doğru koşuyordu. Yüzük uzun süredir ondaydı ve artık görünmezlik vb. sihirli numaraları yapamıyordu. Fazla zarar vermeden yüzüğü elinden almak için polis çocuğu kovalıyordu. Çocuk artık polisten kaçamıyordu çünkü yüzüğün sihir imkanları uçup gitmiş ve yalnızca

karanlık egemenliği kalmıştı. Çocuk bana doğru geldi, yüzüğü avucuma fırlattı ve bunun üzerine polis bana yöneldi. Ben yüzüğün yeni sahibi olarak, onun sihirli özelliklerine başvurabiliyor ve polisten kolayca kaçabiliyordum. Ama yirmi yıl sonra tam da çocuğun bulunduğu durumda olacağımı biliyordum. Yüzük üzerimde egemenlik kazanmadan ve beni nüfuz edilemez bir şişinmenin içine sokmadan önce beş saniyelik bir zihin açıklığı yaşadım. O beş saniyede yüzüğü başımın epey üzerine kaldırıp olabildiğince şiddetle toprağa fırlattım. Tam o sırada polis geldi. Hepimiz dizlerimizin üzerine çökmüştük. Yüzük veya bir parçası kesinlikle kalmasın da herhangi biri alıp süreci baştan başlatmasın diye etrafa bakıyorduk. Yüzükten hiçbir parça bulamadık, yalnızca yerde altın bir renk vardı, bu da yere yayılmış olan yüzüktü. Polis beni tebrik etti ve yakındaki bir havuza gidip hayranlıkla kırmızı balıkları seyrettik.

Bu dram, büyük insanüstü gücü kendi kişisel sistemine bağlamaya değil, yeryüzüne iade etmeye karar veren sıradan bir insan ile ilgilidir. Yaşamdaki kritik anlarda neyin kişiye ait olup neyin olmadığını belirlemek her zaman mümkündür. Kararın mümkün olduğu sağlıklı bir an vardır. Kişi o anı kaçırırsa, büyük bir olasılıkla yeni güçle başı öyle dönecektir ki, gücü istismar edecektir.

Aşkın gücüyle uğraşırken de aynısı geçerlidir. Evlilikte de yüzüğü ancak kısa birkaç saniye boyunca tutabiliriz yoksa eşlerimizde tanrısallığı gördüğümüzde 10 bin voltluk şokla yok oluruz. Bu deneyim, sıradan insanların uzun süre katlanabileceği bir şey değildir. Bu yüzden bu enerjiyi

önce Tanrı'ya, sonra yeniden toprağa vermeyi unutmamalıyız. Bir evlilikteki kutsal gücü görüp, daha sonra normal voltaja dönebilirsek hikayemiz Tristan ve İsolde'nin hikayesi gibi bitmeyecektir.

Tanrısal olanı her tür ilişkinin kaynağı olarak görmekten vazgeçmemiz konusunda bizi uyaran çok eski bir başka hikaye var. Bu hikayenin kökeni Eski Yunan'dır. Hikaye güçlü ve zeki bir kadın olan Atalanta hakkındadır. Ülkenin en hızlı koşucusu olan İason'la birlikte Altın Post'u bulmaya giden Atalanta, erkeklerle bile güreşiyordu. Evlenmesi için baskı yapılınca, ancak kendisini koşuda geçebilecek bir talibi kabul edebileceğini söylemişti ve bunun imkansız bir çaba olduğunu biliyordu. Atalanta modern kadın kahramanlara çok benzer: Hırslı ve başarılıdır ve erkekler dünyasında rahattır. Sorun şu ki, ilişki sanatında deneyimi yoktur.

Bir gün genç Hippomenes Atalanta'ya aşık olur ve Tanrıça Afrodit'ten yardım ister. Güzelliğini bu kadar az umursayan bu kız Afrodit'in ilgisini çeker ve talibe üç altın elma verir; yarış sırasında Hippomenes bu elmaları Atalanta'nın ayakları arasına yuvarlar. Atalanta elmaları toplamak için durunca, genç adam öne geçip yarışı ve eşi olarak kızı kazanır. Ama ne yazık ki, tutkulu aşıklar Afrodit Tapınağı'nda kurban kesmeden evliliklerini tamama erdirmek üzere çekip giderler. Tanrıça o kadar öfkelenir ki, onları aslana dönüştürüp gökteki arabasına koşar.

Antik Çağ dünyasının aşkla ilgili boş hayalleri yoktu; bu duyguların geçici olarak Tanrılar'dan bir armağan şeklinde geldiğini biliyorlardı. Burada daha az şişinme söz konusuydu: İnsanlar tanrısal enerjinin taşıyıcısıydılar yalnızca. Bugün bu enerji bize bahşedildiğinde, onu korumak için bir şükran ritüeline ve onu asıl kaynağına döndürmenin bir yoluna ihtiyacımız var.

Gölgeye bilinçli olarak yaklaştığımızda, kişiliğimizin neredeyse herkesin kaçınıp uzak durduğu çok güçlü bir yönüne tanıklık ederiz. Ve bu yolla paradoks alanına girmiş oluruz.

Paradoks, modern dünyamızda şiddetle ihtiyaç duyduğumuz o anlam kuyusudur. Bütün büyük mitler bu konuda bize yön gösterir ve bize hazinenin en beklenmedik ya da en az bilinen yerlerden birinde bulunacağını hatırlatırlar. Nasıra'dan nasıl bir iyilik gelebilirdi? Kendi arka bahçenizde değerli ne gömülü olabilirdi? İç yaşamda gölgenizden ne iyilik gelebilirdi? İşin tuhafı, en iyi olan bu göz ardı ettiğimiz alandan gelebilir. Bu acı verici paradokstan uzak durmak için neredeyse her yola başvururuz ama bu reddetmede yalnızca kendimizi yararsız çelişki deneyimi ile sınırlamış oluruz. Çelişki, ezici anlamsızlık yükünü getirir. İnsan, anlamı varsa her tür acıya katlanabilir ama anlamsızlık katlanılmazdır. Çelişki kısır ve yıkıcıdır; oysa paradoks yaratıcıdır, gerçekliği güçlü şekilde kucaklamadır. Tarihsel biçimiyle bütün dinsel deneyimler paradoks şeklinde dile getirilir; bu tür paradoks diliyle formüle edilen Hıristiyan inanç ilkelerine bakın. Çelişki durağan ve verimsiz iken, paradoks Tanrı'nın inayetine ve gizeme alan tanır.

Örnek: Her insani deneyim paradoks çerçevesinde dile getirilebilir. Duvardaki elektrik fişinin iki ucu var: Biri pozitif, diğeri negatif elektrik yüküne erişimi sağlar. Elektrik akımının yararı, bu karşıtlık sayesinde ortaya çıkar. Gün, ancak gece ile olan karşıtlığı içinde anlaşılabilir. Erillik, ancak dişillik ile olan karşıtlığı içinde anlamlıdır. Faaliyet, ancak dinlenmeyle ilişkili olarak anlamlıdır. Tat, bir zıt-

lıklar meselesidir. Yukarı, ancak aşağının varlığıyla mümkündür. Güney olmadan kuzey olur muydu? Sen olmasan ben ne olurdum? Ağırbaşlılığın sınırlamadığı neşe olabilir mi?

Anlaşılmaz bir nedenden ötürü, çoğu zaman gerçekliğin bu paradoksal doğasını kabul etmeyiz ve budalaca bir anımıza denk geldiğinde, onun dışında iş görebileceğimizi düşünürüz. Bunu yaptığımız an, paradoksu karşıtlığa çevirmiş oluruz. Dinlenme çalışmadan koparılırsa, ikisi de bozulur. Kişisel acı çekme, bu iki karşıtlık arasındaki gerilimi yaşadığımızda başlar. Birini dikkate almadan diğerini kucaklamaya çalışırsak, paradoksu karşıtlığa indirgemiş oluruz. Oysa her iki karşıtlık çiftine aynı derecede itibar edilmelidir. Kişinin içine düştüğü akıl karışıklığından ötürü acı çekmesi, iyileşme yönündeki ilk adımdır.[12] Sonra, karşıtlığın acısı paradoks gizemine dönüşür.

Bir kişinin dengesini bozmanın benim bildiğim en hızlı yolu, ona birbiriyle çelişen iki değer sistemi vermektir; modern kültürde dinsel ve laik ahlakımız ile yaptığımız tam da budur. Hıristiyanlık bize günlük iş yaşamında neredeyse bütünüyle göz ardı edilen bir değerler sistemine uymamızı öğretiyor. Kişi böyle bir şeyle nasıl başa çıkabilir?

Bir noktada -genellikle orta yaşta- gerilim çok büyür ve bu iki karşıt dünya görüşü yeni ve farklı bir yaklaşımı gerekli kılar. Artık ikisi arasında bocalamayı kabul edemeyiz. Baskı öyle artar ki, bir şeyden vazgeçmek gerekir.

Paradokstan nefret ederiz çünkü paradoks noktasına ulaşmak çok acı vericidir ama bildik referans çerçevemi-

---

12 İngilizce *suffer* ('acı çekmek') sözcüğünün, Latince *sub plus ferre* ('taşımak' ya da 'izin vermek') anlamına gelmesi öğreticidir.

zin ötesindeki bir gerçeklikle ilgili son derece doğrudan bir deneyimdir ve bize en büyük içgörülerden bazılarını sağlar. Bizi kendi sınırlarımızın ötesine geçmeye zorlar ve naif, yetersiz uyum sağlamaları yok eder. Çoğu zaman birbiriyle çelişen iki dünya görüşünü destekler ve yüzleşmeden kaçınırız. Birçok modern yaşamın niteliği budur. Sıradan bir gün boyunca bu bölünmüş zihin yapısının pek çok örneğini yaşarız. İşe gitmem gerek ama gitmek istemiyorum, komşumdan hoşlanmıyorum ama ona karşı nazik olmalıyım, kilo vermem gerek ama bazı yiyecekleri çok seviyorum, bütçemi çok zorladım ama... Bunlar, sürekli olarak birlikte yaşadığımız çelişkilerdir. Gene de ne kadar acı verici olursa olsun, bu yanılsamalardan kurtulmak gerekir. Terazinin bir kefesini silmekle sonuca ulaşamayız. Ama soruna bakma tarzımızı değiştirebiliriz. Bu karşıt öğeleri kabul eder ve tam anlamıyla bilincinde olarak onların çatışmasına katlanabilirsek, paradoksu kabullenmiş oluruz. Paradoksu kabullenebilme, manevi gücün ölçüsü ve olgunluğun en kesin göstergesidir.

Karşıtlıktan (hep bir kavgadır) paradoksa (hep kutsaldır) ilerlemek, bir bilinç sıçraması gerçekleştirmek demektir. Bu sıçrama bizi orta yaş kaosunun bir ucundan öteki ucuna taşır ve ömrümüzün kalan yıllarına aydınlatan bir bakış açısı kazandırır.

Yüz yüze geldiğimiz karşıtlıkları sıralamak, sonra onları paradoks alanına taşıyarak uzlaştırmak değerli bir alıştırmadır. Şu iki değer sistemiyle işe başlayabiliriz: Hemen herkesin kabul ettiği günlük pratik tutumlar ile bize aktarılan dinsel ilkeler.

Pratik Değerler	Dinsel Değerler
Kazanma	Kaybetme
Gelir	Gider
Yeme	Oruç
Eylem	Pasiflik
Edinme	Verme
Sahip olma	Her şeyi satıp yoksullara verme
Mülkiyet	Yoksulluk
Faaliyet	Dinlenme
Cinsellik	Bekarlık
Kararlılık	Gözlem
Özgürlük	Otoriteye itaat
Seçim	Görev
Demokrasi	İtaat
Keskin bilinç	Düşünsel bilinç
Ağırbaşlılık	Coşku/esrime
Odaklanma	Görü
Daha fazla daha iyidir inancı	Daha az daha iyidir inancı

Pek az kimse sıraladığımız pratik değerleri tartışmaya açacaktır. Kazanmak iyidir; almak terazinin artı tarafında yer alır; iyi bir gelir harikadır; yemek yemek yaşamın ta kendisidir; eylem bir şeyler yapmamızı sağlar; gelir edinmek yükümlülüğün göstergesidir; sahip olmak bir topluluğun direği ve varlıklı bir kişi olmaktır; mülkiyet emniyettir; meşgul olmak bir erdemdir (boş durana şeytan iş bulur); cinsellik hayatlarımızın esasını oluşturur; kararlı olmak üretken

ve güvenilir olmaktır; özgürlük yönetim biçimimizin ana nedenidir; seçim özgür insanlar için kutsal bir haktır; güç etkili olma anlamına gelir; odaklı bilinç ilkel insanların yarı uyanık rüya görür haline en iyi panzehirdir; netlik önemlidir; herkes daha fazlanın daha iyi olduğunu bilir.

Bu erdemler Batı toplumunda birinci sınıf, tartışmasız değerlerdir. Batı kültürü bunlara dayanır ve en iyi eserlerini bunlar sayesinde üretmiştir.

Peki öteki listeye ne diyeceğiz, dinsel değerlere? Onları her pazar günü duyarız ve bu değerler Hıristiyan kültürünün arka plandaki duyarlığını oluşturur. Vaiz kürsüsünden şu tür sözleri işitiriz: Vermek almaktan iyidir; elindeki her şeyi sat ve yoksullara ver; oruç tutmak manevi erdem edinmek demektir; öteki yanağını dön; "Ne mutlu ruhta yoksul olanlara! Çünkü göklerin egemenliği onlarındır!"; "Hiçbir şeyleri yoktu ama her şeyi ortaklaşa kullanıyorlardı." Telaşlı Marta ile sakin Meryem hikayesinde, Meryem'in iki kız kardeşten iyi olanı olduğunu biliriz. Bekarlık en yüksek makamdır ve Hıristiyan kültürünün modelleri olan rahipler ile keşişler için öngörülür. Şunlar da söylenir Hıristiyanlara: Yargılamayın; her sorunu yetkililere danışın; seçimi üstlerinize bırakın; itaat en büyük erdemdir; gücün olduğu yerde sevgi yoktur; oruç ve riyazet yoluyla biraz hülyalı olmak, bir görüyü davet etmek demektir; esrime her Hıristiyanın doğuştan gelen hakkıdır; İsa'nın kanını temsil eden şarapla kendinden geçmek hayatın amacıdır.

Nasıl bir çelişki! Gene de her Hıristiyan, bilinçli olarak Hıristiyan değerlerine bağlansa da bağlanmasa da, bu çelişki içinde yaşar. Bu dilimize, göreneklerimize, hikayelerimize işlemiştir. ABD anayasası özgürlük ve demokrasiye -kişinin kendi yolunu seçme hakkına- dayanır ama

dinsel öğretimiz kendi benliklerimizden daha büyük bir şeye itaat etmeyi öğretir bize. Burada Tanrı'nın iradesiyle yönlendirilmemiz söz konusudur. Çelişki belki de en çok "Tanrı'ya Güveniyoruz" sözünün yer aldığı Amerikan paralarında belirginlik kazanır. Bu sözü silmek için bir hareketin başlatılmış olması şaşırtıcı değil çünkü artık birçok kişi Tanrı'ya güvenmiyor!

Hindistan yolculuklarımın birinden bu mistik ülkenin dinsel tutumuyla dolu olarak ve Hindu-Budistlerin seçmeme yolu üzerine düşünerek döndüm. Bu öğretiler bana şunu öğretmişti: Tanrı'nın iradesi her zaman tektir ve şu ya da bu iki seçenek arasında bir seçimin söz konusu olduğunu düşünüyorsanız, henüz ödevinizi yapmamışsınız demektir. Meseleler netlik kazandığında, kişinin ne yapması gerektiği kesin olarak açıktır; seçim söz konusu değildir çünkü Tanrı'nın zihni birdir ve ikilik bilmez.

Bir arkadaşımdan gelen mektubu açarken, bu öğretiyi sindirmeye çalışıyordum. Arkadaşımın çalıştığı kurumun künyesinde şu sözler yer alıyordu: "Amacımız, Her Kişiye Olabildiğince Geniş Bir Seçim Alanı Sunmaktır." Doğu, Batı'ya çok büyük bir uçurumun üzerinden sesleniyor! Gözlemim şu oldu: Hintli dostlarım görece huzur içinde yaşarken, karar vermeye kendilerini öylesine adamış olan Amerikalı dostlarım gergin ve kaygılı bir toplum.

Bu dünyadaki her tekil erdem karşıtıyla değer kazanır. Karanlık olmasa aydınlığın, dişillik olmasa erilliğin, ihmal olmasa ihtimamın hiçbir anlamı olmazdı. Hakikatler her zaman ikili olarak kendini gösterir ve kişi gerçekle uyumlu olmak için bunu kabullenmek durumundadır. Acı çekmek, izin vermek demektir ve bu anlamda kişi ikilik gizeminin acısını çeker. Her ne zaman *bunu* yaparsanız, bir şey hemen *şunu* yapar. Gerçeklik böyledir.

Buradan varacağımız nokta nedir? Bu görünürdeki çekilmez çelişkiyle ne yapabiliriz? Özü itibarıyla bu, her nevrotik çözülmenin ve her psikolojik sorunun temelinde yatan sorudur. Soruyu yanlış algılarsak, hiçbir şey yapamayacağımız bir nevrotik felç durumu içine gireriz. Sonra bunu bile yapamayacak kadar kaygılı olduğumuzu görürüz! Ne hareket edebilir ne kıpırdamadan durabiliriz. Bu, birçok kişinin içinde bulunduğu ve acı çekmesinin yoğun olduğu yerdir. *Bunu* yapmaya başlarsak, *şunun* varlığı karşısında vicdan azabı duyarız ve kaçışı olmayan sonsuz acı çekme döngüsüne kapılırız. Zevk aldığımız bir şey yaptığımızda, yapmamız gereken şey hakkındaki vicdan azabımızla onu bozarız. Yapmamız gerekeni yaptığımızda, arzu ettiğimiz ve hayalini kurduğumuz şey disiplinimizi bozar. Beethoven, Dokuzuncu Senfoni'nin *Scherzo*'sunda bunu müzik diliyle anlatmıştır. Müzik biteviye döner durur ve bir karar anı yoktur. Son bölümde müzik bir rahatlamaya, bir senteze ulaşır ve büyük bir neşe patlamasıyla son bulur.

Lise matematik öğretmeninizin 2'nin 3'e eşit olduğunu kanıtlamak suretiyle sizi tuzağa düşürdüğü (bir eğitim yöntemi olarak) olmuş mudur hiç? Kanıt tahtada durur ve hiçbir öğrenci yanlışı yakalayacak kadar hızlı değildir. Hile, işlemin bir aşamasında bir rakamın 0'a bölünmesidir ve bu olanaksız olduğu için sonuç yanlıştır. Psikolojik denklemlerimizi oldukça buna benzer biçimde oluşturur ve aynı şekilde yanlış sonuca ulaşırız.

Sergilemekte olduğum karşıtlıklarda temel bir hata var. İkilik, 2'nin 3'e eşit olduğu kanıtı kadar yanlıştır. Bu asıl gerçeklik olsaydı, herhalde kimse hayatta kalamazdı. Psikolojik yapılarımız çökerdi. Kimi zaman çöküyor da!

Yanlışımız (neyse ki bir yanlış söz konusu yoksa hayatı-

mız çekilmez olurdu!), *dinsel* sözcüğünü yanlış kullanmamızdan kaynaklanıyor. İngilizce *religion* ('din') sözcüğü, Latince 'tekrar, yeniden' anlamına gelen *re* kökü ile 'bağlamak, tutturmak, köprü kurmak' anlamına gelen *ligare* kısımlarından oluşur. İngilizcede yaygın olarak kullanılan *ligature* ('bağ', 'ligatür' vb.) sözcüğü aynı kökten gelir. Öyleyse *religion* 'yeniden bağlamak' anlamına gelir. Sözcük hiçbir zaman bir karşıtlar çiftinden yalnızca birine bağlanamaz. Bir önceki değerlendirmede laik tutum ile dinsel tutum arasındaki karşıtlığa işaret etmiştim. Bu çok kötü, çirkin bir yanlış olup insanoğlundaki nevrotik acı çekmenin büyük bir bölümünün kaynağını oluşturur. Belli bir eylem tarzının dindışı, diğerinin kutsal olduğunu düşünmek dilde korkunç bir istismara gitmek demektir. Dinsel bir edim ya da özellikler listesi diye bir şey yoktur. Ancak köprü kuran ya da iyileştiren bir dinsel içgörü olabilir. Bu, her birimize işkence eden karşıtları iyileştirip uzlaştıran şeydir. Din yetisi, karşıtları alıp bunları yeniden bir araya getirme ve bu arada bunca acıya neden olan bölünmeyi aşma sanatıdır. Çelişkiden -şeylerin birbirine karşıt olduğu o acılı durumdan- paradoks alanına geçmemize yardımcı olur: Paradoks alanında aynı anda iki çelişkili görüşe sahip olabilir ve onları aynı saygınlıkta görebiliriz. O zaman, ancak o zaman, inayet olanağı -karşıtlıkları tutarlı bir bütün halinde birleştirme şeklindeki manevi deneyim- söz konusu olur; bu da bize karşıtlıkların tek tek her birinden daha büyük bir birlik verir.

Vermenin almaktan daha iyi olduğunu söylemek, 2'nin 3'e eşit olduğunu kanıtlayan türden yanlışa kapılmak demektir. Bir karşıtlar çiftini 'dinsel' olarak görüp, onun üzerinde odaklanmak gerçekten hatadır. Bu sıfatı hak eden yalnızca sentez alanıdır.

Religious ('dinsel') sözcüğüne gerçek anlamını kazandırmak zorundayız; o zaman yeniden iyileştirici gücüne kavuşacaktır. İyileştirmek, bağlamak, birleştirmek, köprü kurmak, yeniden bir araya getirmek... Bunlar kutsal yetilerimizdir.

Paradoks Mucizesi

Enerjimizi karşıtlıktan paradoksa aktarmak evrimde çok büyük bir sıçramadır. Karşıtlıkta takılıp kalmak yaşamın sorunları ve olaylarının çözümsüzlüğüyle mahvolmak demektir. Birçok insan yaşam enerjisini kendi içindeki bu savaşı destekleyerek harcar. Arkadaşlar arasında masum bir konuşmaya kulak vermemiz yeterli olur: Başlarına hangi hataların geleceğini işitmiş oluruz. Modern insanlar büyük miktarda enerjiyi kendi durumlarına karşı koyarak harcarlar. Karşıt olma kısa devre gibi bir şeydir; ayrıca bir kanama gibi enerjimizi soğurup yok eder.

Karşıtlığı paradoksa dönüştürmek bir meselenin her iki yanının, karşıtlık çiftlerinden her ikisinin eşit saygınlık ve değer içinde var olmasına izin vermek demektir. Örnek: Bu sabah projem üzerinde çalışmam gerekiyor ama içimden gelmiyor, başka bir şey yapmak istiyorum. Bu iki karşıt dilek, eğer karşıtlık içinde kalmalarına izin verirsem birbirini yok edecektir. Ama bir süre onlarla birlikte olursam, her ikisinin de kabul edebileceği bir çözüm -hatta daha iyisi, tek tek her birinden üstün bir durum- geliştireceklerdir. Kimi zaman karşıtlıktan daha iyi olan ama gene de iyi bir çözüm olmayan bir taviz kendini gösterebilir. Hem çalışma ihtiyacımı hem oyun ihtiyacımı karşılamaya çalışarak, köpeği yürüyüşe çıkarıp daha sonra biraz çalış-

mak için işimin başına geçebilirim. Ama bu gerçek paradoks değildir. Çelişen dürtülerimle gereğince uzun süre durabiliyorsam, iki karşıt güç birbirine bir şey öğretecek ve her ikisine hizmet eden bir içgörü yaratacaklardır. Bu bir taviz değil, yaşamımı bütünselliği içinde görmemi ve ne yapmam gerektiğini kesin olarak bilmemi sağlayan bir anlayış derinliğidir. Bu kesinlik, insanoğlunun bildiği en değerli niteliklerden biridir.

İçimden böyle bir çözümü betimlemek geliyor ama bu yanıltıcı olacaktır; çünkü bu tür çözümler kişinin karşılaştığı benzersiz durumdan gelişmelidir. Formüller ya da yöntemler böyle bir anda asla yeterli değildir. Çözüm, birbiriyle karşı karşıya gelen karşıt enerjilerin dinamiğinden yükselmek zorundadır.

Out of Africa (Benim Afrikam)'nın Danimarkalı yazarı Isak Dinesen, bir zamanlar insanlarda gerçek mutluluk için üç fırsatın olduğunu yazmıştı. İlki enerji fazlasıdır. İkincisi acının sona ermesidir. Üçüncüsü kişinin Tanrı'nın iradesini yerine getirdiğinden yüzde yüz emin olmasıdır. İlki gençlik çağına özgüdür. İkincisi yalnızca kısa bir an sürer. Üçüncüsü çok çalışma -iç çalışma- sayesinde kazanılabilir. Kişi yaşamın ikiliğini aşmışsa, Tanrı'nın iradesini yerine getirmekte olduğundan yüzde yüz emin olma noktasına ulaşmıştır. Bu, gerçek mirasımız olduğunu bildiğimiz ve yaşamın gayesi olarak saplantı ya da esinimizi oluşturan sevinçtir.

Bu, çok zorlu bir çabayı -iki erdem listemizi almayı ve birini diğeri ile yarıştıran nevrotik bir mücadeleye girmek yerine onlara soylu paradoks statüsünü tanımayı- gerektirir. Kazanmak iyidir; kaybetmek de iyidir. Sahip olmak iyidir; yoksullara vermek de iyidir. Özgürlük iyidir; otoriteyi kabul etmek de öyledir. Yaşamımızdaki unsurları bu pa-

radoksal yaklaşımla değerlendirmek, bir dizi yeni olanağa kapı açmak demektir. Bu karşıtların birbiri ile karşıtlık oluşturduğunu değil, onların insan halimizle erişebileceğimiz tanrısal bir gerçekliği oluşturduklarını söyleyelim. Çiftlerden birinin laik, ötekinin dinsel olduğunu söylemek yanlış olur. Her birinin bir tanrısal hakikati temsil ettiğini düşünecek şekilde kendimizi yeniden eğitmeliyiz. Gizli birliği görmemizi önleyen yegane şey beceriksizliğimizdir ve sorunlu olan da budur. Paradoksa sadık kalmak, *birlik hakkını kazanmak* demektir. Gerçekten de Hıristiyan yaşamının en değerli deneyimi birlik vizyonudur: Mistik teolojinin bu çok değerli deneyimi, paradoksa teslim olmakla kazanılır. Orta Çağ dünyası, kişiyi karşıtların çarpışmasının ötesine götüren ve Tanrı'yla ahenk içine sokan bu deneyimi anlamıştı.

Paradoksla birlikte olmayı sürdürürsek, kavga ve tavizin ötesindeki o tekil bakışı buluruz. Ya da bütün enerjimizi hassas bir odaklanmaya götüren bütünlüklü bir tutuma kavuşuruz. Bu da aydınlanma terimini hak eden bir durum olur.

Sevgi ile Güç Paradoksu

Büyük bir olasılıkla, uzlaştırılması en sorunlu karşıtlar çifti sevgi ile güçtür. Modern dünyamız bu bölünme yüzünden paramparça olmuştur ve onları birleştirmeye yönelik çabada başarılardan çok başarısızlıklarla karşılaşır insan.

Bu öğelerin her ikisi birden olmadan insanca yaşamak mümkün değildir. Sevgi olmadan, güç kaba hale gelir; güç olmadan, sevgi tatsız ve zayıftır. Gene de iki insan yakınlaştığında genellikle yaşamlarında bir patlama olur. Kav-

ga eden aşıklar ya da eşler arasındaki birbirini suçlamanın büyük kısmı, güç ile sevginin çatışmasını içerir. Her birine kendi hakkını vermek ve paradoksal gerilime katlanmak işlerin en soylusudur. Birini ötekini heba ederek kucaklamak çok kolaydır ama bu tek gerçek yanıt olan sentezi engeller. Başarısızlık kopmayı -boşanma, ayrılma, kavgagetirir. Gerçek bir paradoks güçlü bir bağlanmayı ve sorunlara katlanacak kadar güçlü bir mistik birliği sağlar.

Fanatizm her zaman kişinin karşıtlar çiftinden birini öteki pahasına benimsediğinin göstergesidir. Fanatizmin yüksek enerjisi, hakikatin bir yarısı denetimi ele geçirirken, öteki yarısını uzakta tutmaya yönelik hummalı çabadan kaynaklanır. Bu her zaman kırılgan ve ilişki kurulamayan bir kişilikle sonuçlanır. Bu tür doğruculuk 'haklı olma'ya dayanır. Diğerinin ne söylediğini işitmek isteyebilir ama güç dengesi değişmeye başladığında korkabiliriz. Eski denge çöküyor ve 'taviz verirsen' kendini yitireceğinden eminsin. Ve ego statükoyu korumak için nasıl da çaba gösterir! Bu durumda, kişi aşkınlığa biraz da olsa inanmalı ve ilişkinin hatırına bir bakış açısını feda etme cesaretine sahip olmalıdır.

Dinsel deneyimin özünü oluşturan *ligare* bağlamak, onarmak, bir araya getirmek, bütünleştirmek, bölünme durumundan önceki hali bulmaktır. Geleceğimiz, bu dinsel görüde yatmaktadır.

Paradoksa Giriş Olarak Gölge

Sözlerimize bir gölge değerlendirmesiyle başladık; o zaman şu soruyu sorabiliriz: Paradoksun gölge ile ne ilgisi var? Paradoks gölge ile çok yakından bağlantılı çünkü kişi

kendi gölgesine sahip olmadıkça ve onu bir itibar ve değer konumuna yükseltmedikçe, paradoks -o yüce uzlaşma yeri- var olamaz. Kişinin kendi gölgesine sahip olması, manevi deneyim için zemin hazırlamaktır. Kutsal Kitap ve birçok hikaye bize kutsallığın özünün en sıradan yer ve olaylarda bulunduğunu anlatır. Paha biçilmez incinin gündelik çatışmalarımız ve gerginliklerimizde bulunacağı çok iyi bilinen bir sözdür. Biri, bir zamanlar, Shakespeare'in herhangi bir evin çatısını kaldırdığında orada ölümsüz bir dram bulabileceğini söylemişti. Herhangi bir insan yaşamından çatıyı kaldırın, dinsel bir yaşamın hazırlığı niteliğinde paradokslar bulursunuz; kişisel olandan daha büyük olanı görürsünüz. Çatışmadan paradoksa, oradan vahye: Tanrısal ilerleyiş budur.

Kim aşık olmaması gereken birine aşık olmamıştır ki? Buna ve aynı zamanda kişinin etik ve ahlaki anlayışına bağlı kalması, kişinin kendinden daha büyük bir şeye, benliğe sahneyi hazırlar.

Kim zamanının çoğunu disiplinli işimi mi göreyim yoksa biraz daha tembellik edip hayal dünyasında mı kalayım diye tartışarak geçirmez ki? Bunlardan ikisi de kutsal değildir ama tam da ikisi arasındaki paradoksta uzanır kutsal yer.

İnsanlar danışma odasına gelir ve büyük bir utanç ve acıyla bir değerler çatışmasını ortaya koyarlar. Çözüm isterler ama paradoksu kaldırma bilincini isteyebilseler, daha da büyük bir şeye kavuşurlardı. Bir arkadaşım Zürih'teki Dr. Meyer'le olan terapi seansına gitmiş. Meyer, kendisine söylenen her şeyi tek bir sözcükle, "Evet" diyerek yorumlamasıyla ünlüydü. Arkadaşım İngilizlere özgü tutumla yaşamının karmaşıklığını cesurca gözler önüne sermiş. Gözyaşlarına boğulmuş ve haykırarak artık bu yaşama katlanamadığını söylemiş. "Evet. İyi" yanıtını

vermiş Dr. Meyer. "Şimdi bir şeyler olacak." Bu güçlü bir ilaçtır ama ona katlanabilecek kişi için uygundur.

Durdurulamayan mermi geçirimsiz duvara çarptığında, dinsel deneyimi buluruz. Kişi tam olarak burada gelişecektir. Jung bir keresinde şöyle demişti: "Kişinin en çok korktuğu şeyi bulduğunuzda, bu o kişinin sonraki gelişiminin başlangıç noktası olacaktır." Ego, çekiç ile örs arasındaki metal gibi biçimlenir.

Bu, cesur olanlar içindir ve bu süreç için yeterince güçlü bir etik ya da ahlaki mizaç bulmak kolay değildir. Kahramanlığı çağımız için yeniden tanımlayabiliriz: Kahramanlık paradoksa katlanabilmedir.

Sonuçta, pratikte ne yapıyorsunuz? Bu soruyu sormak bile sizi merkezin dışına taşır çünkü yapmak ile olmak arasında seçim yapmaya sevk eder sizi. Üstünkörü hiçbir çözüm işe yaramaz. *Psychology Today* dergisinin ilk sayılarından birinin kapağında kalın harflerle şu başlık okunuyordu: "Bir Şey Yapma, Orada Dur." Bu, espri gibi görünse de en ihtiyaç duyduğumuz noktada Budizm'e dikkatimizin çekilmesidir. Paradoks, son derece bilinçli bir beklemeyle bir sonraki gelişme aşamasına taşınır. Ego daha öteye gidemez; kendinden daha büyük olanı beklemek zorundadır.

Dr. Marie-Louise von Franz, dolambaçsız diliyle söylüyor bunu:

> Jung, çaresiz bir durum içinde olmanın ya da çözümsüz bir çelişki içinde olmanın bireyleşme sürecinin klasik başlangıcı olduğunu söylemiştir. Bunun çözümsüz bir durum olması kaçınılmazdır: Bilinçdışı, ego-bilinci köşeye sıkıştırmak için umarsız çatışma ister: Amaç, kişinin

her yaptığının yanlış olduğunu ve alacağı her kararın yanlış olacağını fark etmesidir. Bunun anlamı, her zaman karar sorumluluğuna sahip olduğu yanılsamasıyla hareket eden egonun üstünlüğünün yıkılmasıdır. Doğal olarak kişi "Anlaşıldı, öyleyse işi oluruna bırakıp hiçbir karar almayacağım, işi uzatıp içinden sıyrılacağım" derse, durum aynı derecede yanlış olur çünkü o zaman doğal olarak hiçbir şey meydana gelmez. Ama kişi bütün kişiliğiyle acı çekecek denli etik ise o zaman genellikle ...benlik kendini gösterir. Din dilinde buna şöyle denebilir: Sonuçsuz bir durumun amacı, kişiyi Tanrı edimine güvenmeye sevk etmektir. Psikoloji dilinde *animanın* kişinin yaşamında büyük bir beceriyle düzenlediği sonuçsuz durumun amacı, kişiyi benliği yaşantılayabileceği bir duruma yöneltmektir. *Animayı* ruhsal rehber olarak düşündüğümüzde, Beatrice'i Dante'yi Cennet'e götüren kişi olarak düşünme eğilimi gösteririz ama Dante'nin bunu ancak Cehennem'i baştan sona katettikten sonra yaşantıladığını unutmamalıyız. Normal olarak, *anima* kişiyi elinden tutup doğrudan Cennet'e götürmez; *anima* kişiyi önce bir süre bir güzel kavrulduğu sıcak bir kazana koyar.[13]

Paradoksu kabullenmek, egodan daha büyük olanın acısını çekmeyi kabullenmek demektir. Dinsel deneyim tam olarak ötesine gidemeyeceğimizi hissettiğimiz o çözümsüzlük noktasında yatar. Bu, kişinin benliğinden daha büyük olana bir davettir.

---

13 Marie-Louise von Franz, *Interpretation of Fairy Tales* (New York: Spring Publications, 1970), Bölüm VI, s. 4.

3.

Mandorla



Tanrı'ya şükür, bizi her zamanki açmazdan kurtaracak bir kavram var. Neyse ki, Hıristiyan kültüründe mevcut ve çözüm için egzotik yerlere gitmemiz gerekmiyor.

Bu kavram, Orta Çağ Hıristiyanlığına özgü bir fikir olan ve bugün hemen hiç bilinmeyen mandorladır. Mandorla, Orta Çağ ilahiyatı üzerine herhangi bir kitapta karşınıza çıkar ama günümüzde onun hakkında konuşulduğuna pek tanık olmayız. Mandorla, yitirilmeyecek kadar değerli bir kavramdır.

Herkes mandalanın ne olduğunu bilir, *mandala* Hindistan ve Tibet'ten alınmış Sanskritçe bir sözcük olsa bile. Mandala, kutsal bir daire ya da çevresi belirli bir yer olup, bütünlüğü temsil eder. Çoğunlukla bu imgeyi Tibet *tankasında* buluruz: Tanka genellikle Buda'nın pek çok sıfatıyla tasvir edildiği resmi olup, yaşamın bütünlüğünün bir hatırlatıcısı olarak dua odasının ya da tapınağın duvarında asılı durur. Mandalalar bize Tanrı'yla ve canlı her şeyle bütünlüğümüzü hatırlatan araçlardır. Tibet'te bir hoca sık sık öğrencisi için bir mandala çizer ve bir

sonraki öğretim aşamasına geçmeden yıllarca bu sembol üzerine düşünmesini sağlar. Mandala Gotik mimarideki gül pencerede de bulunur ve sık sık Hıristiyan sanatında iyileştirici bir simge olarak belirir. Mandalalar, kişilik özellikle parçalandığında ve rüya gören bu sakinleştirici simgeye ihtiyaç duyduğunda rüyalarda karşımıza çıkar. Dr. Jung, hayatının özellikle zorlu bir döneminde denge ve oran duygusunu korumak için her sabah bir mandala çiziyordu.

Mandorlanın da iyileştirici etkisi vardır ama biçimi bir ölçüde farklıdır. Mandorla, iki daire kesiştiğinde oluşan badem şekilli kısımdır. *Mandorlanın* İtalyancada 'badem' anlamına gelmesi tesadüf değildir. Bu simge, sorgulamakta olduğumuz karşıtların örtüşmesinin ta kendisi anlamına gelir. Genel olarak, mandorla cennet ile yeryüzünün örtüşmesi şeklinde betimlenir. İçimizde kimse yoktur ki cennet ile yeryüzünün birbiriyle yarış halindeki talepleri nedeniyle bocalamasın... Mandorla bize nasıl uzlaşmaya gideceğimizi öğretir. İsa ile Meryem çoğu zaman mandorla çerçevesi içinde tasvir edilirler. Bu bize cennetten de, yeryüzünden de pay almamız gerektiğini hatırlatır. Hıristiyanlık, hayata mandorlada yer vererek hayatın dişil öğesini olağanüstü şekilde onaylamış olur. Meryem de İsa kadar sık olarak mandorlada görkemli çehresiyle oturur. Mandorlanın en iyi örnekleri bu şekilde çerçeve içine alınmış İsa ya da Meryem ile, Avrupa'daki büyük katedrallerin çoğunun batı kapılarında belirir.

Mandorlanın İyileştirici Doğası

Mandorla, parçalanmış dünyamız için o kadar önemlidir ki, onu ayrıntılı olarak irdeleyeceğiz. Gölge incelememizde karşıtlık çiftleri hakkında konuşmaktayız. Kültürel yaşamımızın doğası şöyle olagelmiştir: İyi bir olanağı kötü bir olanağın karşısına koymak ve kötü olanı varlığının izi yitecek kadar eksiksiz şekilde sürgün etmek. Bu sürülen öğeler gölgemizi oluşturur ama sonsuza dek sürgünde kalmazlar ve yaklaşık orta yaşta, Eski Ahit'in günah keçilerinin çölden geri dönmeleri gibi geri gelirler.

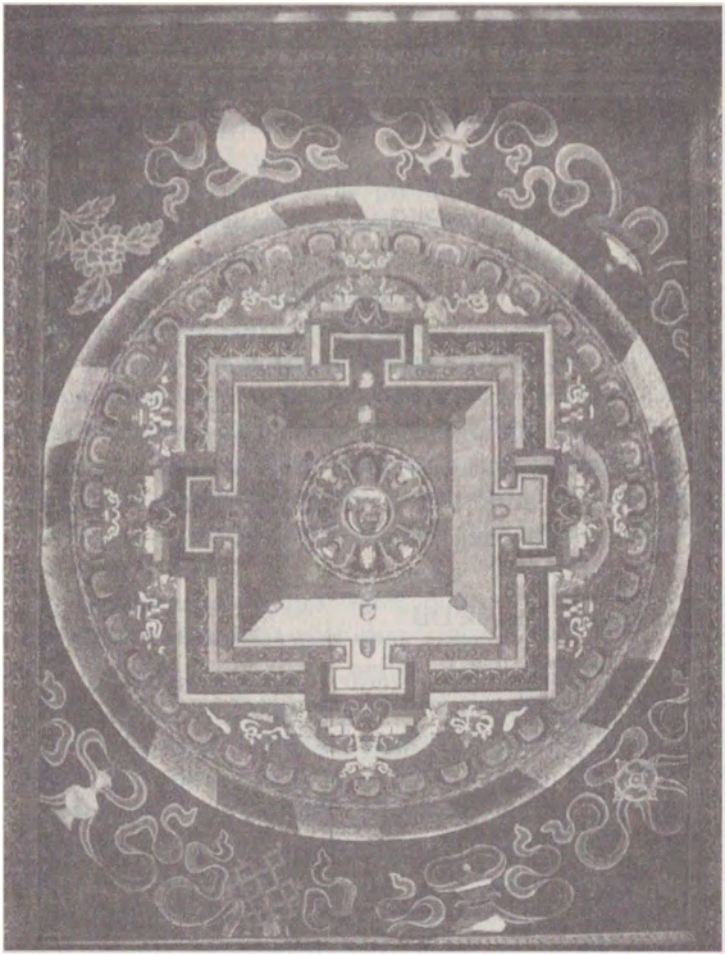
Sürgün edilen öğeler bir hesaplaşma günü talep ettiklerinde kişi ne yapabilir? O zaman mandorlayı anlamanın zamanıdır.

Mandorlanın olağanüstü bir iyileştirme ve yüreklendirme işlevi vardır. Kişi yorulduğunda, cesareti kırıldığında ya da artık karşıtların geriliminde yaşayamayacak kadar hayatın sillesini yediğinde, mandorla kişinin ne yapabileceğini gösterir. En devasa çabalar ve en ince disiplin artık yaşamın acı verici çelişkilerini uzakta tutamadığında, hepimiz mandorlaya ihtiyaç duyarız. Mandorla, kültürel bir yaşamdan dinsel bir yaşama geçmemize yardımcı olur. (Neyse ki bu, kültürel yaşamımızı bitirmez çünkü artık kendi başına varlığını sürdürecek kadar yerleşiklik kazanmıştır.)

Mandorla, bölünmeyi iyileştirmeye başlar. Genellikle örtüşme başlangıçta çok küçüktür, yeni ayın yalnızca ince dilim büyüklüğünde olduğu kadardır ama bir başlangıçtır. Zaman geçtikçe örtüşme büyür, büyür ve iyileşme daha bütüncül olur. Mandorla, ayrı düşmüş ve bütünlüksüz-kutsallık dışı kılınmış olanı birleştirir. Bu, yaşamda sahip olabileceğimiz en derin dinsel deneyimdir.



Mandorla. Chalice Well ['Kızıl Pınar'], Glastonbury, Somerset, İngiltere. Thames & Hudson'ın izniyle. Fotoğraf: Reece Winstone.



Mandala. Bhutan duvar resmi. Fotoğraf: Tom Braise.

Mandorla, şiirin yeridir. Kendimizi içinde bulduğumuz parçalanmış dünyayı alıp, ondan bir birlik oluşturmak gerçek şairin görevidir. T. S. Eliot, *Four Quartets*'te şöyle yazar: "Ateş ile gül birdir."[14] Eliot, iki öğeyi -ateş ile çiçek- örtüştürerek, bir mandorla oluşturur. Dönüşüm ateşi ile yeniden doğuş çiçeğinin bir ve aynı şey olduğunun anlatılması, ruhumuzun en derinlerinde bizi memnun etmiştir. Bir bütün olarak şiir sanatı, *bu*nun *şu* olduğu saptamasına dayanır. İmgeler örtüştüğünde, mistik bir birlik ifadesine sahip oluruz. Parçalı dünyamızda güvenlik ve kesinlik olduğunu ve şairin bize sentez armağanını verdiğini hissederiz.

Büyük şiir bu sıçramaları yapar ve güzellik ile varlık korkusunu birleştirir; şaşırtma ve şoke etme yetisine sahiptir: Hep karşıtlar olarak düşündüğümüz şeyler arasında bağlantılar olduğunu hatırlatır bize.

Mandorla Olarak Dil

Dil bütünüyle bir mandorladır; iyi kurgulanmış bir tümce bu niteliği taşır. Büyük bir olasılıkla, bu kadar çok konuşmaktan hoşlanmamızın nedeni budur; güzel bir konuşma parçalanmış bir dünyaya birlik getirir. Kötü biçimlendirilmiş, gramer yapısı zayıf bir tümce bizi rahatsız eder; büyük bir olasılıkla, öğeleri kötü şekilde örtüştürdüğü ve birleştirici görevini yerine getiremediği için.

İngilizcenin temel fiili *to be* ('olmak') büyük birleştiricidir. *To be* fiilini içeren bir tümce, bir kimlik/özdeşlik ifadesidir ve iki öğe arasındaki bölünmüşlüğü giderir. *To be* fii-

14 T. S. Eliot, *Four Quartets*, *The Complete Poems and Plays: 1909–1950* içinde (New York: Harcourt Brace, 1971), s. 145.

linin yükleminin öznel biçimine baktığımızda, buna değer verildiğini görürüz. "Ben oyum" sözünü, nesne zamiri *him* ile ("I am *him*") değil, özne zamiri *he* ile ("I am *he*") söyleriz. *I* ('ben') ve *he* ('o') aynıdır, farklılıktaki mistik birliğin ifadesidir.

Her ne kadar daha az belirgin olsa da, bütün tümceler *to be* fiilinden ayrı olarak da özdeşlik oluştururlar. Her fiil kutsal bir zemin oluşturur. "Eve gideceğim" ya da "Şimdi müzik çalacağım" tümcesi, 'ben' ile 'ev' ya da 'ben' ile 'müzik' arasında özel bir özdeşliği ima eder. İyi kurgulanmış herhangi bir tümce, ikilikten birlik kurar. Dili doğru olarak kullandığımızda, hepimiz şair ve şifacıyızdır. Kişi ne zaman doğru olan bir şey söylerse, bir mandorla yapar.

Tümce, fiilin eşitlik işaretini temsil ettiği bir matematik denklemi gibidir. Doğru bir tümce, öznenin nesne ile eşit olduğunu söyler ve ikisi arasındaki kavgayı siler. İkilikteki bölünme iyileşir.

Fiil açısından zengin diller, büyük bölümüyle adlara dayalı dillerden daha güçlüdür. Çince ve İbranice ilk gruptandır. İnsan konuşması temel olarak fiillere dayanırsa daha etkili olur. Konuşmayı temel olarak adlar üzerinden kurarsak konuşma zayıf olur; sıfatlara ve zarflara dayanırsanız, yolunuzu kaybetmişsiniz demektir. Fiil kutsal zemindir, mandorlanın yeridir. Güçlü fiillerin soyluluğunu ve iyileştirici gücünü görmek için Shakespeare'in büyük konuşmaları incelenebilir.

Bir arkadaşım henüz yaygın olarak kullanılmasından çok önce bana bir teyp göndermişti. Talimatlar şöyleydi: "Fişini prize tak, A düğmesine bas, aletteki kaseti dinle. Sonra kaseti ters çevir, B düğmesine bas ve yanıt olarak bir kayıt yap." Cevabımı kaydetmeye başladığım ilk bir iki dakika boyunca beceriksizdim; söyleyecek herhangi

bir şey düşünemiyordum. Ne var ki, bir saat sonra kaset dolduğunda öfkeliydim çünkü söylemek istediklerimin hepsini daha hiçbir biçimde bitirmemiştim. Böylece aramızda benim için son derece değerli bir kaset 'yazışması' başladı. Stresli olduğumda kasetimi hazırlıyor ve çoğu zaman konuşmamı bir ikilem üzerinden geliştirdiğimi görüyordum. Freud'un 'konuşma terapisi' dediği şeyi yapıyordum çünkü dil gereğince kullanıldığında son derece iyileştirici bir aracıdır. Arkadaşım çok uzakta yaşıyor ve nadiren görüşüyoruz. Bu seyrek görüşmelerden birinde bana şunu söyledi: "Robert, niçin kasette konuşmada olduğundan çok daha zekisin? Karşılık verme, biliyorum. Kasette ben sözünü kesmiyorum!" Arkadaşımla kaset yoluyla konuşmak, duygusal işlevimi işin içine dahil ediyor ve bana kendi düşüncelerimi geliştirme özgürlüğü veriyordu. Kendi malzemenizle bozmadan karşınızdaki kişinin konuşmasına izin verirseniz, ona değerli bir armağan verebilirsiniz. Doğru muhafaza söz konusu ise konuşma mandorlaları yapabilir ve birçok şeyi iyileştirebiliriz. Uygun koşullarda kendi çabamızla birer şair haline geliriz.

Herhangi birinin (ya da kendimizin) "belki bu, belki şu, muhtemelen, dolayısıyla, acaba" dediğini işitmek bir mucizedir. Bütün bunlar kuyruğunu kovalayan köpek gibidir. Ama aşamalı olarak iki ayrı daire örtüşmeye başlar ve mandorla büyür. Bu iyileştiricidir. Bu bağdır, dinsel deneyimin özüdür.

Bütün güzel öyküler birer mandorladır. *Bu*ndan ve *şu*ndan söz ederler ve aşamalı olarak öykünün mucizesi yoluyla karşıtların örtüştüğünü ve sonunda aynı olduğunu gösterirler. Bir hikayenin iyinin kötü üzerindeki zaferine dayandığını düşünmek isteriz ama daha derin hakikat iyi ile kötünün aşılması ve ikisinin bir haline gelmesidir. Ne

var ki, sentez yetimiz sınırlı olduğundan, birçok hikaye ancak bu birliği ima edebilir. Ama her birlik, bir ima bile, iyileştiricidir.

Musa ile yanan çalı öyküsünü hatırlıyor musunuz? Pek çok çalı ve pek çok yanma vardır ama *bu* öyküde çalı ile yanma örtüşür. Çalı bütünüyle yanmamıştır ve iki gerçeklik düzeyinin örtüştüğünü biliriz. Her an Tanrı'nın yakında olduğunu hissederiz: Örtüşmenin sonucudur bu.

Ne zaman varlığınızda bir karşıtlar çatışması yaşarsanız ve karşıtlardan biri yerini ötekine bırakmazsa (çalı tamamen yanmayacak, ateş durmayacaktır), Tanrı'nın orada olduğundan emin olabilirsiniz. Bu deneyimden hiç hoşlanmayız ve ne pahasına olursa olsun uzak dururuz. Ama katlanabilirsek, çözümsüz çatışma doğrudan bir Tanrı deneyimidir.

Mandorla bir çatışma çözümü prototipidir. Deyim yerindeyse iyileştirme sanatıdır. Shakespeare, sanatı hakkında şu dizeleri yazmıştır:

> *Şairin gözü çılgınca döner,*
> *Bir gökten yere bakar, bir yerden göğe*
> *Ve nasıl bilinmeyen şeylerin biçimlerini*
> *Yaratırsa düş gücü, şairin kalemi de*
> *Onları biçimlendirip, hava-hiçliğe*
> *Bir yer, bir ad verir.*[15]

Burada Shakespeare, cennet ile yeryüzünü uzlaştırmakta ve bu geniş vizyonla başa çıkabilecek insani becerilere bir yer ve bir ad vermektedir.

---

15 William Shakespeare, *Bir Yaz Gecesi Rüyası* (*A Midsummer Night's Dream*), Perde 5, Sahne 1, 12–17. dizeler, *The Riverside Shakespeare* içinde (Boston: Houghton Mifflin, 1974).

Cennet ile yeryüzü gibi büyük bir alanı uzlaştırmak sıradan görme tarzımızı aşar; genel olarak uzlaştırılamaz iki karşıt (vicdan azabı ile gereklilik), içimizdeki nevrotik yapıları oluşturur. Böyle bir çifti aşıp, iki öğeden yüce bir bütün oluşturmak için şair -ya da içimizdeki şair- olmak gerekir. Shakespeare dışında kim semanın hava-hiçliğini yeryüzünün ağır gerçekliğiyle uyumlu kılıp, ona sıradan insanların anlayabileceği bir biçim verebilir? İçinizdeki Shakespeare dışında kim?

*Bu*nu al ve *şu*nu al ve onlardan bir mandorla yap.

Kendi şiirsel mücadelelerinizde birkaç dakika sonra yok olacak bir mandorlanın ancak en küçük dilimini oluşturabilirsiniz. Onca heyecan verici olan dünün esini nerede? Ama bunu yeterince sık yinelerseniz, düzeninizin kalıcı temeli haline gelir. Ömrümüzün sonunda iki dairenin bütünüyle örtüşmesini umarız. Kişi gerçekten her iki dünyanın yurttaşıysa, cennet ile yeryüzü artık birbirinin karşıtı değildir. Sonunda kişi hep yalnızca bir dairenin var olduğunu görür. Bu, Hıristiyanlığın gayesinin -Orta Çağ teolojisinde öylesine değer verilen saadet görüsünün- hakiki gerçekleşmesidir. İki daire, yalnızca şeyleri ikili görme kapasitemizin -ve ihtiyacımızın- yarattığı optik yanılsamadan ibarettir.

Mandorla oluşturma sözel biçimle sınırlı değildir. Bir sanatçı biçim, renk ve görsel gerilimle bir mandorla oluşturur. Bir müzisyen aynısını ritimle, biçimle ve tonla yapar.

Müzik bende gelişkin bir yeti olduğu için bu kipte başka kiptekinden daha çok bilincindeyim mandorlanın. Bach'ın *Aziz Matta'ya Göre Çile*'sinin yaklaşık son çeyreğinde olağanüstü bir an vardır. Sahne çarmıha gerilmedir ve bir alto 'Rab İsa, Elini Uzatıyor' solosunu söyler. Alto ses sa-

kin ses çizgisini örerken, bir kontrfagot (ki peslerde özel olarak kaba bir enstrümandır) doğal yedilide bir dizi sıçrama yapar. Bu aralık (bir oktav eksi bir nota) klasik armonide yasaktır çünkü şaşırtıcı derecede eşek anırmasını andırır. Ferde Grofé, kanyon yollarını kat eden eşekleri tasvir etmek için bunu The Grand Canyon Suite'te etkileyici şekilde kullanır.[16] Ama Bach dehasıyla bu iki öğeyi -en serinkanlı olan ile en keskin ve kesintili olanı- birlikte örer ve ondan bir mandorla yapar. Serinkanlı alto ses sakin yolundan giderken, kontrfagot bas çizgide doğal yedili sıçramayla grotesk şekilde alay eder. İkisi birlikte yüce bir bütün oluştururlar. Bu deha anını dinlemek benim için dünyadaki en iyileştirici deneyimlerden biridir. Bu iki uç nokta birlikte örülüp bir başyapıt oluşturulabiliyorsa, belki ben de kendi hayatımın keskin, kesintili öğelerini bir araya getirebilirim.

Mandorlanın özellikle güçlü bir biçimi Güney Amerika'daki *curandero*'ların göreneklerinde görülebilir; bu görenekler ilkel şaman ile Katolik rahibin tuhaf bir karışımıdır. *Mesa*'ları (masa), hastalarının iyileşmesi için ayin yaptıkları mihraptır. Bu mihrabı üç farklı bölüme ayırırlar. Sağ taraf bir aziz heykeli, bir çiçek, büyülü bir tılsım gibi esin verici öğelerden oluşur; sol taraf silah, bıçak ya da başka öldürücü aletler gibi son derece karanlık ve ürkütücü öğeler içerir. Bu iki karşıt öğe arasındaki mesafe bir iyileştirme yeridir. Mesaj çok açıktır; bizim iyileştirmemiz iyi ile kötü, aydınlık ile karanlık dediğimiz şeyin örtüşmesinden kaynaklanır. İyileştirmeyi yalnızca aydınlık öğe yapmaz;

16 Bir arkadaşım seçkin bir hocaya armoni ödevini teslim etmiş; hoca ödevi kırmızı kalemle yazdığı "Doğal yedili sıçrama eşeklere özgüdür!!" sözüyle geri vermişti. Arkadaşım "Ve Bach'a özgüdür!" ilavesiyle ödevi iade etmiş; bunun üzerine okuldan kovulmuştu.

aydınlık ile karanlığın temas etmeye başladığı yer mucizelerin doğduğu yerdir. Bu ara yer bir mandorladır.[17]

Mandorla raks edilebilir de. Analiz saatinde ruhundaki çatışan öğeleri dans ederek ortaya koyan bir kadını hatırlıyorum. Bu hasta yaşamının bir parçasını sergiler, sonra odanın karşı tarafına gidip diğer parçasını sergilerdi. Bu benim için alışılmış bir durum değildi ve seansın sonunda koltuğuma gömülüp kalıyordum. Saat sona erince, hastam beni gizlendiğim yerden dışarı davet ediyor ve bana beden diliyle ne söylemekte olduğunu açıklıyordu.

"Mandorla yalnızca özel bir deneyim, uygulamayla hiç ilgisi yok" gibi bir eleştiri getirilebilir. Ama *Yi Çing*'in 61 no'lu altılı diziminde şu söylenir: "Bilge kişi odasında oturduğunda, düşünceleri bin mil öteden duyulur." Kişi iç yaşamının mahreminde mandorla yapıyorsa, bin mil öteden duyulur.

Özellikle huzurlu ve çevresinde iyileştirici bir varlığın kendini hissettirdiği bir kişiye rastlarsanız, bu büyük bir olasılıkla mandorla çalışması yaptığı içindir. Çevrenizi etkilemek isterseniz, aktivizminizin içinde yitip gitmeyin. Bir an durup bir mandorla yapın. Yapmakla kalmayın, bir şey *olun*.

İnsanlar sık sık Dr. Jung'a çağımızın felaketine gönderme yaparak, "Başarabilecek miyiz?" diye soruyorlardı. Jung her zaman şu karşılığı veriyordu: "Evet, eğer yeterli sayıda insan içsel çalışmasını yaparsa." Bu ruh çalışması, herhangi bir acil durumun içinden çıkmamızı sağlayacak olan tek şeydir.

---

17 Bu içgörü için Balboa Park'taki (San Diego, Kaliforniya) İnsan Müzesi'nin küratörü Dr. Douglas Sharon'a minnet borçluyum.

Sanırım Kutsal Kitap'taki en güzel ayet şudur: "Gözünüz sağlamsa, bütün bedeniniz aydınlık olur." Sağ göz *bu*nu görür, sol göz *şu*nu görür ama üçüncü göze, tek göze gelecek olursak her şey ışıkla dolacaktır. Hintliler, aydınlandıklarını (ya da aydınlanma yolunda olduklarını) göstermek için alınlarının ortasına al bir nokta koyarlar. Çakralar sisteminde bu, insan bilincinin ulaşabileceği en yüksek noktadır. Bir çakra daha -yedincisi- vardır ama o normal yaşantılayabilme yetimizi aşar.

Hıristiyan uygulamasının verdiği cesaretle, birçok Batılı mandorlaya ayırabileceği enerjiyi yararsız suçluluk duygusuna yatırır. Suçluluk duygusu tam anlamıyla bir zaman ve enerji israfıdır. Suçluluk duygusunun bir günah olduğunu söyleyerek Baptist büyükannemle alay ederdim. Kadıncağız çok öfkelenirdi çünkü onu çok sevdiği boş vakit uğraşından yoksun bırakmış oluyordum. Büyükannem kendi günahkar durumu (ya da benim günahkar durumum) karşısında ellerini ovuşturmazsa, İsa'ya olan görevini yerine getirmediğini düşünüyordu. Suçluluk duygusu hiçbir şey yaratmaz; bilinçli çalışma mandorla oluşturur ve iyileştiricidir. Mandorla pişmanlık alanı değildir. Bizden rahatımıza düşkünlük değil, bilinçli çalışma ister.

Aynı zamanda, suçluluk duygusu paradoksun ucuz bir ikamesidir. Suçluluk duygusunun tükettiği enerji kişiliğimizde çatışan iki hakikat grubuna bakma gibi cesur bir edime yatırılsa çok daha iyi olurdu. Suçluluk duygusu kibirlidir de, çünkü bir meselede taraf tuttuğumuz ve haklılığımızdan emin olduğumuz anlamına gelir. Gerçi bu tek yanlılık kültürel sürecin bir parçası olabilir ama dinsel yaşamı ciddi şekilde zedeleyicidir. Hesaplaşma gücünü yitirmemiz, birlik şansımızı yitirmemiz -ve mandorlanın iyileştirici gücünü yitirmemiz- demektir.

İsa'nın eski simgesinin mandorla olduğunu -stilize bir balığı gösteren iki çizgi- anımsamak yerinde olur. Tanımı gereği, İsa tanrısal olan ile insani olanın buluşma noktasıdır. İsa, karşıtların uzlaşmasının prototipi ve çatışma ve ikilik alanından çıkmada rehberimizdir. İlk Hıristiyanlar kendilerini birbirlerine şu yolla tanıtırlardı: Bir araya geldiklerinde içlerinden biri toprağa küçük bir daire çizerdi. Diğeri onunla hafifçe kesişen -dolayısıyla bir mandorlayı tamamlayan- ikinci bir daire çizerdi. Hıristiyanların ağır zulüm altında oldukları bir dönemdeki bu selamlaşma tarzı güçlü ve etkileyiciydi. Bugün de bizim için anlamını koruyor. Kişi bir söz edecekse, doğrusu bir başka sözü -genellikle gölgeden gelen bir sözü- çağırması; böylece iki bakış açısının her birinin tek başına olduğundan daha büyük bir mandorla oluşturmasıdır.

Bir keresinde, lise münazara dersinde öğretmenimizin tartışmadan bir dakika önce konumlarımızı değiştirdiğini hatırlıyorum. Bir an paniğe kapılmış, sonra değerlendirmeyi yeni ve farklı bir biçimde sunmanın getirdiği enerji selini hissetmiştim. Gerçekten de bu deneyim o kadar güçlüydü ki tartışmayı kazanmıştım. Sanırım iç yaşamımdaki bazı çok ciddi ruhsal tartışmaları, ta ki daha üstün bir bakış açısı elde edinceye kadar, her iki tarafa da hak tanıyarak kazanmış ya da aşmışımdır.

Mandorlanın İnsani Boyutları

İnsan yaşamını bir mandorla ve karşıtların uzlaştıkları zemin olarak görebiliriz. Bu açıdan her insan bir kurtarıcıdır ve İsa bu insani görevin prototipidir. Bir erkek ile bir kadın arasındaki her bakışma da bir mandorladır, büyük eril-

lik-dişillik karşıtlıklarının buluşup birbirini onurlandırdığı bir yerdir. Mandorla, yeni bir yaratının biçimlenmeye ve filiz vermeye başladığı tanrısal muhafazadır. Kutsal Kitap bıkmaksızın kadın-erkek ilişkisinden ve evlilikten ruh ile uzlaşmamızın simgesi şeklinde söz eder. Londra'da çalışan ilk hocalarımdan Jungcu analist Toni Sussman, bana cinselliğin rüyalarda her zaman yaratıcı yegane simge olduğunu söylemişti. Cinsellik rüyada şiddet içeren bir biçimde belirse bile, gene de bize uzlaşma ve yaratıdan söz eder. Simgesel dünyada birliğin yüksek yeri işte böyledir. (Bu içsel olarak her zaman doğrudur ama dışsal olarak öyle olduğu varsayılamaz.)

Güçlü bir mandorla deneyimi yaşıyorsak (nasıl da büyük bir sevinç kaynağıdır bu!), bu deneyimin kısa süreceğinden emin olabiliriz. Daha sonra, olağan hayatımızı sürdürmek için ikilikler -zaman ile mekan- dünyasına dönmek zorundayız. Gölge bütünüyle yeniden oluşur ve yeni bir dönüşüm deneyimi gerekir. Tarihteki büyük bireyler geçici bütünlük görüleri yaşamış, onlar da çok çabuk ego-gölge hesaplaşmasının dünyasına dönmüşlerdir. Bir Hindu atasözünde şöyle denir: "Aydınlanmış olduğunu düşünen kesinlikle aydınlanmamıştır!"

Nereden yola çıkarsak çıkalım, insani durumumuz bizi hep sil baştan ego-gölge karşıtlığı şeklinde böler. Herhalde Aziz Augustinus'un "Eyleme geçmek, günah işlemektir" demesinin nedeni budur. Toplumda yerimizi aldığımız sürece, bunun bedelini bir gölge taşıyarak ödeyeceğiz. Ve toplum savaş, şiddet, ırkçılık gibi toplu olgularla genel bir bedel ödeyecek. Dinin öte alemden -cennetten- ve milenyumdan içsel yaşamın doruk noktası olarak söz etmesi bundandır. Kültür ile dinin amaçları farklıdır.

Kültürel telkinleri dengelemek için her gün gölge çalışmamızı yapmaya ihtiyacımız var. Bunun ilk ödülü, başkalarına dayattığımız gölgeyi azaltmamız olacaktır. Dünyanın genel karanlığına daha az katkıda bulunmuş ve savaş ile çatışmayı körükleyen toplu gölgeye katkıda bulunmamış oluruz. Ama ikinci sonuç, mandorla -insan bilincinin büyük armağanı olan yüksek güzellik ve bütünlük vizyonu- için zemin hazırlamamızdır.

Eski simyacılar bu süreci anlamışlardı. Simyada kişi dört gelişme aşamasından geçer: Yaşamın karanlığını ve depresyonunu yaşantıladığımız *nigredo*; şeylerin parlaklığını gördüğümüz *albedo*; tutkuyu keşfettiğimiz *rubedo* ve son olarak yaşamın altın olduğunu idrak ettiğimiz *citrino*. Bütün bunlardan sonra rengarenk bir mandorla belirir. Bu *pavanis*'tir, önceki bütün renkleri içeren tavus kuyruğudur. Kişi, *pavanis*'e -o her şeyi içeren renkler ahengine- ulaştırıncaya kadar süreci durduramaz.

Yanlış yapıldığında yaşamın bütün renkleri bir külrengi oluşturur ve bütün renkler birbirini etkisiz hale getirerek kasvetli bir tekdüzeliğe yol açar. Doğru yapıldığında *pavanis* ortaya çıkar ve yaşamın bütün renkleri muhteşem ve zengin bir örüntü oluşturur. Mandorla, yansızlığın ya da tavizin yeri değildir; tavus kuyruğunun ve gök kuşaklarının yeridir.

"GÖLGEMİZİ GENEL OLARAK TOPLUMDAN SAKLAMAK ZORUNDAYIZ
YOKSA ÇEKİLMEZİN TEKİ OLUR ÇIKARIZ;
AMA ONU ASLA KENDİMİZDEN GİZLEMEYE ÇALIŞMAMALIYIZ."

Gölge: Persona, ne olmayı istiyor ve dünya tarafından nasıl görülmeyi diliyorsak odur. Psikolojik giysimizdir ve gerçek benliklerimiz ile çevremiz arasında aracılık eder, tıpkı fiziksel giysimizin, karşılaştığımız kişilere bir imge sunması gibi. Ego, ne isek ve bilinçli olarak ne biliyorsak odur. Gölge, benliğimizin göremediğimiz ya da bilemediğimiz kısmıdır.

Johnson, insanların kültürel uyum sürecinde, doğuştan gelen özelliklerini "toplumca kabul edilebilir olanlar" ve "vazgeçilmesi gerekenler" şeklinde sınıflandırdığını, bunun da uygar dünyada iyi-kötü ayrımı için gerekli olduğunu ancak reddedilen özelliklerin hiçbir zaman çekip gitmediğini, kişiliğin karanlık köşelerinde biriktiğini anlatıyor.

Bugün pek çok sektör gölgelerimizi kendimize saklamamız için uğraşır. Sinema sektörü, moda tasarımları ve romanlar gölgemizi yerleştireceğimiz kolay yerler sunarlar bize. Gazeteler her gün felaketlerden, cinayetler ve korkunç haberlerden payımıza düşeni sunup gölge mizacımızı dışsal olarak beslerler, oysa yapılması gereken kişiliğimizin bütünleyici bir parçası olarak gölgenin içselleştirilmesidir.

Geniş kitleler tarafından kabul gören, çok satan kitapların yazarı Jungcu analist Robert A. Johnson bu kitabında, Jung teorisine göre egonun karanlık tarafını simgeleyen kendi gölgemize sahip olmaya ihtiyacımızı anlatıyor.

Gölgene Sahip Çık, sizi kişiliğinizin derinlerine götürecek, karanlık noktalarınızı keşfettirecek, kendinize objektif gözle bakmanızı sağlayacak ve belki de hayatınızın anlamını bulmanızı sağlayacak bir kitap.

psikiyatri / psikol

ISBN 978-605-51

9 786055 13

Okuyan us